

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ**

**ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ  
ІМЕНІ ГЕРОЇВ ЧОРНОБИЛЯ НУЦЗ УКРАЇНИ**

Кафедра психології діяльності в особливих умовах

**Яна АМУРОВА**

**ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ТА  
ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО  
ПРОФІЛЮ ДІЯЛЬНОСТІ**

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи  
для здобувачів відділення заочного навчання  
другого (магістерського) рівня вищої освіти  
спеціальності 053 «Психологія»

**Черкаси – 2022**

УДК 378.1:374  
ББК 88.4я73  
А87

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України (протокол №3 від 14.09.2022)

**Амурова Я. В.**

Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності: [методичні вказівки до виконання контрольної роботи для здобувачів відділення заочного навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія»] / Я. В. Амурова. – Черкаси : ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2022. – 20 с.

У методичних вказівках викладені навчально-методичні матеріали, необхідні для самостійного виконання контрольної роботи з дисципліни «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності» здобувачами відділення заочного навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія».

УДК 378.1:374  
ББК 88.4я73  
А87

© Черкаський інститут пожежної  
безпеки ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ  
України, 2022

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	4
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧА .....	4
ФОРМИ І МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ.....	5
ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ .....	5
ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ .....	6
ЗАВДАННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ .....	8
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ .....	10
ДОДАТКИ.....	13
ТЕРМІНОЛІГІЧНИЙ СЛОВНИК.....	15

## ВСТУП

Методичні вказівки з навчальної дисципліни «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності» адресовано здобувачам відділення заочної навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія».

Представлений посібник складається з п'яти розділів, списку рекомендованої літератури, термінологічного словника та додатків. У посібнику викладено матеріали, необхідні для самостійного виконання контрольної роботи з дисципліни «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності», подано інформацію щодо організаційно-методичного забезпечення самостійної роботи здобувача, форм і методів поточного та підсумкового контролю, оцінювання результатів засвоєння знань здобувачів, вимоги до оформлення контрольної роботи та вибору варіанту, завдання для виконання контрольної роботи. У необхідному об'ємі вказано базову та допоміжну літературу, укладено термінологічний словник.

Завдання, що становлять зміст контрольної роботи здобувача, охоплюють усю теоретичну структуру курсу дисципліни, і сформульовані так, що повною мірою дають змогу перевірити, як здобувачі засвоїли знання щодо особливостей професійного розвитку, оптимальної життєдіяльності та передумов побудови успішної кар'єри особистості.

Кожен варіант контрольної роботи містить два питання. Усі варіанти рівнозначні за своєю складністю і потребують застосування широкого діапазону знань, спрямовані не на просте відтворення окремих аспектів тієї чи іншої проблеми, а вимагають активізації творчої мисленнєвої діяльності здобувачів.

### **ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧА**

Самостійна робота здобувача, відповідно до Державних стандартів освіти, повинна становити не менш як 50% часу, передбаченого для виконання основної освітньої програми з урахуванням рекомендацій Міністерства освіти і науки України щодо кількості годин аудиторних занять на тиждень.

Головною метою самостійної роботи здобувача є формування його пізнавальної активності, засвоєння ним основних умінь та навичок роботи з навчальними матеріалами, поглиблення та розширення вже набутих знань, підвищення рівня організованості.

Основними завданнями самостійної роботи здобувача є засвоєння в повному обсязі основної освітньої програми та послідовне вироблення

навичок ефективної самостійної професійної (практичної й науково-теоретичної) діяльності на рівні встановлених стандартів.

Зміст самостійної роботи здобувача визначається робочою навчальною програмою вивчення дисципліни, завданнями та рекомендаціями викладача.

Обсяги самостійної роботи окремого здобувача можуть значно виходити за межі робочої програми, якщо це зацікавило його і у нього виникло бажання (потреба) у поглибленні та розширенні знань з даної навчальної дисципліни.

Самостійна робота здобувачів охоплює: підготовку до аудиторних занять; виконання завдань з навчальної дисципліни протягом семестру; самостійну роботу; підготовку до всіх видів контрольних випробувань тощо.

Самостійному вивченню здобувачами курсу чи окремих його тем передують оглядові лекції, на яких розглядаються завдання та послідовність вивчення курсу, найбільш важливі та проблематичні аспекти дисципліни, особливості їхнього вирішення у сучасних умовах глобалізації освітньої діяльності.

## **ФОРМИ І МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ**

Під час проведення семінарських занять перевіряється засвоєння матеріалу, викладеного в лекції та індивідуальна робота здобувачів під час самопідготовки. До контрольних заходів входять поточний і підсумковий контроль.

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських занять і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача до виконання конкретної роботи. Форма проведення поточного контролю під час навчальних занять і система оцінювання рівня знань визначаються кафедрою.

