

**Український католицький університет  
факультет наук про здоров'я  
кафедра психології та психотерапії**

<b>Назва курсу</b>	<b>Психологія стосунків та спілкування</b>
<b>Викладачі</b>	Ірина Семків
<b>Профайл викладачів</b>	<a href="http://psychology.ucu.edu.ua/pro-nas/komanda/iryna-semkiv/">http://psychology.ucu.edu.ua/pro-nas/komanda/iryna-semkiv/</a>
<b>Контактний тел.</b>	
<b>Е-mail:</b>	<a href="mailto:semkiv@ucu.edu.ua">semkiv@ucu.edu.ua</a>
<b>Сторінка курсу в CMS</b>	<a href="https://cms.ucu.edu.ua/course/view.php?id=1727">https://cms.ucu.edu.ua/course/view.php?id=1727</a>
<b>Консультації</b>	Обговорення вимог до написання індивідуальних проєктів

### 1. Анотація до курсу

*Курс “Психологія стосунків та спілкування”* є вибірковим у процесі підготовки бакалаврів різних спеціальностей, оскільки його метою є формування у студентів компетентностей у встановленні стосунків та спілкуванні. У межах навчального курсу студенти ознайомлюватимуться з такими змістовними модулями, як : структура психіки та стосунки, психологія любові та прив'язаності, психологія спілкування: вербальне та невербальне спілкування. Знання та вміння отримані в процесі вивчення курсу можуть допомогти більш ефективно виконувати свої професійні обов'язки, які пов'язані зі стосунками та спілкуванням, бути більш компетентними у особистості житті.

### 2. Мета та цілі курсу

*Мета вивчення курсу “Психологічні теорії”* - полягає у ознайомленні студентів з особливостями функціонування психіки у соціальному контексті, розвитку компетенцій пов'язаних із встановленням та підтриманням стосунків. Усвідомленні психологічних процесів, завдань та навиків, які необхідно розвинути з метою розвитку себе як активного учасника спілкування та стосунків.

*Ціллю курсу є* розвиток у студентів вмінь застосовувати отримані знання на практиці та формуванню у студентів мотивації продовжувати розвивати отримані компетенції і після закінчення курсу.

### 3. Формат курсу

Формат курсу є очним, розребленим у CMS, курс включає лекції, семінари та практичні заняття

#### 4. Результати навчання

- Знати основні психологічні теорії
- Ідентифікувати психологічні явища у реальному світі
- Описувати психологічні процеси
- Відтворювати основні підходи до інтерпретації соціально-психологічної дійсності
- Розв'язувати практичні завдання (кейси) з психологічної тематики
- Критично осмислювати значення психологічних явищ у практичній роботі психолога
- Доводити вплив соціальних процесів на психологічні та навпаки
- Узагальнювати значення помилок психологічного пізнання у соціальному світі
- Припускати вплив одних психологічних явищ на інші
- Винаходити способи розв'язання тих чи інших психологічних дилем
- Порівнювати психологічну та непсихологічну перспективу осмисленні соціальної реальності
- Аналізувати різні підходи до розуміння психічної реальності
- Категоризувати класичні психологічні підходи та їх представників
- Диференціювати явища психологічного та непсихологічного походження
- Передбачати перебіг психологічних явищ у залежності від аналізу реальності
- Дискутувати на предмет невирішених проблем психології

#### 5. Обсяг курсу

Вид заняття	лекції	практичні заняття	самостійна робота
К-сть годин	0	30	60

#### 6. Ознаки курсу:

Рік викладання	семестр	спеціальність	Курс, (рік навчання)	Нормативний\вибірковий
2019/2020	2	усі	1-4	в

#### 7. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

Студенти працюють на лекціях у форматі презентацій; самостійні завдання виконують опираючись на курс у CMS; на практичних заняття використовується професійний психолого-діагностичний та психолого-психотерапевтичний інструментарій, як от: Метафоричні асоціативні картки, Трансформаційні інструменти роботи з групами.

## 8. Політики курсу

Під час практичних занять студенти поринуть у справжню атмосферу практичної роботи, дотриманням етичних стандартів професії.

