

ЗАТВЕРДЖЕНО
Методичною радою
універси
тету від
26.02.2022
(протокол №5)⁰



Силабус
навчальної дисципліни
Основи практичної психології
2025-2026 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Психологія тренінгової роботи
Спеціальність: С4 Психологія
Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика та інформація
Рівень вищої освіти: другий (магістерський)

Викладач	Черезова Ірина Олександрівна
Посилання на сайт	https://fppom.bdpu.org.ua/kafedra-psyhologiyi/
Контактний тел.	+38066-513-44-64
Е-mail викладача:	irina.cherezova69@gmail.com
Графік консультацій	Індивідуальний

Обсяг курсу на поточний навчальний рік (денна форма):

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
3/90	12	10	68	екзамен

Семестр: осінній.

Мова навчання: українська.

Ключові слова: практична психологія, практичний психолог, особистість практичного психолога, психологічна служба, основними напрямками професійної діяльності практичного психолога.

Мета та предмет курсу.

Мета курсу: опанування здобувачами вищої освіти теоретико-методологічними основами практичної психології, вимогами до особистості та професійної підготовки практичних психологів, основними напрямками професійної діяльності практичного психолога та сферами їх застосування.

Предмет курсу: психологічна допомога, тобто практична діяльність психологів, спрямована на конкретну людину, її проблеми, потреби та запити.

Компетентності та програмні результати навчання згідно з освітньо-професійною програмою:

№

**1. Спеціальні
(фахові,
предметні)
компетентності**

Компетентності

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.

СК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості.

СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

Програмні результати навчання (ПРН) (за стандартом)

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.

ПР3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки.

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР7. Доступно і аргументовано представляти результати досліджень у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.

ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПР12. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.

ПР13. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

ЗМІСТ КУРСУ

Змістовий модуль 1. Практична психологія як галузь психологічної науки та сфера практичної професійної діяльності

Тема 1. Теоретичні основи практичної психології. Місце практичної психології в системі міжгалузевих зв'язків психологічної науки. Специфіка практичної психології як галузі психологічної науки. Структура, предмет та завдання практичної психології. Вид, мета, результати діяльності психолога-науковця і практичного психолога та основні джерела їхньої професійної активності. Особливості діяльності практикуючого і практичного психолога, співвідношення понять. Взаємозв'язок практичної психології і психологічної практики.

Тема 2. Національна система соціально-психологічної служби: її основні завдання та функції.

Історія створення загальнодержавної соціально- психологічної служби як єдиної системи охорони й підтримки психічного здоров'я. Розвиток практичної психології як національної системи психологічних служб. Основні завдання, функції та напрями роботи Національної системи соціально-психологічної служби України. Законодавча база діяльності психологічних служб в Україні.

Змістовий модуль 2. Особистість та діяльність психолога-практика

Тема 3. Вимоги до професійної підготовки практичних психологів.

Зміст та рівні професійної підготовки практичного психолога. Вимоги до кваліфікації практичного психолога. Посади, на яких можуть працювати фахівці з професійною кваліфікацією «Практична психологія». Основні професійні вміння та складові професійної придатності практичного психолога. Етичні особливості професійної діяльності практичного психолога. Етичний кодекс психолога. Роль професійних спілок та асоціацій в роботі практичного психолога.

Тема 4. Основні навички, вміння та техніки в психологічній практиці.

Уміння слухати та чути клієнта. Уміння ефективно використовувати невербальні засоби спілкування. Уміння спостерігати. Уміння давати та приймати зворотний зв'язок. Уміння слідувати за клієнтом. Ехо-техніка. Перефразування. Резюмування. Техніки постановки питань.

Змістовий модуль 3. Сфери і види діяльності практичних психологів

Тема 4. Загальна характеристика основних видів професійної діяльності практичних психологів.

Основні види діяльності практичного психолога: просвітницька, профілактична, діагностична, психокорекційна, консультативна, психотерапевтична. Цілі та форми просвітницької діяльності практичного психолога. Профілактична робота як забезпечення психічного здоров'я населення та попередження відхилень у розвитку особистості (групи, організації). Особливості психодіагностичної діяльності практичного психолога. Особливості психокорекційної діяльності практичного психолога. Психологічне консультування, його особливості, принципи та вимоги до проведення. Місце психотерапії в діяльності практичного психолога. Взаємодія і взаємодоповнюваність основних форм роботи практичного психолога.

Тема 5. Основні напрямки професійної діяльності практичного психолога в різних сферах суспільної практики.