Підсумковий контроль проводиться з метою перевірки рівня засвоєння здобувачами тем, передбачених програмою дисципліни «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності». Форма підсумкового контролю – **екзамен**.

## **ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ**

Оцінювання результатів засвоєння знань здобувачів здійснюється у такий спосіб і за такими критеріями: усне опитування; результати самостійної роботи (контрольна робота); результати екзамену.

Шкала оцінювання знань наведена в таблиці 1.

**Таблиця відповідності результатів оцінювання знань  
з навчальної дисципліни за різними шкалами**

Накопичувальна 100-бальна шкала	Рейтингова шкала ЄКТС	4-бальна шкала
90–100	A	відмінно
80–89	B	добре
65–79	C	
55–64	D	задовільно
50–54	E	
35–49	FX	незадовільно
0–34	F	

### **ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ**

Контрольна робота є самостійним видом роботи здобувача, передбаченим навчальним планом вивчення дисципліни «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності».

Контрольну роботу оформляють на аркушах формату А4 (210 × 297мм), виконують машинним (за допомогою комп'ютерної техніки) способом на одному боці аркуша білого паперу.

Текст слід друкувати, витримуючи параметри сторінок: верхній, нижній береги – 20 мм, лівий – 30 мм, правий – 15 мм. Під час виконання роботи необхідно дотримуватися рівномірної щільності, контрастності й чіткості тексту.

Помилки, описки та графічні неточності допускається виправляти підчищенням або зафарбуванням білою фарбою і нанесенням на тому ж місці або між рядками виправленого зображення машинним способом або від руки. Виправлене повинно бути такого ж кольору, як і основний текст.

Перед виконанням контрольної роботи необхідно ознайомитись з методичними вказівками, питаннями, передивитися записи, зроблені на лекціях.

На обкладинці необхідно вказати назву навчального закладу, факультет, кафедру, предмет, що вивчається, шифр індивідуального плану, прізвище, ім'я та по батькові здобувача (Додаток А).

Під час виконання роботи необхідно спочатку записати завдання, а потім дати на нього відповідь. Відповіді повинні бути конкретними, написані

державною мовою, акуратно оформлені.

У тексті контрольної роботи обов'язкове посилання на літературні джерела, перелік яких наводиться у списку використаної літератури. У список літератури вносяться праці, з яких запозичуються цитати, думки, статистичні дані, на які робиться посилання.

Бібліографічні посилання – це сукупність відомостей про літературне джерело, що використовується в тексті контрольної роботи. Джерела в списку літератури потрібно розташовувати згідно порядку посилань в тексті роботи чи алфавітному порядку. Посилання в тексті на джерела слід зазначати у квадратних дужках, порядковий номер джерела визначається згідно із списком літератури.

У кінці роботи необхідно вказати перелік використаної літератури, поставити дату і підпис. Зразок правил оформлення бібліографічного опису літератури наведений у додатку Б.

Виконана робота направляється у відділення заочного навчання на перевірку в строк, який вказаний у графіку виконання контрольних робіт.

Оцінюється робота з урахуванням глибини викладення матеріалу, самостійності виконання та вміння використовувати знання на практиці.

Рівень знань здобувачів дисципліни за підсумками виконання контрольних робіт оцінюється з огляду на наступні критерії:

1. Повнота та правильність виконання завдання – основний критерій.
2. Здатність здобувача диференціювати, інтегрувати та уніфікувати знання.
3. Самостійність виконання роботи.

Контрольна робота з дисципліни «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності» складається з двох питань.

Обов'язковими вимогами до теоретичних завдань є: повна відповідь на питання; посилання на літературні джерела та їхній список.

Контрольна робота оцінюється: *«зарахована»*, *«не зарахована»*. У разі незарахування контрольної роботи вказуються причини цього. Контрольна робота може бути незарахована у випадках:

- виконано не той варіант контрольної роботи;
- завдання виконані з порушенням вимог до них, в т.ч. стосовно обсягу;
- не виконано або не вірно виконано одне із завдань.
- у роботі наявні академічний плагіат, фасильфікації чи фабрикації тексту.

Отримавши незараховану контрольну роботу, здобувач зобов'язаний уважно ознайомитися із зауваженнями і внести в роботу відповідні зміни та доповнення, усунути вказані недоліки. На обкладинці допрацьованої роботи необхідно вказати «Повторно» і направити її у відділення заочного навчання.

Здобувачі, які несвоєчасно направили контрольну роботу без поважних причин, на екзаменаційну сесію не викликаються.

### Вибір варіанту.

Варіант контрольної роботи визначається за двома останніми цифрами індивідуального плану здобувача, у відповідності з таблицею 2. Наприклад, номер індивідуального плану 10045. Отже, варіант контрольної роботи – 45. За таблицею 2 визначаємо номери питань вказаного варіанту – 9, 19.

