

ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»
Навчально-науковий інститут денної освіти
Кафедра менеджменту

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

Тренінг «Режисер власного життя: як створити успіх»

на 2025-2026 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	I курс, I семестр
Освітня програма/спеціалізація	
Спеціальність	Дисципліна загальноуніверситетського вибору
Галузь знань	
Ступінь вищої освіти	Магістр

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну,
науковий ступінь і вчене звання,
посада

Шимановська-Діанич Л.М.
Д.е.н.,
завідувач кафедри менеджменту, професор

Контактний телефон	+38-050-566-95-93
Електронна адреса	ludad584658@ukr.net
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	Очна: середа, з 11.00 до 13.00, кафедра менеджменту, ауд. 406 он-лайн: електронною поштою ludad584658@ukr.net середа, з 11.00-13.00
Сторінка дистанційного курсу	https://el.puet.edu.ua/

Опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни	Тренінг спрямований на визначення засад успішної професійної діяльності та особистого життя. Студенти отримають змогу на теоретичному та практичному рівні розпочати формування знань про успішну професійну діяльність і допоможе учасникам усвідомити власні цілі, розробити персональну стратегію кар'єри та впровадити ефективні інструменти для реалізації професійного потенціалу та розкрити власний сценарій професійного життя. Тренінг дозволяє сформувати правила та розвинути навички успішної діяльності у студентів, в сфері професійної діяльності та особистісно-професійні якості.
Тривалість	II семестр, разом 150 годин (практичні заняття - 60 год., самостійна робота – 90 год.)
Форми та методи навчання	Міні - лекції та практичні заняття з використанням тренінгових технологій в аудиторії та виїзні, самостійна робота поза розкладом
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; доповіді та їх обговорення; тестування; есе за модулями Підсумковий контроль: ПМК (залік) у формі есе
Мова викладання	Українська

Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
ПРН01.Знати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського суспільства, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. ПРН09. Демонструвати навички взаємодії, лідерства, командної роботи. ПРН11.Демонструвати навички аналізу ситуації та здійснення комунікації у різних сферах діяльності організації. ПРН13. Спілкуватись в усній та письмовій формі державною та іноземною мовами. ПРН14. Ідентифікувати причини стресу, адаптувати себе та членів команди до стресової ситуації, знаходити засоби до її нейтралізації. ПРН15. Демонструвати здатність діяти соціально відповідально та громадсько свідомо на основі етичних міркувань (мотивів), повагу до різноманітності та міжкультурності. ПРН16. Демонструвати навички самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним. ПРН18. Управляти своїм навчанням та навчанням підлеглих з метою самореалізації в професійній діяльності, адекватно оцінювати свої знання і застосовувати їх в різних професійних ситуаціях, розуміти культурне різноманіття та особливості персоналу при формуванні організаційної культури бізнес-організації.	- ЗК02. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. - ЗК03. Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу. - ЗК04. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях - ЗК05. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. - ЗК06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. - ЗК08. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. - ЗК09. Здатність активно вчитися і оволодівати сучасними знаннями. - ЗК11. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. - ЗК12. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). - ЗК15. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). - СК06. Здатність діяти соціально відповідально і свідомо, формувати та підтримувати корпоративну соціальну відповідальність бізнесу. - СК14. Розуміти принципи психології та використовувати їх у професійній діяльності. - СК15. Здатність формувати та демонструвати лідерські якості та поведінкові навички.

Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Філософія та психологія успіху та побудова сценарію успішного професійного та особистого життя		
Тема 1.Філософія та психологія успіху та підходи до побудови сценарію успіху	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 2. Самоаналіз: хто я і що для мене важливо	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Підсумкове есе за модулем 1		
Модуль 2. Soft-skills як чинники успіху в сучасному світі		
Тема 3. Soft-skills як чинники успіху в сучасному світі	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 4. Творчість	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою

Тема 5. Критичне мислення	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 6. Грамотність у використанні даних	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 7. Емоційний інтелект	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 8. Допитливість і безперервне навчання	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 9. Співпраця	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 10. Лідерські навички	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 11. Тайм-менеджмент	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 12. Цифрова грамотність	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 13. Гнучкість	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Підсумкове есе за модулем 2		
Модуль 3. Практика дизайну майбутнього: генерування кар,срних сценаріїв		
Тема 14. Практика дизайн-мислення та генерування сценаріїв успішного життя	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Тема 15. Практика адаптації та резильєнтності у професійному та особистому житті	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Виконати завдання для самостійної роботи. Опрацювати матеріали, рекомендовані викладачем, за темою
Підсумкове есе за модулем 3		
ПМК (підсумкове есе за курсом)		

