

ЗАТВЕРДЖЕНО  
Методичною радою  
університету  
від 26.02.2020  
(протокол №5)



**Силабус**  
навчальної дисципліни  
**Тренінг розвитку soft-skills**  
2024-2025 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Психологія  
Спеціальність: 053 Психологія  
Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки  
Рівень вищої освіти: I рівень

|                            |   |
|----------------------------|---|
| <b>Викладач (і)</b>        | Стрільчук Оксана Володимирівна  |
| <b>Посилання на сайт</b>   | <a href="https://bdpu.org.ua/strilchuk-oksana-volodymyrivna/">https://bdpu.org.ua/strilchuk-oksana-volodymyrivna/</a> |
| <b>Контактний тел.</b>     | 0963048251  |
| <b>Е-mail викладача:</b>   | bumby@ukr.net   |
| <b>Графік консультацій</b> | Четвер 13.00-14.00/субота 12.00-13.00 через тиждень   |

**Обсяг курсу на поточний навчальний рік (заочна форма навчання):**

| Кількість кредитів/ годин | Лекції | Практичні заняття | Самостійна робота | звітність |
|---------------------------|--------|-------------------|-------------------|-----------|
| 5/150                     | 0      | 32                | 118               | залік     |

**Семестр:** весняний

**Мова навчання:** українська

**Ключові слова:** самоусвідомленність, емоційний інтелект, лідерство, емпатія, планування, активне слухання, емпатія, брейнстормінг, стратегії комунікації, емоційне вигорання, особисті якості, бренд психолога.

**Мета курсу:** сформувати розуміння, які soft skills потрібні для професійного зростання психологів. Покращення навичок комунікації, тайм-менеджменту та емоційного інтелекту. Формування навичок у розробці власного плану особистісного зростання. Розвиток навичок ефективного роботи у команді та вирішення конфліктів.

**Предмет вивчення:** ключові soft skills, які допоможуть студентам-психологам ефективно взаємодіяти з клієнтами, колегами, а також впевнено працювати над своїм професійним становленням.

**Компетентності та програмні результати навчання:**

| Компетентності,<br>якими повинен оволодіти здобувач   | Програмні результати навчання   |
|---|---|
| <p><b>ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.</b> Розуміння інформації, її кількісний та якісний аналіз, здійснення узагальнення та інтерпретації, критичне оцінювання й висновки.</p> <p><b>ЗК2. Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності.</b> Використання теоретичних знань (філософських, психофізіологічних, психолого-педагогічних) для формування практичних навичок та умінь з метою надання кваліфікованої психологічної допомоги особистості.</p> <p><b>ЗК3. Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності психолога.</b> Знання фактів, розуміння закономірностей та механізмів виникнення, розвитку й прояву психічних явищ та феноменів у контексті вирішення професійних завдань.</p> <p><b>ЗК4. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</b> Здатність до застосування сучасних інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності.</p> <p><b>ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.</b> Здатність працювати самостійно. Приймати обґрунтовані рішення, обирати оптимальні професійні дії та елементи самоорганізації для розв'язання завдань професійної діяльності.</p> <p><b>ЗК 6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</b> Здатність працювати самостійно, приймати обґрунтовані рішення, обирати оптимальні професійні дії та елементи самоорганізації для розв'язання завдань професійної діяльності.</p> | <p><b>ПРН1.</b> Розуміти наукову інформацію та вміти здійснювати її попередній аналіз, синтез, узагальнення, інтерпретацію та оцінювання; обґрунтовувати власну позицію.</p> <p><b>ПРН2.</b> Надавати кваліфіковану психологічну допомогу клієнтам на основі засвоєних теоретичних знань та сформованих практичних навичок і умінь.</p> <p><b>ПРН3.</b> Розуміти закономірності та особливості розвитку й функціонування психічних явищ і феноменів у контексті вирішення професійних завдань.</p> <p><b>ПРН4.</b> Здійснювати пошук інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій.</p> <p><b>ПРН5.</b> Аналізувати власні якості й поведінку та об'єктивно їх оцінювати на основі критичності та самокритичності.</p> <p><b>ПРН6.</b> Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати обґрунтовані рішення щодо їх розв'язання.</p> <p><b>ПРН7.</b> Вміти гнучко, креативно, нестандартно мислити, продукувати нові ідеї та підходи до розв'язання професійних завдань.</p> <p><b>ПРН8.</b> Встановлювати та підтримувати конструктивні професійні зв'язки з колегами, громадськістю, засобами масової інформації; вміти формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію відповідно до особливостей співрозмовника в умовах міжособистісної взаємодії; продуктивно працювати у команді у процесі вирішення професійних завдань.</p> |

**ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї.** Здатність до системного мислення, креативності, генерування нових ідей, пошуку варіантів нестандартного розв'язання професійних завдань.

**ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії, здатність працювати в команді.** Здатність до налагодження конструктивних професійних зв'язків з колегами, громадськістю, засобами масової інформації для розв'язання професійних завдань; здатність працювати в команді.

**ЗК9. Здатність діяти на основі етичних міркувань.** Здатність до використання принципів, норм етики, правил культури поведінки, правової культури у стосунках з людьми на основі загальнолюдських, національних та громадянських цінностей, норм суспільної моралі.

**ЗК10. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.** Емпатійно взаємодіяти, вступати в комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культурні чи гендерно-вікові особливості.

**ЗК11. Реалізація власних прав і обов'язків як члена суспільства.** Здатність усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;

**ЗК12. Використання різних видів та форм активності для збереження фізичного та психічного здоров'я.** Володіння навичками аналізу своєї діяльності та застосування методів когнітивної та емоційної регуляції власної діяльності, фізичних та психічних станів.

**ФК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.** Знання про етапи розвитку та становлення психології як науки; про психічні явища, їх виникнення, розвиток та

**ПРН9.** Дотримуватись принципів моралі, етичних норм, правил культури поведінки у стосунках з людьми на основі загальнолюдських, національних та громадянських цінностей.

**ПРН10.** Демонструвати уміння взаємодіяти з особами, що мають культурні, гендерно-вікові особливості, з гетерогенними групами на засадах емпатії, толерантності й поваги.

**ПРН11.** Демонструвати соціально-відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям.

**ПРН12.** Розуміти важливості збереження фізичного та психічного здоров'я (власного й оточуючих) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

**ПРН13.** Розуміти основні поняття, категорії, методи, етапи розвитку та становлення психологічної науки; факти, механізми та закономірності психічних явищ, особливості психічного розвитку особистості та його можливих порушень протягом онтогенезу; особливості міжособистісної взаємодії у соціальних групах та спільнотах.

**ПРН14.** Розуміти соціально-психологічні проблеми та вміти самостійно й правильно підбирати доцільні теоретичні й емпіричні методи планування, організації та проведення психологічних досліджень; формулювати науковий апарат дослідження, володіти навичками збору матеріалу, вміти дотримуватися процедури дослідження.

**ПРН15.** Самостійно обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій; аналізувати, систематизувати, інтерпретувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження; формулювати аргументовані висновки та

прояви; основні поняття, категорії психологічної науки; закономірності психічного та психофізіологічного розвитку; особливості вікового розвитку; виникнення, формування та прояви порушень психічного розвитку; механізми міжособистісної взаємодії в різних соціальних групах та спільнотах.

**ФК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.** Здатність до самостійного визначення наукового апарату; планування організації та проведення наукового дослідження; аналізу та

систематизації одержаних результатів; їх опрацювання із застосуванням методів математичної статистики; формулювання аргументованих висновків та рекомендацій.

**ФК3. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.** Здатність до діагностичної діяльності, використання адекватних методик для оцінки змін у розвитку психіки, особливостей поведінки та шляхів психологічної корекції.

**ФК4. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).** Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу особам, які потребують психокорекційного втручання з метою вирішення їх психологічних проблем; перебувають у кризовій ситуації з метою їх адаптації до нових умов життєдіяльності.

**ФК5. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.** Здатність здійснювати просвітницько-профілактичну роботу з підвищення психологічної культури населення; попереджувати відхилення у психічному розвитку та поведінці особистості в цілому та на запит;

рекомендації для вирішення соціально-психологічних проблем; вміти презентувати результати власних досліджень.

**ПРН16.** Складати та реалізувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта; програми групової психологічної корекції.

**ПРН17.** Застосовувати доцільні форми й методи просвітницької роботи для підвищення психологічної культури населення; складати та реалізовувати програми психопрофілактичних дій; надавати консультативно-методичну допомогу клієнтам за запитом; здійснювати експертну діяльність на замовлення органів державного управління.

**ПРН18.** Розробляти та впроваджувати корекційно-розвивальні програми на основі моніторингу індивідуального розвитку особистості клієнта та причин, що його ускладнюють та застосовування засобів своєчасного попередження відхилень у психічному розвитку та поведінці особистості, змін девіантної поведінки на соціально прийнятну; запобігати та конструктивно вирішувати міжособистісні конфлікти; орієнтувати клієнтів на здоровий спосіб життя та збереження психічного здоров'я; мотивувати клієнта до самовиховання й саморозвитку.