Таблиця 2

Таблиця вибору завдань

		Остання цифра шифру індивідуального плану									
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Передостання цифра шифру індивідуального плану	0	1, 50	2, 49	3, 48	4, 47	5, 46	6, 45	7, 44	8, 43	9, 42	10, 41
	1	10, 40	1, 39	2, 38	3, 37	4, 36	5, 35	6, 34	7, 33	8, 32	9, 31
	2	2, 30	3, 29	4, 28	5, 27	6, 26	7, 25	8, 24	9, 23	10, 22	1, 21
	3	3, 20	4, 19	5, 18	6, 17	7, 16	8, 15	9, 22	10, 13	1, 25	2, 11
	4	4, 23	5, 34	6, 39	7, 28	8, 49	9, 19	10, 14	1, 31	2, 12	3, 47
	5	5, 33	6, 17	7, 26	8, 14	9, 15	10, 27	1, 41	2, 43	3, 19	4, 15
	6	6, 11	7, 12	8, 13	9, 16	10, 31	1, 16	2, 17	3, 18	4, 30	5, 20
	7	7, 21	8, 22	9, 23	10, 24	1, 25	2, 26	3, 27	4, 45	5, 29	6, 30
	8	8, 31	9, 32	10, 33	1, 34	2, 35	3, 36	4, 37	5, 38	6, 39	7, 40
	9	9, 41	10, 42	1, 43	2, 44	3, 45	4, 46	5, 47	6, 48	7, 49	8, 50

### ЗАВДАННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

1. Психологічний зміст та структура професійної діяльності.
2. Види активності і діяльності. Структура діяльності особистості.
3. Орієнтувальна основа діяльності.
4. Етапи і чинники продуктивності формування навичок.
5. Уміння як використання знань і навичок для досягнення мети професійної діяльності.
6. Потреби як джерело активності особистості.
7. Мотиви і мотивація професійної діяльності.
8. Психологічні особливості формування системи знань в процесі професійного розвитку.



10. Розвиток професійно важливих якостей фахівців екстремального профілю діяльності.
11. Психологічна готовність до діяльності в екстремальних умовах. Структура психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах.
12. Психологічні умови розвитку духовності й громадянської позиції фахівця екстремального профілю діяльності.
13. Психологічні особливості професійного самовизначення фахівців екстремального профілю діяльності.
14. Професійне самовизначення особистості. Теорія професійного самовизначення Д. Сьюпера.
15. Проблема вибору професії майбутніми фахівцями.
16. Профорієнтація як чинник успішного професійного самовизначення.
17. Психологічна класифікація професій (За Є. Клімовим).
18. Професіограма і психограма майбутнього фахівця.
19. Взаємозв'язок професійного і особистісного розвитку.
20. Актуальні проблеми соціально-психологічного забезпечення професійної діяльності
21. Класифікація шляхів та засобів збереження працездатності та безпечної діяльності спеціалістів
22. Професіоналізм як інтегративна характеристика зрілої особистості. Психологічні характеристики професіонала.
23. Позитивний і негативний професіогенез. Емоційне «вигорання» і професійні деформації особистості.
24. Вікові особливості професійного становлення і розвитку особистості.
25. Психологічні особливості й типологія криз професійного становлення.
26. Гендерні особливості професійного становлення фахівців екстремального профілю діяльності..
27. Основні підходи до розуміння поняття «професійна кар'єра».
28. Стадії кар'єри.
29. Типи професійної кар'єри.
30. Критерії успішної кар'єри.
31. Особливості і бар'єри професійного розвитку фахівців екстремального профілю діяльності.
32. Типи професійної кар'єри, характерні для фахівців екстремального профілю діяльності.
33. Чинники професійного розвитку фахівців екстремального профілю діяльності.
34. Особливості свідомого планування і розвитку професійної кар'єри.
35. Індивідуальні особливості особистості, пов'язані з успішною кар'єрою.
36. Визначення гендерних особливостей працівників як чинників їх професійної кар'єри.
37. Формування психологічної готовності до свідомого планування професійного розвитку фахівців екстремального профілю діяльності.
38. Розвиток мотивів професійного і особистісного вдосконалення фахівців екстремального профілю діяльності.
39. Форми і методи формування психологічної готовності фахівців екстремального профілю діяльності до професійного розвитку.