Інформаційні джерела

1. Білл Барнет, Дейв Еванс. Дизайн-мислення: спроектуй своє життя. – Наш Формат. 2018. 224 с.
2. Всесвітній економічний форум в Давосі. Підсумки за 2020 рік. – Режим доступу: https://www.rbc.ua/static/longread/davos_ukr/index.html
3. Всесвітній економічний форум в Давосі. Підсумки за 2021 рік. – Режим доступу: <https://mind.ua/openmind/20221625-davos-agenda-2021-5-insajtiv-z-vef-dlya-ukrayini>

4. Всесвітній економічний форум в Давосі. Підсумки за 2022 рік. – Режим доступу: <https://thepage.ua/ua/economy/ekonomichnij-forum-davos-2022-ta-ukrayina>
5. Всесвітній економічний форум в Давосі. Підсумки за 2024 рік.- Режим доступу: <https://www.rbc.ua/rus/news/kitay-zaklikav-masshtabnoyi-mimoyi-konferentsiyi-1705285841.html>
6. Всесвітній економічний форум в Давосі. Підсумки за 2025 рік.- Режим доступу: <https://thepage.ua/ua/economy/forum-u-davosi-2025-roku-osnovni-pidsutki>
7. Дизайн-мислення: як застосовувати метод на практиці | Beetroot Academy. – Режим доступу: <https://beetroot.academy/blog/dizayn-mislennya-yak-zastosovuvati-metod-na-praktici>
8. Скібіцька О.М. Нові компетенції співробітників і нові ролі кадрових служб у формуванні людського потенціалу в умовах упровадження інновацій [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ed.ksue.edu.ua/>.
9. Технології тренінгу: розвиток soft skills [за редакцією Л. Ніколаєва]. Training Box. 254 с.
10. 12 soft skills 21 століття. Коуч-книжка для натхнення і розвитку. Monolith Bizz. 2022. 208 с.
11. Щетініна Л.В. Теоретико-методологічні основи визначення поняття «компетенція» [Електронний ресурс] / Л.В. Щетініна. – Режим доступу: <http://www.ir.kneu.kiev.ua>.
12. Шимановська-Діанич Л.М., Іщейкін Т.Є., Манжура О.В. Майнд-менеджмент та інтелект-карти як інструмент креативного менеджменту та розвитку інтелектуального капіталу умовах формування економіки знань. Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі, серія «Економічні науки». - ПУЕТ, 2018. - № 2.(87) - С. 163-169
13. Шимановська-Діанич Л. М., Іщейкін Т. Є. Теорія та методологія формування системи управління креативним розвитком персоналу як складової загальної системи управління персоналом сучасного підприємства//Вісник Сумського національного аграрного університету. Серія «Економіка і менеджмент», випуск 2 (80), 2019. С.83-87
14. Л.М.Шимановська-Діанич, О.В.Лозова. Креативність як найбільша конкурентна перевага майбутніх менеджерів// Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі. 2020. № 3 (99). С.6-11
15. Shymanovska-Dianyach L., Ishcheikin T., Misyuckevich V. Management by talents in context of conception of absorptive ability of organization as direction of providing of her skilled safety [monog.] Shymanovska-Dianyach L., Ishcheikin T., Misyuckevich V./ SECURITY MANAGEMENT OF THE XXI CENTURY: NATIONAL AND GEOPOLITICAL ASPECTS. ISSUE 28. Collective monograph. In edition I. Markina, Doctor of Economic Sciences, Professor - Nemoros s.r.o., Rubna 716/24, 110 00, Prague 1 Czech Republic, 2020 - 471 p. (P. 369-375)
16. Шимановська-Діанич Л.М., Лозова О.В. Серія подкастов «Креативність для креативних», відповідно до гранту Українського культурного фонду : <https://www.youtube.com/watch?v=ALwpJtegFBc>: https://www.youtube.com/watch?v=cOT9MR8paFY&list=PLZBzSIcBFn_fQVHtDkUYo2yQkSfyzsFEt
17. Шимановська-Діанич Л.М., Лозова О.В. Управління знаннями на підприємстві: моделі, етапи та технології // Економіка: реалії часу. Науковий журнал. 2023. № 4 (68). С. 76-82. URL: <https://economics.net.ua/files/archive/2023/No4/76.pdf>. DOI: 10.15276/ETR.04.2023.8. DOI: 10.5281/zenodo.8433026
18. Шимановська-Діанич Л.М. Дуальна форма освіти при підготовці кадрів для підприємств харчової промисловості: переваги та проблеми// Вісник Маріупольського державного університету. Серія Економіка. 25. 2023. С. 198-206; https://visnyk-ekonomics.mdu.in.ua/publ/2023/vipusk_25_2023/shimanovska_dianich_ljudmila_mikhajlivna/13-1-0-125
19. Шимановська-Діанич, Л., Шимановська, В., Лозова, О. Підходи до формування soft-skills фахівців харчової промисловості. Академічні візії. 2023. Вип. 17. URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/721>
20. Meier J.D. Getting Results the Agile Way: A Personal Results System for Work and Life. - Innovation Playhouse. – 2020. – 145p.
21. Murray E. Jennex. Knowledge Management: Concepts, Methodologies, Tools and Applications (6-volume set) / Murray E. Jennex. – IGI Global. San Diego State University, USA, 2007. – 3420 p.