Специфіка та види діяльності практичного психолога в психологічній службі системи освіти. Напрями роботи психологічних служб різних соціальних інститутів. Профорієнтаційні психологічні центри. Психологічна служба в центрах зайнятості населення. Психологічна служба в центрах сім'ї та шлюбу. Психологічна служба центрів телефонного консультування. Психологічна служба в закладах охорони здоров'я. Напрями діяльності практичного психолога в сфері економіки. Специфіка роботи та основні форми організації діяльності практичного психолога на підприємстві та в організаціях. Характеристики основних технологій роботи організаційних психологів. Завдання та функції психологічного забезпечення діяльності силових структур: психологічна служба в органах внутрішніх справ, установах кримінально-виконавчої системи, пенітенціарних закладах, ЗСУ.

Змістовий модуль 4. Психологічна практика у складних життєвих ситуаціях

Тема 6. Кризове психологічне консультування.

Кризове психологічне консультування як галузь практичної психології. Історія виникнення кризового психологічного консультування. Підготовка кризових консультантів. Стратегії кризового консультування. Життєва криза та можливості її опанування. Техніки життя в кризових умовах. Конструктивний та деструктивний способи виходу з життєвої кризи.

Тема 7. Психологічна практика в конфліктних ситуаціях.

Фахові особливості майстерності психолога в конфліктних ситуаціях. Рівні розв'язання конфліктів. Очікування клієнта в консультативній практиці. Алгоритм роботи психолога в ситуації розв'язання міжособистісних конфліктів. Когнітивна та емпатійна позиції вирішення конфліктних ситуацій. Етика діяльності психолога з врегулювання міжособистісних конфліктів. Роль психолога в профілактиці конфліктів.

Методи навчання: поєднання традиційних і нетрадиційних методів навчання з використанням інноваційних технологій:

- *словесні:* лекції (тематична/проблемна), пояснення, проблемна бесіда, дискусія, мозковий штурм тощо;
- *наочні:* пояснювально-ілюстративний метод, показ і обговорення навчальної демонстрації та презентації тощо;
- *практичні:* метод кейса, метод моделювання практичних ситуацій, розв'язування психологічних задач, професійно-зорієнтованих ситуацій, виконання практичних вправ тощо.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):

Політика щодо дедлайнів та перекладання. Своєчасне виконання практичних завдань та самостійної роботи є обов'язковим. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання тем курсу, що були пропущені або не підготовлені, відбувається на консультаціях згідно графіку.

Політика щодо академічної доброчесності. Дотримання норм академічної доброчесності є загальною вимогою для студентів БДПУ згідно з Положенням про академічну доброчесність у БДПУ. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. При повторних порушеннях, беручи до уваги моральний аспект проблеми, до студента можуть бути застосовані дисциплінарні заходи.

Політика щодо відвідування. Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають лекційні та практичні заняття курсу. За об'єктивних причин (хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування тощо) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із викладачем. Студенти мають інформувати

викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися термінів, визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність: Вивчення курсу передбачає використання ТЗН (мультимедійний проектор, екран, ноутбук тощо), офіційних каналів зв'язку (Viber, Google, Zoom, Skype, електронна пошта тощо) та освітніх платформ (MOODLE та ін.).

Система оцінювання та вимоги:

Оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів вищої освіти здійснюється на основі результатів поточного та підсумкового контролю. Підсумкова оцінка є сумою балів, набраних під час поточного та підсумкового контролю і максимально складає 100 балів.

Поточний контроль здійснюється під час практичних занять. При оцінюванні на практичних заняттях враховується активність студентів, відповіді на питання, обговорення дискусійних та додаткових питань, виконання практичних завдань та самостійної роботи.

Підсумковий контроль відбувається у формі екзамену.

Рейтингові бали за виконання різних видів навчальних завдань

1. Відповідь та активність на практичному занятті - до 4 балів.

4 бали - систематичні та глибокі знання програмового матеріалу з теми; послідовне, логічне та повне розкриття змісту питань; вільне володіння термінологією; наведення прикладів; правильні відповіді на додаткові питання; правильне виконання всіх запропонованих практичних завдань; висвітлювання додаткової наукової інформації (виступи, реферати, презентації).

3 бали - систематичні та глибокі знання програмового матеріалу з теми; послідовне, логічне та повне розкриття змісту питань; вільне володіння термінологією; наведення прикладів; правильні відповіді на додаткові питання.

2 бали – знання програмового матеріалу з теми, розкриття змісту питань не в повному обсязі, володіння термінологією, несуттєві помилки при відповідях на додаткові питання, виконання всіх запропонованих практичних завдань з окремими помилками.