**ПРН19.** Застосувати навички та уміння побудови ефективного міжособистісного спілкування з клієнтами, колегами, громадськістю, засобами масової інформації, іншими суб'єктами міжособистісної взаємодії у процесі професійної діяльності на принципах гуманізму й довіри; ефективно виконувати різні ролі у команді в процесі вирішення фахових завдань, демонструвати лідерські якості.

надавати консультативно-методичну допомогу клієнтам та органам державного управління на замовлення.

**ФК6. Здатність до моніторингу змісту й умов індивідуального розвитку клієнта та визначення причини, що його ускладнюють.** Здатність своєчасно попереджати відхилення у психофізичному (психічному) розвитку та становленні особистості, міжособистісних стосунках; запобігати конфліктним ситуаціям та здійснювати психолого-педагогічні заходи, які сприяють подоланню життєвих криз особистості, різних форм девіантної поведінки; формувати соціально корисні життєві перспективи, мотивацію до самовиховання й саморозвитку, орієнтацію на здоровий спосіб життя, захист власного психічного здоров'я та психічного здоров'я оточуючих.

**ФК7. Здатність до ефективного міжособистісного спілкування у процесі професійної діяльності.** Організація ефективного міжособистісного спілкування як уміння вислуховувати, сприймати та розуміти інформацію; здійснювати зворотній зв'язок із співрозмовниками; користуватися навичками невербальної та невербальної комунікації; спостерігати та оцінювати співрозмовників і себе у процесі спілкування.

**ФК8. Здатність усвідомлювати межі своєї компетентності та дотримуватися норм професійної етики.** Знання та дотримання принципів Етичного кодексу психолога (відповідальності, компетентності, конфіденційності, захисту інтересів клієнта тощо), норм психологічної етики.

**ФК9. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку, рефлексії результатів професійної діяльності.** На основі рефлексії власних професійних

**ПРН20.** Знати, розуміти та дотримуватись етичних принципів професійної діяльності психолога; усвідомлювати межі своєї компетентності; поважати гідність клієнта; захищати від будь-яких форм фізичного або психологічного насильства.

**ПРН21.** Демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку, особистісну та професійну рефлексія, самостійне формулювання цілей саморозвитку та підбір шляхів й засобів особистісного та професійного самовдосконалення.

**ПРН22.** Визначати та вміти розв'язувати конкретні проблеми клієнтів, спираючись на сучасні досягнення психологічної науки та зважаючи на реалії сьогодення.

**ПРН23.** Аналізувати стан соціально-психологічного клімату груп та визначати шляхи його оптимізації, тенденції розвитку міжгрупових відносин; застосовувати засоби для забезпечення соціально-психологічного благополуччя суб'єктів взаємодії.

|   |  |
|---|--|
| <p>навичок та умінь самостійно ставити цілі, підбирати шляхи та засоби самовдосконалення та підвищення рівня професіоналізму.</p> <p><b>ФК10. Уміння адаптуватися до нових ситуацій та здатність до професійної мобільності.</b> Обізнаність в реаліях сьогодення; використання сучасних досягнень психологічної науки для розв'язання конкретних поточних проблем клієнтів.</p> <p><b>ФК11. Здатність оцінювати і підтримувати психологічно безпечне середовище.</b> Дослідження психологічного клімату груп; визначення тенденцій розвитку міжгрупових відносин; створення оптимальних умов для ефективної адаптації суб'єктів діяльності та їх позитивного ставлення до соціального оточення і самих себе.</p> |  |
|---|--|

### Зміст курсу:

#### Модуль 1. Поняття та види soft skills.

**Тема 1. Основи soft skills.** Що таке soft skills та їх важливість в професії психолога. Знання та особисті якості в робот психолога. Відмінності між hard і soft skills. Огляд ключових навичок: емпатія, комунікація, тайм-менеджмент, управління емоціями, емоційний інтелект, лідерство. Особливості роботи з різними клієнтськими групами.

**Тема 2. Комунікація та активне слухання.** Що таке ефективна комунікація. Активне слухання: техніки та інструменти. Активне слухання в роботі з клієнтами. Основи активного слухання: парафраз, уточнення, переформулювання. Управління конфліктами через ефективну комунікацію. Невербальна комунікація: як зчитувати сигнали. Невербальні аспекти комунікації: тон голосу, міміка, жести. Побудова довіри у взаємодії з клієнтом. **Практика:** Рольові ігри на активне слухання. Вправи на зворотній зв'язок.

**Тема 3. Емоційний інтелект (EQ)** Що таке емоційний інтелект (EQ). Чотири компоненти EQ: самоусвідомлення, самоконтроль, емпатія, соціальні навички. Як розпізнавати емоції клієнта. Як розпізнавати власні емоції та впливати на них. Емпатія як ключ до ефективної взаємодії. Емпатія як основа роботи психолога. Як розпізнавати емоції інших людей і реагувати на них. Знаходження балансу між емпатією та професійною дистанцією. **Практика:** Вправа

"Щоденник емоцій": учасники аналізують свої емоції протягом дня. Гра "Зчитування емоцій": учасники працюють із фото/відео, щоб визначити емоційний стан персонажів.

## Модуль 2. Управління soft skills.

**Тема 1. Управління стресом і профілактика вигорання** Ознаки професійного вигорання у психологів. Методи саморегуляції та відновлення ресурсів. Постановка пріоритетів та ефективного планування часу. Робота з емоційно складними клієнтами. **Практики:** дихальні техніки для зняття напруги (наприклад, 4-7-8). Вправа "Долонька ресурсів": учасники аналізують свої джерела енергії та способи їх використання. Розробка персонального "антистрес-плану".

**Тема 2. Лідерство та тайм-менеджмент.** Розвиток лідерських якостей. Роль мотивації в команді команди та особистої мотивації. Довіра, делегування і зворотній зв'язок у командній роботі. Навики ефективного планувати навчання, практики та особистого розвитку. Принципи тайм-менеджменту: SMART-цілі, методи Ейзенхауера та Pomodoro. Розстановка пріоритетів у роботі з клієнтами та завданнями. Збалансування особистого життя та професійного навантаження. **Практика:** розробка «Особистого бренду психолога». Планування робочого тижня. Вправи на визначення "крадіїв часу".

**Тема 3. Креативність та критичне мислення.** Генерація нових ідей та новітні технології. Унікальність та масовість. Нестандартні методи вирішення проблем. Техніки розвитку креативності: майндмепінг, метод шести капелюхів, фреймінг. Розвиток критичного мислення для прийняття рішень. Аналіз клієнтських кейсів: як уникати помилкових висновків. Концепція когнітивних викривлень Д. Канемана. Поширені когнітивні помилки (ефект підтвердження, стереотипи, передчасні висновки). Гнучкість мислення особистості. **Практика:** аналіз кейсів: пошук помилок у висновках і пропозиція альтернативних рішень. Групова вправа: брейнстормінг на тему "Як вирішити нестандартну психологічну проблему". Завдання "Шість капелюхів": генерація ідей у різних контекстах.

**Методи навчання:** Поєднання традиційних і нетрадиційних методів навчання з використанням інноваційних технологій: лекції (тематична/проблемна), практичні, пояснення, ілюстрування, проблемна бесіда, метод ситуацій, дискусія, «мозковий штурм», робота в малих групах, виконання практичних вправ та ін.

**Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):**

*Політика щодо дедлайнів та перекладання.* Своєчасне виконання самостійної роботи є обов'язковим. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання занять, що були пропущені або не підготовлені (незадовільні оцінки) відбуваються на консультаціях згідно графіку.

*Політика щодо академічної доброчесності.* Здобувачі вищої освіти дотримуються правил академічної доброчесності згідно Положення про академічну доброчесність у БДПУ. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем.

*Політика щодо відвідування.* Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають лекції і практичні заняття курсу. У будь-якому випадку здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом.

**Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:** Вивчення курсу потребує використання офісних програм призначені для основної маси користувачів.

**Система оцінювання та вимоги:**

Максимальна сума балів буде складати 100.

Максимальна кількість балів за поточне оцінювання – 50 (враховуючи бали за виконання завдань самостійної роботи і творчого завдання)

Максимальна кількість балів за іспит (тестові завдання) – 50 балів.

Форма звітності у I семестрі: іспит

При оцінюванні кожного змістового модуля враховуються такі основні елементи навчальної діяльності студента:

- 1. Відповідь на практичному занятті максимально 2 бали.**
- 2. Виконання самостійної роботи максимально 6 балів.**
- 3. Виконання творчого завдання до 20 балів.**

*1. Бали за участь та відповіді на практичному занятті:*

**2 бали** отримує студент, який виявив всебічні, систематичні і глибокі знання навчально-програмового матеріалу теми, послідовно та логічно, у повному обсязі розкрив зміст питання, вільно володіє термінологією, орієнтується у попередньому матеріалі, правильно відповідає на додаткові питання, робить висновки; виявляє ініціативність і активність у роботі з практичним матеріалом; здійснює самоаналіз

**1.5 бали** отримує студент, який виявив повне знання навчального матеріалу теми, послідовно та логічно, розкрив зміст питання, вільно володіє термінологією, правильно відповідає на додаткові питання, робить висновки; активний у роботі з практичним матеріалом; здійснює самоаналіз

**1 бал** отримує студент, який виявив певні знання навчального матеріалу теми, розкрив зміст питання, але не послідовно й не в повному обсязі, володіє термінологією, не завжди правильно відповідає на додаткові питання, має труднощі у формулюванні висновків: виявляє малу активності у роботі з практичним матеріалом; не здійснює самоаналіз

**0.5 балів** отримує студент, який виявив прогалини у знаннях навчально-програмного матеріалу теми, припускає помилки у розкритті змісту питання, має труднощі у розкритті змісту термінів, формулюванні висновків, не орієнтується у попередньому матеріалі. не виявляє активності у роботі з практичним матеріалом; не здійснює самоаналіз

*2. Бали за виконання самостійної роботи з теми (максимально 6 балів):*

**4 бали** – повне, правильне, логічне розкриття теми самостійної роботи.

**1 бал** – лаконічність, змістовність матеріалу, власна точка зору

**1 бал** – дотримання норм форматування тексту.

*3. Виконання творчого завдання (максимально 20 балів):*

**10 балів** – включення всіх елементів, їх змістовність, відповідність тематики тренінгу;

**10 балів** – креативність, творчий підхід, дизайн презентації/постера

**Система оцінювання**

| Оцінка за університетською шкалою | Оцінка за шкалою ЄКТС |
|-----------------------------------|-----------------------|
| <b>90-100</b>                     | <b>A</b>              |
| <b>78-89</b>                      | <b>B</b>              |

|       |  |
|-------|--|
| 65-77 | C  |
| 58-64 | D  |
| 50-57 | E  |
| 35-49 | FX<br>(з можливістю повторного складання)    |
| 1-34  | X<br>(з обов'язковим повторним вивченням ОК) |

### Максимальна оцінка навчальних досягнень студента

- 1) Максимальна сума балів поточного контролю (практичні та самостійні роботи) – 50 балів.
- 2) Максимальна сума балів підсумкового контролю (екзамен) – 50 балів.
- 3) Максимальна сума балів за навчальну дисципліну (підсумкове оцінювання) – 100 балів.

### Список рекомендованих джерел (наскрізна нумерація)

#### Основні

1. Атаманчук П. С. Емоційний інтелект у професійній діяльності психолога / П. С. Атаманчук. – Київ: Академія, 2020. – 288 с.
2. Бочелюк В. Й. Психологічні аспекти професійного стресу та його подолання / В. Й. Бочелюк. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2018. – 320 с.
3. Бар-Он Р. Емоційний інтелект: теоретичні та практичні аспекти / Р. Бар-Он, Д. А. Паркер. – Київ: Альтернативи, 2015. – 320 с.
4. Гоулман Д. Емоційний інтелект: чому він може бути важливішим за IQ / Д. Гоулман; пер. з англ. М. Кононович. – Київ: Наш формат, 2019. – 416 с.
5. Григоренко Т. М. Психологія особистісного розвитку: теорія і практика / Т. М. Григоренко. – Київ: КНУ імені Тараса Шевченка, 2017. – 284 с.
6. Демиденко І. І. Розвиток критичного мислення в сучасній освіті / І. І. Демиденко. – Київ: Видавництво КНТ, 2021. – 192 с.
7. Жданова Ю. В. Профілактика емоційного вигорання: психологічні аспекти / Ю. В. Жданова. – Київ: КНТ, 2018. – 192 с.
8. Зелінський П. Критичне мислення. Інструменти для прийняття рішень і створення нових ідей / П. Зелінський; пер. з англ. О. Красюк. – Київ: Наш формат, 2020. – 264 с.
9. Каплан Р. Тайм-менеджмент для психологів: як ефективно організувати свій час і працю / Р. Каплан. – Харків: Фоліо, 2017. – 240 с.
10. Карамушка Л. М. Психологія стресу та копінг-стратегій / Л. М. Карамушка. – Київ: Міленіум, 2016. – 328 с.
11. Киричук О. В. Психологічні основи управління часом у професійній діяльності / О. В. Киричук. – Київ: Либідь, 2018. – 224 с.
12. Клейн Г. Як приймають рішення: інтуїція, критичне мислення і пастки мислення / Г. Клейн; пер. з англ. А. Романюк. – Київ: Наш формат, 2020. – 352 с.
13. Маккензі А. Майстерність комунікації: секрети ефективного спілкування / А. Маккензі; пер. з англ. О. Олійник. – Львів: Видавництво Старого Лева, 2018. – 240 с.
14. Максименко С. Д. Загальна психологія: базові поняття і перспективи / С. Д. Максименко. – Київ: Академія, 2020. – 368 с.

15. Мацко Л. І. Тайм-менеджмент для студентів: практичний посібник / Л. І. Мацко. – Київ: Освіта України, 2020. – 160 с.
16. Михайленко О. В. Управління емоціями: техніки для професійної та особистої ефективності / О. В. Михайленко. – Харків: Ранок, 2019. – 224 с.
17. Міллер П. Тайм-драйв: як встигати жити і працювати / П. Міллер; пер. з рос. С. Горбань. – Київ: Форс, 2018. – 256 с.
18. Потапова І. В. Креативність у професійній діяльності: методики розвитку / І. В. Потапова. – Київ: Генеза, 2017. – 192 с.
19. Романова Є. М. Практична психологія комунікації: тренінговий підхід / Є. М. Романова. – Одеса: Одеський нац. ун-т, 2019. – 208 с.
20. Семенов С. В. Розвиток креативності в професійній освіті / С. В. Семенов. – Київ: Наукова думка, 2018. – 248 с.
21. Шапіро Л. Е. Емоційний інтелект у дітей і підлітків / Л. Е. Шапіро; пер. з англ. О. Ткаченко. – Київ: Видавництво Старого Лева, 2020. – 240 с.
22. Шейнов В. П. Психологія впливу і протистояння маніпуляціям / В. П. Шейнов. – Мінськ: Харвест, 2019. – 416 с.
23. Яковенко Т. О. Психологічна саморегуляція: методики та вправи для студентів / Т. О. Яковенко. – Львів: Львівський національний ун-т, 2021. – 176 с.

### Додаткові

1. Демидова Л. В. Емоційний інтелект у професійній діяльності: навчальний посібник / Л. В.
2. Жданова Ю. В. Емоційна компетентність у психологічній практиці / Ю. В. Жданова. – Київ: Академвидав, 2019. – 212 с.
3. Критичне мислення для дітей та дорослих: практичний посібник / Під ред. О. В. Кривоніс. – Київ: Либідь, 2018. – 176 с.
4. Максименко С. Д., Овчарук О. В. Розвиток критичного мислення як ключова компетенція / С. Д. Максименко, О. В. Овчарук. – Київ: Академія, 2019. – 288 с.
5. Портер Д. Емоційний інтелект: що це і як його розвивати / Д. Портер; пер. з англ. Н. Бойко. – Львів: Априорі, 2021. – 208 с.
6. Потапова І. В. Критичне мислення у професійній діяльності психолога / І. В. Потапова. – Харків: Ранок, 2020. – 192 с.
7. Фішер Р. Навчання мисленню: як навчити дітей самостійно мислити / Р. Фішер; пер. з англ. Н. Павленко. – Київ: Грані-Т, 2018. – 240 с.
8. Халперн Д. Ф. Психологія критичного мислення / Д. Ф. Халперн; пер. з англ. Т. Шепетько. – Харків: Основа, 2020. – 320 с.
9. Яковенко Т. О. Практикум з розвитку емоційної компетентності для психологів / Т. О. Яковенко. – Львів: Львівський національний ун-т, 2021. – 160 с.

### Інформаційні ресурси

1. <https://library.bdpu.org.ua/> Бібліотека БДПУ

2. <http://www.nbu.gov.ua/> Національна бібліотека імені В. І. Вернадського

3. <http://nplu.org/> Національна бібліотека України імені Ярослава Мудрого

4. <http://irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/ua/elib.exe> C21COM=F&I21DBN=UKRLIB&P21DBN=UKRLIB

Електронна бібліотека “УКРАЇНКА”

5. <https://zounb.zp.ua/> Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека

6. <https://kdket.lcloud.in.ua/ebook/224> Навчальна хмара. Електронні підручники.