40. Технологія психологічного забезпечення професійного розвитку фахівців екстремального профілю діяльності.
41. Психологічні технології підготовки до конструктивного подолання криз в професійному становленні.
42. Особливості професійного становлення особистості в процесі професійної підготовки.
43. Психологічні особливості професійного становлення фахівців професій типу «людина-людина».
44. Психологічна готовність до діяльності в екстремальних умовах праці.
45. Фактори професійного середовища, які забезпечують високу працездатність та функціональний стан особистості.
46. Загальна характеристика психологічного вивчення професій та основ професійної підтримки життя та кар'єри.
47. Психологічний зміст професійного розвитку фахівців екстремального профілю.
48. Теоретичний аналіз наукового поняття самозбережувальна поведінка майбутніх фахівців ризиконебезпечних професій.
49. Проблема професійного психологічного відбору фахівців екстремального профілю.
50. Психологічне забезпечення професійної адаптації в екстремальних ситуація.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Базова

1. Березовська Л. І. Психологія діяльності. У 2 кн. Кн. 1. Психологія праці як складова частина психології діяльності: Навчально – методичний посібник. / Л. І. Березовська, О. С. Юрков. – Мукачево: МДУ, 2015. – 186 с.
2. Кокун О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: Монографія. – К.: ДП «Інформ.-аналіт. Агенство», 2012. – 200 с.
3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – К.: Ельга, Ніка-Центр, 2017. – 505 с.
4. Мазяр О. В., Кириченко В. В. Психологія праці: модульний курс : навчальний посібник. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – 190 с.
5. Осьодло В. І. Психологія професійного становлення офіцера : монографія / В. І. Осьодло. – К.: ПП «Золоті ворота», 2012. – 463 с.
6. Пачковський Ю. Ф. Психологія підприємництва: Навчальний посібник. / Ю. Ф. Пачковський. – К.: Каравела, 2012. – 416 с.
7. Побудова кар'єри : навч. посіб, [О. В. Мельник, О. Л. Морін, Л. А. Гуцан, І. І. Ткачук, О. М. Пархоменко, З. В. Охріменко, Т. С. Попова, М. В. Лузан; за ред. О. В. Мельника]. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2016. – 172 с.

8. Психологія праці у звичайних та екстремальних умовах. Навчальний посібник / М. С. Корольчук, В. М. Корольчук, С. М. Миронець та ін.. – К.: Київ. Нац. торг. – екон. ун., 2015. – 652 с.

9. Психологія професійної діяльності та психологічна діагностика організацій: курс лекцій для студентів денної і заочної форм навчання спеціальності 053 «Психологія», ступінь «Магістр», / укладач О. С. Юрков. – Мукачево: МДУ, 2017. – 116 с.

10. Юрков О. С. Психологія праці та інженерна психологія: Навчально – методичний посібник. / О.С. Юрков – Мукачево: МДУ, 2012. – 182 с.

### Допоміжна

1. Акмеологія з основами психології кар'єри: Навч.-метод. посібн. / О. М. Гавалешко (уклад.). – Чернівці: Рута, 2004. – 84 с.

2. Антонова Н. О. Кризові явища у професійному становленні студентів-психологів та психологів-практиків // Актуальні проблеми психології. – Т. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. / За ред. С. Д. Максименка. – К.: ІВЦ Держкомстату України, 2007. – Вип. 6. – С. 3 – 9.

3. Бондаренко І. І. Психологічні умови ефективної професійної адаптації психологів-початківців: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2004. – 19 с.

4. Бондаренко О. Ф. Психологічні особливості сучасної студентської молоді та проблеми професійної підготовки психологів-практиків. // Практична психологія та соціальна робота. – К., 2003. – № 4. – С. 8 -11.

5. Довгих Л. Кар'єрні домагання як суб'єктивний механізм професійної самореалізації // Соціальна психологія. – 2005. – № 2. – С. 67 – 71.

6. Кириленко О. А. Психологічні детермінанти професійного стресу у представників професії типу «людина-людина»: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.03 / Київський Національний університет імені Т. Шевченка. – К., 2007. – 20 с.

7. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці: навч. посібник / Я. В. Крушельницька. – К.: КНЕУ, 2000. – 232 с.

8. Малхазов О. Р. Психологія праці: навч. посіб. / О. Р. Малхазов. – К.: Центр учбової літератури, 2010. – 208 с.

9. Гордієнко В. Розвиток особистості в процесі професіоналізації: професіогенез особистості / В. Гордієнко. // Психологія праці та професійної підготовки особистості: навч. посібник / За ред. П. С. Перепелиці, В. В. Рибалки. – Хмельницький: ТУП, 2001. – с. 48-67.

10. Психологія праці та професійної підготовки особистості: Навч. посібник / За ред. П. С. Перепелиці, В. В. Рибалки. – Хмельницький: ТУП, 2001. – с. 5-25.

11. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: навч. посібник для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки, Т. В. Зайчикової. – К.: Міленіум, 2004. – 264 с.

12. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості / Т. М. Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.

13. Кокун О. М. Психологічні особливості та передумови професійного вибору особистості на етапі оптації // Наук. записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка

АПН України / За ред. академіка С. Д. Максименка. – К.: ВД «ТРОЯ», 2009. – Вип. 37. – С. 198 – 208.

14. Коломінський Н. Л. Методологічні засади професійної підготовки психолога // Практична психологія та соціальна робота. – К., 2003. – №4. – С.12–14.

15. Рибалка В.В. Психологія праці особистості: Навч.-метод. посіб. – К.-Кременчук: ПП Щербатих, 2006. – 76 с.

16. Гупаловська В. Гендерні особливості кар'єрних орієнтацій молоді / В. Гупаловська, О. Каляманська, О. Щербатюк. Вісник Львівського університету: сер.: Філософські науки. 2008. Вип. 11. С. 229-246.

17. Кришталь М. Д. Психологічне забезпечення професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : [навчальний посібник] / Кришталь М. Д.. – Черкаси : Академія пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля, 2011. – 226 с.

18. Куций О.А. Потенціал психології кар'єри та перспективи його застосування щодо персоналу, який діє в особливих умовах / О. Д. Куций // Проблеми екстремальної та кризової психології. 2015. – Вип. 18. – С. 111-120.

19. Траверсе Т. М. Психологія праці: навчально-методичний посібник / Т. М. Траверсе. 2004. – 227 с.

20. Фомич М. В. Психологічні особливості розвитку професійно важливих якостей начальників караулів оперативно-рятувальної служби цивільного захисту : [монографія] / М. В. Фомич, М. А. Кришталь, П. В. Теслюк. – Черкаси : видавець Ю. Чабаненко, 2014. – 166 с.

### Інформаційні ресурси

1. Алексенцева-Тімченко К. С. Соціотехнологічні аспекти проектування кар'єри / К. С. Алексенцева-Тімченко // Наукові праці [Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія»]. Серія : Соціологія. – 2015. – Т. 258, Вип. 246. – С. 73-79. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdusoc\\_2015\\_258\\_246\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdusoc_2015_258_246_14).

2. Лефтеров В. О. Особистісно-професійний розвиток фахівців екстремальних видів діяльності засобами психологічного тренінгу / В. О. Лефтеров // Психологія і суспільство. – № 2 (48). – Тернопіль : ТНЕУ, 2012. – С. 91-107. Режим доступу: <http://surl.li/dkyxl>.

3. Канівець Т. М. Особливості формування психологічної готовності студентів вищих навчальних закладів до здійснення майбутньої професійної кар'єри / Т. М. Канівець // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2015. – № 1. – С. 69-77. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ophep\\_2015\\_1\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ophep_2015_1_9).

## ДОДАТКИ

Додаток А

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ  
ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ ІМЕНІ ГЕРОЇВ ЧОРНОБИЛЯ  
ВІДДІЛЕННЯ ЗАОЧНОГО НАВЧАННЯ

### КОНТРОЛЬНА РОБОТА

з «Психологія професійного розвитку та підготовки фахівців екстремального профілю діяльності»

(назва дисципліни)

Здобувача \_\_-го курсу (т.н. 1 роки 9 міс.)  
\_\_\_ групи ОР «магістр»  
спеціальності 053 «Психологія»  
Іваненка І.І.  
Шифр 879