1 бал - прогалини у знаннях програмового матеріалу з теми, помилки у розкритті змісту питань, труднощі у самостійному розкритті змісту основних понять теми, незначна активність при обговоренні теоретичних питань теми та виконанні практичних завдань.

2. Виконання самостійної роботи - до 4 балів.

4 бали – сучасне розуміння проблеми, послідовне, логічне та повне виконання завдань самостійної роботи, творчий підхід до їх виконання, аргументовані висновки, використання додаткової наукової інформації.

3 бали – розуміння проблемної теми, послідовне та логічне виконання завдань

самостійної роботи, аргументовані висновки.

2 бали - виконання завдань самостійної роботи не в повному обсязі, з окремими суттєвими помилками, наявність окремих висновків.

1 бал – виконання завдань самостійної роботи не в повному обсязі, з суттєвими помилками, відсутність висновків.

3. Активність на лекційних заняттях - до 2 балів (постійна присутність на лекціях, ведення стислого конспекту лекцій та термінологічного словника, відповіді на питання викладача, наведення прикладів тощо).

Примітка. У разі отримання здобувачами неформальної (тренінги, майстер-класи, семінари, вебінари та ін.) та інформальної освіти (відеолекції, медіа-консультації, читання спеціалізованої літератури та ін.), її результати зараховуються згідно з темами, передбаченими змістом курсу, при наявності відповідного документа (сертифіката).

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 (за університетською шкалою та шкалою ЄКТС).

Для оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти застосовується внутрішня університетська шкала. Мінімальний пороговий рівень оцінки з освітньої компоненти є єдиним в Університеті, не залежить від форм і методів оцінювання, складає 50 балів.

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
90-100	A
78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E
35-49	FX (з можливістю повторного складання)
1-34	F (з обов'язковим повторним вивченням ОК)

Основні

1. Водолазська О. О., Єрмакова С. С. Конспект лекцій з дисципліни «Практична психологія». Одеса : Міжнародний гуманітарний університет, 2024. 116 с.
2. Дуткевич Т. В., Савицька О. В. Практична психологія. Вступ до спеціальності : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 256 с.
3. Кузьо О. Основи психологічної практики : навчальний посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с.
4. Методика роботи практичного психолога: навч.-метод. посіб. Уклад. : І. Ю. Підлипняк, Т. В. Журавко. Умань : ВПЦ «Візаві», 2019. 345 с.
5. Панок В. Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник /В.Г. Панок, Я.В. Чаплак, Я.Ф. Андрєєва / за заг. ред. В. Г. Панка, І. М. Зварича. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
6. Петухова І. О., Заушнікова М. Ю., Нежинська О. О., Костевська Н. В. Психологія: вступ до спеціальності : навчальний посібник. Ірпінь, 2024. 190 с.
7. Приходько Ю. О. Практична психологія. Введення у професію. Київ: Каравела, 2023. 248 с.

Допоміжні

1. Бек Дж. С. Когнітивно-поведінкова терапія. Основи та практика. Київ: Видавництво «Діалектика». 2023. 460 с.
2. Максименко Д. С. Виховуємо дитину. Київ: Центр учбової літератури. 2022. 60 с.
3. Максименко Д. С. Якщо підлітку важко навчатись у школі. Київ: Центр учбової літератури. 2022. 142 с.
4. Павлюк М. М., Шепельова М. В. Сучасні психологічні технології надання психологічної допомоги сім'ям постраждалих у подоланні складних життєвих обставин: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. 124 с.
5. Поліщук С.А. Психологічні практики в системі підготовки практичних психологів. Київ: Університетська книга. 2023. 134 с.
6. Пророк Н. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. Київ. 2018. 208 с.
7. Сергієнко О. Якщо ви надмірно переживаєте за все. Львів : Видавництво «Свічадо», 2018. 100 с.
8. Станчишин В. Стіни в моїй голові. Жити з тривожністю і депресією. Київ : Віхола, 2020. 176 с.
9. Царенко Л., Вебер Т., Войтович М., Гриценок Л., Кочубей В., Гридковець Л.. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с
10. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків:Прапор, 2007. 640 с.
11. Штифурак В.С. Психологічна допомога: види, підходи та напрями. Навчальний

посібник. Вінниця, 2019. 338 с.

12. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості (курс лекцій) : навчальний посібник. Бердянськ, БДПУ, 2021. 110 с.

Інформаційні ресурси

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

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

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

4. <http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/ua/elib.exe>

[C21COM=F&I21DBN=UKRLIB&P21DBN=UKRLIB](https://www.ukrlib.gov.ua/) 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.