## 9. Схема курсу

Тиж. / дата / год.	Тема, план заняття, короткі тези	Форма діяльності (заняття) / Формат	Матеріали	Література Ресурси в інтернеті	Завдання для самостійної роботи, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тиж. 1. 04.02.20 2 акад. год.	Вступне заняття. Презентація курсу. Виявлення очікувань учасників курсу, опис структури курсу, тематичних блоків та отриманих в результаті курсу компетенцій	Практичне заняття F2F	Презентація, дискусія, обговорення.	-	Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)		
Тиж. 2. 11.02.20 2 акад. год.	<b>Модуль I. Структура психіки та стосунки</b> <b>Тема 1.1.: Свідоме та несвідоме у комунікації та стосунках</b> Що Ви отримаєте? 1. Ознайомитесь з поняттям психіки; 2. Зможете проаналізувати особливості вияву несвідомого у стосунках; 3.Отримаєте змогу дослідити власне несвідоме у стосунах; 4. На практиці спробуєте проаналізувати прояв несвідомого та механізмів психологічного захисту у своїх стосунках з іншими людьми. Опис теми. Несвідоме є найбільшою частиною психіки людини. Проте це та частина психіки про яку нам майже нічого невідомо. Змісти	Лекція F2F	Презентація, МАК	1,2,3,4	Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)		

	несвідомого проявляються у неочікуваних для нас вчинках, у повторюваних помилках та неконтрольованих діях. Це та багато іншого можна буде пізнати у темі.						
<b>Тиж. 3.</b> 18.02.20 <b>2 акад. год.</b>	<b>Тема 1.2.: Про границі та співзалежність у стосунках</b> Що Ви отримаєте? 1. Ознайомитесь з поняттям співзалежності; 2. Зможете проаналізувати особливості вияву співзалежності у стосунках; 3. Отримаєте змогу дослідити рівень власної співзалежності; 4. На практиці спробуєте проаналізувати прояв співзалежності у своїх стосунках з іншими людьми. Опис теми. Співзалежний стосунок – це стосунок в якому, хибно може видаватись ніби «від мене нічого не залежить». Власне це ілюзорне відчуття залежності і відрізняє справжню залежність від співзалежності. Співзалежність є, часто, джерелом психологічного відчуття апатії, безсилля, пасивності або ж контролю, гіперкомпенсації та влади з іншої сторони.	Лекція <i>F2F</i>	Презентація, МАК, Тести	11,12	<i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i>		
<b>Тиж. 4.</b> 25.02.20 <b>2 акад. год.</b>	<b>Тема 1.3.: Співзалежні стосунки.</b> Дискусія з прочитаного матеріалу з теми свідомого та несвідомого у комунікації та стосунках та особливості вияву границь у стосунках	Практичне заняття <i>F2F</i>	Література	1,2,3,4,11, 12	<i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i>		
<b>Тиж.5</b> 03.03.20 <b>2 акад. год.</b>	<b>Модуль II. Психологія любові та прив'язаності</b> <b>Тема 2.1: Теорія прив'язаності: про любов яка родом з дитинства</b> Що Ви отримаєте? 1.Отримаєте шанс розуміння себе та партнера у стосунках;	Лекція <i>F2F</i>	Презентація, Відо-матеріал	5,6,7,8,9,10	<i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i>		

	<p>2.Будете мати шанс усвідомити те, що любов переживається по різному різними людьми;</p> <p>3.Проаналізуєте те чому деякі люди бояться любові та глибоких стосунків прив'язаності;</p> <p>4.Спробуєте побачити те, що любов «тренується» в дитинстві (на прикладі експериментів з тваринами та людьми)</p> <p>Опис теми. Мова йтиме про психологічний вимір глибинного почуття любові та фізіологічні коріння почуття прив'язаності. Будуть розглянуті психофізіологічні та психоаналітичні виміри любові у контексті перших ранніх стосунків з матір'ю чи особою, яка заміняє матір.</p> <p>Акцентовано увагу на тому як ці ранні стосунки відображаються на "вмінні" любити. Буде підняте питання про те чому інколи люди шукають любові, але втікають від неї.</p> <p>Розглядатимуться експерименти проведені на тваринах та повторені на дітях з метою розуміння певних моделей проживання любові у стосунках</p>						
<p><b>Тиж.6</b></p> <p>10.03.20</p> <p><b>2 акад. год.</b></p>	<p><b>Тема 2.2: Хімія та динаміка любовних стосунків</b></p> <p>Що Ви отримаєте?</p> <p>1. Отримаєте шанс розуміння себе та партнера у стосунках;</p> <p>2. Будете мати шанс усвідомити те, що любов переживається по різному на різних етапах;</p> <p>3. Проаналізуєте фізіологічні особливості переживання закоханості, любові та прив'язаності у романтичних та дружніх стосунках;</p> <p>Опис теми. Мова йтиме про психофізіологічний вимір романтичних стосунків на різних стадіях. Будуть розглянуті різні етапи формування прив'язаності у парі. Акцентовано увагу на тому як наше тіло поводить себе тоді, коли воно любить. Розглядатимуться експерименти пов'язані з психофізіологічною основою любовних стосунків.</p>	<p>Лекція</p> <p><i>F2F</i></p>	<p>Презентація, відеоматеріал,</p>	14	<p><i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i></p>		