м. Черкаси – 20\_\_ рік

## ЗРАЗКИ ОФОРМЛЕННЯ ДЕЯКИХ ВИДІВ БІБЛЮГРАФІЧНИХ ОПИСІВ

1. *Опис навчального посібника, підручника:*
  - Болюбаш Я. Г. Вища освіта в Україні : [підруч.] / Я. Г. Болюбаш. – К. : Либідь, 2002. – 264 с.
  - Вища освіта України і Болонський процес : навч. посіб. / [М. Ф. Степко, Я. Я. Болюбаш, В. Д. Шинкарук та ін.] ; за ред. В. Г. Кременя. – Тернопіль, 2004. – 384 с.
2. *Опис статті з журналу, газети.*
  - Андрущенко В.П. Модернізація педагогічної освіти України в контексті Болонського процесу / В.П. Андрущенко // Вища освіта України. – 2004. – № 1. – С. 5–9.
3. *Опис державних документів:*
  - Кодекс цивільного захисту України : [закон України, 02.10.2012 р., № 5403-VI] // Голос України, 2012. – № 220 (5470). – С. 4-20.
  - Про особливості впровадження кредитно-модульної системи організації навчального процесу : наказ МОН України від 20.10.2004 р. / МОН України. – К., 2004. – № 812.
4. *Опис тез наукових конференцій:*
  - Бойченко А. П. Вища освіта України в умовах трансформації суспільства / А. П. Бойченко // Сучасні тенденції освіти : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., (Київ, 15-16 лист. 2012 р.). – Київ : Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, 2012. – С. 4–11.
5. *Опис періодичного видання:*
  - Черних О. С. Вхідження України до загальноєвропейського простору вищої освіти / О. С. Черних // Вісник книжкової палати. – 2004. – № 5 (94). – С. 48–53.
6. *Опис словників:*
  - Косар В. Б. Термінологічний словник / В. Б. Косар. – Х. : Прапор, 2008. – 530 с.
7. *Опис авторефератів дисертацій:*
  - Вовчаста Н. Я. Організаційно-педагогічні умови професійної підготовки фахівців пожежно-рятувальної служби : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня к.пед.н. : спец. 13.00.04 “Теорія і методика професійної освіти” / Н. Я. Вовчаста. – Львів, 2010. – 25 с.
8. *Електронні ресурси:*
  - Стратегія та сучасні тенденції розвитку університетської освіти України в контексті Європейського простору вищої освіти / [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [www.mon.gov.ua/education/higher/bolpr/strateg.doc](http://www.mon.gov.ua/education/higher/bolpr/strateg.doc).

## ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

**АДАПТАЦІЯ** (від лат. *adapto* – пристосовую) – пристосування будови, функцій організму та психічних утворень до умов зовнішнього середовища. Процес адаптації спрямований на збереження гомеостазу. Виокремлюють сенсорну, соціальну, професійну та інші види адаптації. Адаптивність позначає здатність системи змінюватися під впливом навколишнього середовища.

**АКТИВНІСТЬ** – поняття, що означає здатність живих істот здійснювати довільну діяльність. Трансформується під впливом зовнішніх чи внутрішніх факторів. У психології порівнюється з діяльністю, розкривається як динамічна умова її здійснення.

**АКЦЕНТУАЦІЯ ХАРАКТЕРУ** – поняття, введене К. Леонгардом, яке позначає надмірний вияв окремих рис характеру особистості. Розрізняють акцентуації характеру і темпераменту, перші – можуть розвиватися у процесі тривалої взаємодії з професійним середовищем.

**АНТИЦИПАЦІЯ** – здатність системи у тій чи іншій формі передбачувати розвиток подій, явищ, результатів діяльності. У психології цей термін використовуються для означення: 1) здатності людини передбачати можливі результати діяльності до її початку (В. Вунд); 2) здатність живого організму бути готовою до реакції на подразник до початку його впливу («випереджуюче відображення») (П. К. Анохін).

**АПЕРЦЕПЦІЯ** (від лат. *perceptio* – сприйняття) – залежність сприйняття від попереднього досвіду людини, від загального змісту психічної діяльності та професійної спрямованості.

**АТРИБУЦІЯ** (від лат. *attributio* – приписувати) – приписування соціальним об'єктам (людині, групі, професійній спільноті) характеристик та властивостей, не представлених у полі безпосереднього сприйняття індивіда.

**БІЛЬ** – психічний стан, який виникає у результаті сильного або руйнуючого впливу на організм та свідчить про загрозу функціонування самого організму.

**ВІЙСЬКОВА ПСИХОЛОГІЯ** – галузь психології, яка вивчає психологічні особливості різноманітних видів військової діяльності в залежності від суспільно-історичних умов, рівня військової техніки, властивостей військового та колективу, методів військової підготовки.

**ГІПОКІНЕЗІЯ** – обмеження рухового навантаження.

**ГРУПА** – певна кількість людей, які об'єднані певною ознакою, метою, спільними інтересами тощо. Основними причинами розподілу людей на групи зазвичай є класова приналежність, характер спільної діяльності, рівень інтелектуального розвитку.

**ГРУПОВА НОРМАЛІЗАЦІЯ** – соціально-психологічне явище, що є результатом групової дискусії, за якого початково протилежні позиції сторін конфлікту

залагоджуються за рахунок прийняття раціонального компромісного рішення.

**ГРУПОВА СУМІСНІСТЬ** – елемент групової злагодженості, що полягає в оптимальній єдності та відсутності протиріч психологічних властивостей учасників групи. Групова сумісність визначається за рівнем міжособистісної комунікації й узгодженості дій. Критерієм наявності чи відсутності групової сумісності є відсутність чи наявність взаємоузгодженої спільної діяльності.

**ДІЯЛЬНІСТЬ** – динамічна система взаємодії суб'єкта зі світом, у процесі якої відбувається втілення в об'єкті психічного образу та реалізації опосередкованого ставлення до предметного світу.

**ДОМІНАНТА** (від лат. *dominans* – панівний) – тимчасово панівна рефлекторна система, яка обслуговує роботу нервових процесів у певний момент часу і водночас надає поведінці певної спрямованості. Вчення про домінанту було засноване О. О. Ухтомським.

**ЕКСПЕРТ** – (від лат. «досвідчений») – компетентна особа, що має спеціальний досвід у конкретній області і бере участь у дослідженні та надає безпосередню інформацію.

**ЖИТТЄВИЙ ШЛЯХ** – найбільш широке загальнонаукове поняття, яке описує прогрес індивідуального розвитку людини від народження до смерті. Часто використовується як синонім понять «час життя» та «життєвий цикл», хоча їх зміст відмінний.

**ЗАДАЧА** – сформульована у певних умовах мета діяльності, яка повинна бути досягнута за рахунок перетворення цих умов згідно певної процедури. Завдання включає в себе вимоги (ціль), умови (відомі) та пошукові елементи (невідоме).

**ЗДІБНОСТІ** – з точки зору ціннісного обміну – ресурс особистісного розвитку людини, який полягає: 1) в актуальній здатності ефективно здійснювати певні дії в плані вирішення життєвих завдань; 2) в усвідомленій реальній можливості цієї здатності досягнути. Перше досягається рефлексією вмінь і результатів діяльності, друге – рефлексією життєвої ситуації, власних особистісних властивостей і ціннісного досвіду саморозвитку.

**ІДЕНТИФІКАЦІЯ** (від лат. *identifico* – ототожнювати) – процес уподібнення суб'єкта соціальної спільності чи іншому індивіду у процесі наслідування поведінки, зовнішніх атрибутів та групових цінностей.

**ІНДИВІДУАЛЬНИЙ СТИЛЬ ДІЯЛЬНОСТІ** – стійка індивідуально-своєрідна система психологічних засобів, прийомів, навиків, методів та способів виконання тої чи іншої діяльності.

**КОЛЕКТИВ** – група людей, які здійснюють спільну діяльність і досягають кінцевого результату на основі гармонізації індивідуальних, групових і суспільних цілей, інтересів та цінностей.

**КОМАНДА** – об'єднання групи осіб, які мають спільні погляди та світоглядні уявлення з метою ефективного вирішення спільних завдань.



**КОНФЛІКТ** – зіткнення протилежно спрямованих, несумісних один з одним тенденцій у свідомості окремо взятого індивіда, у міжособистісних взаємодіях чи відносинах індивідів чи груп людей, пов'язане з гострими негативними емоційними переживаннями.

**ЛІДЕР** – 1) член групи, чий авторитет визнається рештою членів групи, які готові слідувати за ним. Група визнає за лідером право приймати відповідальні рішення в значимих для неї ситуаціях; 2) особа, яка має домінуючий вплив на групу в системі неформальних стосунків.

**МОНОТОНІЯ** – психічний стан людини, який виникає при виконанні одноманітної, повторюваної діяльності в бідних на подразники та одноманітних умовах.

**МОТИВАЦІЯ ПРАЦІ** – сукупність чинників, які спонукають професійну діяльність суб'єкта праці та визначають її процесуальну сутність і психологічний зміст.

**НЕРВОВО-ПСИХІЧНА НАПРУГА** – загальна реакція організму при зміні стереотипу діяльності і найбільш різко проявляється при уявній або реальній загрози життю або здоров'ю індивіда.

**ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОНФЛІКТ** – зіткнення протилежно спрямованих організаційних поглядів індивідів чи групи індивідів. Їх поява зазвичай обумовлене змінами усталених норм діяльності, переходом до нових організаційних структур, конверсії тощо. Дії різних сторін організаційного конфлікту показують логіку розвитку організації, відображають усталені норми, не зачіпаючи особистісних інтересів.

**ОРГАНІЗАЦІЯ** – об'єднання людей, яке спрямоване на досягнення соціально-економічних цілей і задоволення інтересів за допомогою спільної трудової діяльності і яке має правовий статус, зумовлений законами суспільства.

**ПЕДОЛОГІЯ** (від грецького *país* – дитина та *logos* – вчення) – наукова парадигма в психології та педагогіці, яка виникла в на межі XIX – XX ст., що обумовлювалося розповсюдженням еволюційних ідей та розвитком прикладних галузей психології (психотехніка) та експериментальної психології. Зміст предметної області вивчення педології – сукупність психологічних, анатомо-фізіологічних, біологічних та соціологічних підходів до проблеми вивчення розвитку дитини, які в окремих випадках були пов'язані між собою штучно.

**ПЕРЕВТОМЛЕННЯ** – стан організму на межі патології, який розвивається під впливом тривалої та невпинної роботи в стані стомлення або тоді, коли регламентуючий відпочинок між циклами роботи є недостатнім для відновлення й характеризується об'єктивно-суб'єктивними ознаками стомлення, а в професійній діяльності з'являються грубі помилки в роботі.

**ПОТРЕБА** – сутнісна динамічна психічна сила, яка проявляється як стан внутрішньої напруги, що спонукає індивіда до цілеспрямованої активності для задоволення життєво важливих функцій самозбереження та підтримки гомеостазу.

**ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ** – потенційна здатність індивіда виконувати продуктивну

діяльність на певному рівні ефективності упродовж певного терміну часу. Працездатність залежить від зовнішніх умов діяльності та психофізіологічних властивостей працівника. Відносно процесу виконання завдання, можна виокремити максимальну, оптимальну та знижену працездатність.

**ПРАЦЯ** – усвідомлений та продуктивний вид діяльності людини, який спрямований на задоволення потреб індивіда та суспільства. У процесі цієї діяльності людина за допомогою знарядь праці змінює навколишнє середовище, перетворює матеріальні і духовні ресурси задля досягнення раніше наміченої цілі.

**ПРОФЕСІОГРАМА** – опис професії, що розкриває зміст професійної праці, а також вимог, які вона ставить перед людиною; складається на основі аналізу змісту професійної діяльності і містить загальну характеристику професії і вимоги, що ставить вона до людини.

**ПРОФЕСІЯ** – відокремлений («окреслений») у межах суспільного поділу праці комплекс дій та відповідних знань, що вимагає відповідної освіти чи кваліфікації, які особа може виконувати відносно постійно.

**ПСИХОТЕХНІКА** (дослівно «мистецтво впливу на душу») – галузь психології, яка була найбільш популярною наприкінці XIX – початку XX ст.; займалась проблемами вивчення професійної придатності працівника та раціоналізацією трудового процесу, профорієнтацією та професійним відбором; згодом дала поштовх для розвитку психології праці, інженерної психології, ергономіки та психології управління.

**СПОСТЕРЕЖЕННЯ** – емпіричний метод психологічного дослідження, суть якого полягає у цілеспрямованому, систематичному сприйнятті та фіксації психічних явищ з метою вивчення їх специфічних змін у певних умовах.

**СТИЛЬ КЕРІВНИЦТВА** – типова для лідера (керівника) система прийомів впливу на підлеглих; способи та засоби, які застосовуються лідером (керівником) для здійснення потрібного впливу на людей, що залежать від нього.

**СТОМЛЕННЯ** – викликане трудовими навантаженнями тимчасове зменшення працездатності.

**СУМІСНІСТЬ** – здатність людей працювати спільно, успішно вирішувати завдання, які вимагають від них узгодженості дій та хорошого взаєморозуміння; групова сумісність – найсприятливіше поєднання властивостей членів групи, яке забезпечує успіх спільної справи й особисте задоволення кожного члена групи від роботи; соціально-ідеологічна сумісність передбачає спільність ідейних поглядів і переконань, схожість соціальних установок і цінностей, сумісність національних традицій та релігійних поглядів.

**ТЕМПЕРАМЕНТ** – характеристика індивіда з боку динамічних особливостей його психічної діяльності, тобто темпу, швидкості, ритму, інтенсивності, що складають цю діяльність психічних процесів і станів.

**УМІННЯ** – здатність людини усвідомлено застосовувати набуті знання.

**ХАРАКТЕР** – комплекс сталих психічних властивостей людини, що виявляються в її поведінці та діяльності, у ставленні до суспільства, до праці, до інших, до самої себе.

**ЦІННІСНА СВІДОМІСТЬ** – це сукупність уявлень, в яких відображено особистісні цінності, що можуть мати різні рівні вияву, актуалізованості, стійкості та регуляційного потенціалу. Як психологічний центр регуляції діяльності і розвитку особистості ціннісна свідомість концентрує вибірково, особистісно значимі результати життєвого досвіду як у сфері соціальних стосунків та діяльності, так і у сфері особистісного розвитку.

**Я (EGO)** – в психоаналізі визначається як свідомість, розумна, раціональна частина психіки. «Я» формується під впливом суспільства, яке висуває свої вимоги до людини.

**Навчальне видання**

АМУРОВА Яна Володимирівна

**ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ТА ПІДГОТОВКИ  
ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ ДІЯЛЬНОСТІ**

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи  
для здобувачів відділення заочного навчання  
другого (магістерського) рівня вищої освіти  
спеціальності 053 «Психологія»

Підписано до друку 20.09.2022. Формат 60x90 1/16.  
Папір Технік соріг. Друк ризограф. Ум. друк. арк. 3,6.  
Тираж 300 прим. Замовлення № 234.  
Друкарня Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля  
Національного університету цивільного захисту України.  
18034, м. Черкаси, вул. Онопрієнка, 8.