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

- Пакет програмних продуктів Microsoft Office.

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

Політика оцінювання здобувачів вищої освіти: завдання, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75 % від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу провідного викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

Положення про організацію освітнього процесу <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/06/polozhennya-pro-organizacziyu-osvitnogo-proczesu-1.pdf>

Положення про порядок та критерії оцінювання знань, вмінь та навичок здобувачів вищої освіти https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_por_kryt_ocinyuvannya.pdf

Порядок ліквідації здобувачами вищої освіти академічної заборгованості <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/por-likvid-akad->

[zaborgovanosti.pdf](#)

Політика щодо академічної доброчесності: студенти мають свідомо дотримуватися академічної доброчесності; не допускати списування (один в одного, з власноруч написаного тексту, друкованого або електронного носія інформації тощо) під час виконання індивідуальних навчальних завдань та дидактичних тестів; якісно оформлювати посилання на джерела інформації при написанні доповідей, підготовки презентацій, тез тощо В ПУЕТ діють:

Кодекс честі студента https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/kodeks_chesti_students.pdf

Положення про академічну доброчесність https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_akadem_dobrochesnist.pdf

Положення про запобігання випадків академічного плагіату <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-zapobigannyavypadkam-akademichnogo-plagiatu.pdf>

Політика визнання результатів навчання визначена такими документами:

Положення про порядок перезарахування результатів навчання, здобутих в іноземних та вітчизняних закладах освіти https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_por_perezarah_rez_zvo.pdf.

Положення про академічну мобільність здобувачів вищої освіти https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozha_pro_akademichnu_mobilnist.pdf

Положення про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-poryadok-vyznannya-rezultativ-navchannya-zdobutyh-shlyahom-neformalnoyi-ta-abo-informalnoyi-osvity.pdf>

інфографіка (розділ Освіта/Організація освітнього процесу/Неформальна освіта) <https://puet.edu.ua/neformalna-osvita/>.

Політика вирішення конфліктних ситуацій: Положення про правила вирішення конфліктних ситуацій <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-pravyla-vyrishennya-konfliktnyh-sytuacij-u-puet.pdf>

Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю у формі екзамену https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_pro-apel_pidsumkontr.pdf

Уповноважена особа з питань запобігання та виявлення корупції <https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/>

Політика підтримки учасників освітнього процесу:

Психологічна служба: <http://puet.edu.ua/psychologichna-pidtrymka-v-puet/>

Студентський омбудсмен (Уповноважений з прав студентів) ПУЕТ <https://puet.edu.ua/other-divisions/studentskyj-ombudsmen-upovnovazhenyj-z-prav-studentiv-puet/>

Уповноважений з прав корупції <https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/>

Безпека освітнього середовища: Інформація про безпечність освітнього середовища ПУЕТ наведена у вкладці

«Безпека життєдіяльності» <http://puet.edu.ua/pro-puet/bezpeka-zhyttyvediyalnosti/>

Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1 (теми 1-2): 10 балів - відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; 20 балів - есе за модулем	30
Модуль 2 (теми 3-13): 10 балів - відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; 20 балів - есе за модулем	30
Модуль 3 (теми 14-15): 10 балів- відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; 20- балів есе за модулем, 10 балів - підсумкове есе за курсом	40
Разом	100

Шкала оцінювання здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Відмінно
82-89	B	Дуже добре
74-81	C	Добре
64-73	D	Задовільно
60-63	E	Задовільно достатньо

35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням навчальної дисципліни