<p><b>Тиж.7</b> 17.03.20 <b>2 акад. год.</b></p>	<p><b>Тема 2.3: Перша стадія стосунків – закоханість</b> Що Ви отримаєте? 1. Отримаєте шанс розуміння себе та партнера у стосунках; 2. Будете мати можливість усвідомити те, що перша стадія у стосунках не триває усе життя (навіть, якщо обоє цього дуже хочуть); 3. Проаналізуєте, що може відбуватись "після закоханості"; 4. Спробуєте побачити, що розчарування у стосунках є закономірним. Закоханість може переходити у розчарування та подальшу перебудову стосунків (у кохання) або ж у розчарування та розпад стосунків 5. Посумуйте про те, що ідеального партнера не існує 6. Порадієте, що не мусите бути ідеальним у стосунках Опис теми. Мова йтиме про психологічний та психофізичний контекст першої стадії у стосунках - стадії закоханості. Будуть розглянуті психофізіологічні та психоаналітичні виміри закоханості. Акцентовано увагу на тому, що відбувається тоді, коли закоханість "згасає". Буде підняте питання про те чому інколи люди шукають "постійного стану закоханості" та не можуть по-справжньому любити.</p>	<p>Лекція <i>F2F</i></p>	<p>Презентація, МАК, відеоматеріал</p>	<p>5,6,7,14</p>	<p><i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i></p>		
<p><b>Тиж.8</b> 24.03.20 <b>2 акад. год.</b></p>	<p><b>Тема 2.4: Психологія романтичних та дружніх стосунків.</b> Підсумування теми стосунків; дискусія щодо прочитаного матеріалу, написання тестів.</p>	<p>Практичне заняття <i>F2F</i></p>	<p>Література, дискусія, обговорення</p>	<p>5,6,7,8,9,10,14</p>	<p><i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i></p>		

<p><b>Тиж.9</b> 31.03.20 <b>2 акад. год.</b></p>	<p><b>Модуль III. Психологія спілкування: вербальне та невербальне спілкування.</b> <b>Тема 3.1: Комунікативний аспект спілкування</b> Що Ви отримаєте? 1. Ознайомитесь з поняттям комунікації; 2. Будете мати можливість проаналізувати етапи комунікативного процесу; 3. Проаналізуєте бар'єри у комунікації; 4. Спробуєте побачити, якими є основні механізми спрощення та спотворення інформаційного обміну; Опис теми. Мова йтиме про психологічний особливості комунікативного процесу. Будуть розглянуті етапи та різновиди комунікації. Акцентовано увагу на основних механізмах спотворення та помилок у комунікативному процесі.</p>	<p>Лекція F2F</p>	<p>Презентація</p>	<p>20,21,22,23</p>	<p><i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i></p>		
<p><b>Тиж.10</b> 07.04.20 <b>2 акад. год</b></p>	<p>Вихідний в УКУ</p>				<p><i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i></p>		
<p><b>Тиж.11</b> 28.04.20 <b>2 акад. год</b></p>	<p><b>Тема 3.2: Невербальне спілкування та розпізнавання брехні</b> Що Ви отримаєте? 1. Ознайомитесь з поняттям невербального спілкування; 2. Будете мати можливість проаналізувати різновиди невербального спілкування; 3. Проаналізуєте особливості розпізнавання брехні у процесі комунікації; Опис теми. Мова йтиме про психологічний особливості невербального спілкування. Будуть розглянуті етапи та різновиди невербального</p>	<p>Лекція F2F</p>	<p>Презентація, відеоматеріал</p>		<p><i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i></p>		

	спілкування. Акцентовано увагу на основних механізмах розпізнавання брехні у комунікативному процесі.						
<b>Тиж.12-13</b> 05.12.05. 20 <b>4 акад. год</b>	<b>Тема 4.2: Емоційна компетентність та емоції у комунікації та стосунках.</b> Що Ви отримаєте? 1. Ознайомитесь з поняттям емоційної компетентності; 2. Будете мати можливість проаналізувати невербального прояву емоцій; 3. Проаналізуєте особливості розуміння емоцій інших людей; 4. Спробуєте побачити, як можна бути з емоціями у комунікації та стосунках; Опис теми. Мова йтиме про психологічний особливості емоційної компетентності. Будуть розглянуті етапи та різновиди компетентного емоційного реагування. Акцентовано увагу на основних механізмах опрацювання власних емоцій та емоцій інших людей у комунікації та стосунках.	Лекція <i>F2F</i>	Презентація, МАК,		<i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i>		
<b>Тиж.14</b> 19.05.20 <b>2 акад. год</b>	<b>Тема 4.3: Вербальне та невербальне у спілкуванні</b> Підсумок теми вербального та невербального спілкування, аналіз прочитаного матеріалу, дискусія.	Практичне заняття <i>F2F</i>	Література, обговорення, дискусія, тести		<i>Прочитати завдання (Див.завдання у CMS)</i>		
<b>Тиж.15</b> 26.05.20 <b>2 акад. год.</b>	<b>Залікове заняття</b>						

## 10. Система оцінювання та вимоги

Розподіл балів, що присвоюються студентам з навчальної дисципліни “**Психологія стосунків та спілкування**” є сумою балів за виконання практичних завдань та самостійну роботу плюс бали, отримані під час заліку. Впродовж семестру студент за виконання завдань (участь у дискусіях, написання ессе, усні відповіді) отримує – 50 балів; під час складання II модулів і 50 – балів за тести.

У процесі оцінювання навчальних досягнень бакалаврів застосовуються такі методи:

**Методи усного контролю:** індивідуальне опитування, дискусія, представлення доповіді.

**Методи письмового контролю:** модульне письмове тестування.

**Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз

### Умови допуску до іспиту

Відповідно до нового Положення УКУ про освітній процес студент допускається до семестрового контролю з дисципліни “**Психологія стосунків та спілкування**”, якщо він набрав не менше 20 балів з 50 максимально можливих за семестр і виконав наступні умови допуску до іспиту:

- 1) відвідав 2/3 лекційних занять і представив конспект лекцій;
- 2) обов’язково відпрацював всі пропущені семінарські/практичні заняття і виконав відповідні завдання для самостійної роботи;
- 3) виконав всі індивідуальні завдання до курсу та 2/3 завдань для самостійної роботи студентів.

Якщо студент набрав менше 20 балів він не допускається до складання іспиту.

### Система нарахування балів

Навчальні досягнення студентів із дисципліни “**Психологія стосунків та спілкування**” оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов’язковості підсумкового модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок.

Кожний змістовий модуль включає бали за поточну роботу студента на семінарських, практичних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальних завдань. Підсумковий модульний контроль (ПМК) знань здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу за всіма модулями, в кінці семестру.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної та індивідуальної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- своєчасність виконання навчальних завдань;
- повний обсяг їх виконання;
- якість виконання навчальних завдань;
- самостійність виконання;
- творчий підхід у виконанні завдань.

№ з/п	Вид поточної діяльності	Сума Балів
1.	Робота на семінарських заняттях	15
2.	Робота на практичних заняттях	15

3.	Підсумковий модульний контроль (тести)	50
4.	Індивідуальні завдання	20
Разом балів		<b>100</b>

### 11. Рекомендована література

1. З. Фрейд. Я и Оно. – М., 1990. – 56с.
2. З. Фрейд. Психология бессознательного. – М., 1990. – 448
3. З. Фрейд. Тлумачення снів. – Харків: Фоліо, 2019. – 603с.
4. Юнг К. Г. Психология бессознательного/ Пер. с англ. — Издание 2-е., М.: «Когито-Центр», 2010. - 352 с.
5. ПРОБЛЕМЫ ОНТО- И ФИЛОГЕНЕЗА ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ В ТЕОРИИ ДЖОНА БОУЛБИ// Джон Боулби. Привязанность
6. Дж. Боулби. Лекция 1. // Создание и разрушение эмоциональных связей
7. INGE BRETHERTON. THE ORIGINS OF ATTACHMENT THEORY: JOHN BOWLBY AND MARY AINSWORTH// Developmental Psychology (1992), 28, 759-775.
8. JOHN BOWLBY. THE NATURE OF THE CHILD'S TIE TO HIS MOTHER // International Journal of Psycho-Analysis, 1958, 39, 350-373.
9. Джон Боулби. Создание и разрушение эмоциональных связей
10. Джон Боулби. Привязанность
11. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Бегство от близости. Избавление ваших отношений от контрзависимости - другой стороны созависимости.
12. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости
13. INGE BRETHERTON. THE ORIGINS OF ATTACHMENT THEORY: JOHN BOWLBY AND MARY AINSWORTH// Developmental Psychology (1992), 28, 759-775
14. Ларри Янг , Брайан Александер. Химия любви. Научный взгляд на любовь, секс и влечение
15. JOHN BOWLBY. THE NATURE OF THE CHILD'S TIE TO HIS MOTHER // International Journal of Psycho-Analysis, 1958, 39, 350-373.
16. Bowlby R, King P (2004). Fifty Years of Attachment Theory: Recollections of Donald Winnicott and John Bowlby. Karnac Books. p. 17
17. Bowlby, J. (1951). Maternal Care and Mental Health. New York: Schocken.
18. Bowlby J (1999) [1969]. Attachment. Attachment and Loss (vol. 1) (2nd ed.). New York: Basic Books
19. Bowlby J (1973). Separation: Anxiety & Anger. Attachment and Loss (vol. 2); (International psycho-analytical library no.95). London: Hogarth Press
20. Изард К. Психология эмоции.
21. Екман П. Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь
22. Екман П. Теорія брехні
23. Пиз Аллан. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам