

ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ
 Навчально-науковий інститут денної освіти
 Кафедра педагогіки та суспільних наук
СИЛАБУС
 навчальної дисципліни
«Практична психологія»
 На 2025-2026 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	1 курс, 2 семестр
Освітня програма / спеціалізація	Германські мови та літератури (переклад включно), перша – англійська
Спеціальність	В11Філологія
Галузь знань	В Культура, мистецтво та гуманітарні науки
Ступінь вищої освіти	бакалавр

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

Тодорова Ірина Степанівна
 к. психолог. н., доцент посада, доцент
 кафедри педагогіки та суспільних наук

Контактний телефон	+38-097-550-6964
Електронна адреса	todoro@meta.ua
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	за розкладом: http://www.culture.puet.edu.ua/ вкладка Студентові он-лайн: електронною поштою
Сторінка дистанційного курсу	https://el.puet.edu.ua/

Опис навчальної дисципліни

Метавивчення навчальної дисципліни	Набуття майбутніми фахівцями теоретичних знань і практичних навичок щодо аналізу механізмів психологічних виявів особистості, соціальної групи та спілкування; формування здатності виявляти та вирішувати психологічні проблеми, які виникають у професійній діяльності.
Тривалість	3 кредити ЄКТС/90 годин (лекції 12 год., практичні заняття 18год., самостійна робота 60 год.)
Форми та методи навчання	Лекції та практичні заняття в аудиторії та виїзні, самостійна робота поза розкладом
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: відвідування занять; виконання та захист практичного завдання; обговорення матеріалу занять; розв'язання навчальних задач та кейсів; доповіді з рефератами та їх обговорення; тестування; поточна модульна робота Підсумковий контроль : залік (ПМК)
Пререквізити	ОК «Тренінг: Моя громадянська позиція», ОК «Фізичне виховання»
Постреквізити	ОК «Тренінг: Мова, культура, професія: комунікація в сучасному світі»
Мова викладання	Українська

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

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
<p>ПР 3. Організувати процес свого навчання й самоосвіти.</p> <p>ПР 4. Розуміти фундаментальні принципи буття людини, природи, суспільства.</p> <p>ПР 5. Співпрацювати з колегами, представниками інших культур та релігій, прибічниками різних політичних поглядів тощо</p>	<p>ЗК 4. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК 5. Здатність учитися й оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК 6. Здатність до пошуку, опрацювання та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 7. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.</p> <p>ЗК 8. Здатність працювати в команді та автономно.</p> <p>ЗК 11. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>СК 12. Здатність до організації ділової комунікації.</p>

Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Практична психологія особистості		
Тема 1. Предмет, завдання та методи психології.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Підготуватися до дискусії на тему «У чому виявляється психологічна культура людини?»
Тема 2. Пізнавальні психічні процеси.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання практичного завдання №1: «Когнітивний аналіз рекламного продукту». Розв'язання задач з теми за вибором.
Тема 3. Емоційно-вольова сфера людини.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання практичного завдання №2: «Дослідження емоцій людини в процесі роботи». Опанування на засадах неформальної освіти ДК «Психологія стресу та способи боротьби з ним» на платформі Prometheus: https://courses.prometheus.org.ua/courses/KUBG/Psy101/2014_T1/about
Тема 4. Індивідуально-психологічні властивості.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання практичного завдання №3: «Складання психологічного портрету людини». Розв'язання задач з теми за вибором.
Тема 5. Психологія діяльності.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі; поточна модульна робота	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання практичного завдання №4: «Психологічний аналіз майбутньої професійної діяльності». Розв'язання задач з теми за вибором.
Модуль 2. Практична соціальна психологія		

Тема 6. Психологія групи.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання завдань з теми за вибором.
Тема 7. Психологія спілкування.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання завдань з теми за вибором.
Тема 8. Комуникативна компетентність.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання практичного завдання №5: «Надання безоціночного зворотного зв'язку».
Тема 9. Психологічний аналіз конфліктів.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання практичного завдання № 6: «Аналіз конфліктної ситуації». Опанування на засадах неформальної освіти курсом «Захист прав людей з інвалідністю»: Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus. URL: https://prometheus.org.ua/prometheus-free/zahyst-prav-lyudey-invalidnistyu/
Тема 10. Соціально-психологічні ресурси збереження відновлення психічного здоров'я людини.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування з теми в дистанційному курсі; поточна модульна робота.	Підготовка доповіді або презентації за темою семінару. Виконання завдань з теми за вибором. Опанування на засадах неформальної освіти курсом «Життєстійкість молоді в умовах криз»: Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus. https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-v1:Prometheus+RESILIENCE101+2022_T3/course/

Інформаційні джерела

Основні

1. Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. Схвалено розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80>
2. Кузьо О. Основи психологічної практики : навчальний посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с.
3. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. Київ: Центр учбової літ., 2021. 272с.
4. Москалець В. П. Загальна психологія : підручник. Київ: Ліра, 2020. 564с.
5. Практична психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. М. С. Корольчук, В. М. Корольчук, Г. М. Ржевський та ін. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2014. 728 с.
6. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню) / Прийняття від 16.11.2022. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2759-20#Text>
7. Про методичні рекомендації "Перша психологічна допомога. Алгоритм дій" .Лист МОН України від

04.04.2022 № 1/3872-22 <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1387729-22#Text>

8. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Воляннюк, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська та ін. 2-е вид., перероб. і доп. ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2024. 594 с.

Додаткові

1. Батлер-Боудон Т. Психологія. 50 видатних книг. Ваш путівник найважливішими роботами про мозок, особистість і людську природу / Том Батлер-Боудон; пер. з англ. Т. Микитюк. Київ : Форс Україна, 2023. 512 с.

2. Власенко І. А., Фурман В.В., Рева О.М., Канюка І.О. Психологічне здоров'я студентської молоді. Вінниця : ТВОРИ, 2022. 224 с.

3. Гончаренко Я., Діденко М., Карамушка Т. та ін. Робота-турбота: Як зберегти ментальне здоров'я працівників. Поради для роботодавців / за заг. ред. М. Діденко. Київ : ГО «Точка опори ЮА», 2023. 64 с.

4. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. Харків : Віват, 2024. 512 с.

5. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.

6. Клейнман П. Психологія 101: факти, теорія, статистика, тести й таке інше! : [пер. с англ.]. Харків : Книжковий клуб, 2021. 240 с.

7. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с.

8. Методики психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах війни: практич. посіб. / В. Г. Панок; В. В. Рибалка, С. К. Шандрук та ін.; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології соціальної роботи, 2023. 212 с.

9. Робочий зошит з психології : методичний посібник / Укладачі: Бутузова Л., Дмитрієва С., Максимець С. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2023. 136 с.

10. Бульченко, Д. В., Тодорова, І.С. Концептуальні засади психоедукації як методу психологічної допомоги. Наукові інновації та передові технології. Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія», Серія «Педагогіка», 7(35), 2024. С. 1103–1116. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-7\(35\)-1103-1116](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-7(35)-1103-1116)

11. Todorova I. S. Psychology : textbook for the students of the higher educational establishments with the English language of instruction. Poltava: PUET, 2016.

Електронні ресурси

1. Безпечність освітнього середовища для психічного здоров'я здобувачів вищої освіти : рекомендації щодо забезпечення / підготувала Тодорова І. С. Полтава : ПУЕТ, 2023. 53с.

<http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/13553>

2. Діалог та медіація : Шлях до порозуміння. Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus. URL : https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+MEDIATE101+2020_T1

3. Життєстійкість молодів у мовах криз : Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus. URL: https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-v1:Prometheus+RESILIENCE101+2022_T3/course/

4. Захист прав людей з інвалідністю: Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus URL: <https://prometheus.org.ua/prometheus-free/zahyst-prav-lyudey-invalidnistyu/>

5. Мілютіна К. Л. Баланс в умовах невизначеності : робочий зошит для самопомоги. Мілютіна Катерина Леонідівна ГО «МНГ», 2022. 92 с. / Online-видання. DOI: <https://doi.org/10.56287/95240-8-0>

6. Практичний посібник з питань рівності людей з інвалідністю в ЗМІ. UNESCO, 2024. https://webportal.nrada.gov.ua/wp-content/uploads/2024/10/2024_Practical-Manual-on-Disability-Equality-in-the-Media_ukr.pdf

7. Протидія та попередження боулінгу (цькування) в закладах освіти. Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus. URL: https://prometheus.org.ua/course/course-v1:MON+AB101+2019_T2

8. Психологія стресу та способи боротьби з ним. Платформа масових відкритих онлайн-курсів Prometheus: https://prometheus.org.ua/course/course-v1:KUBG+Psy101+2014_T1

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

Пакет програмних продуктів Microsoft Office.

Дистанційний курс «Практична психологія», який розміщено в програмній оболонці Moodle на платформі Центру дистанційного навчання ПУЕТ <https://el.puet.edu.ua/>

Мультимедійні презентації лекцій у програмі PowerPoint.

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

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

Положення про організацію освітнього процесу

<https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2026/01/polozh-orgu-osv-proc.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/2026/01/por-likvid-akad-zaborgovanosti.pdf>

Політика щодо відвідування. Відвідування занять є обов'язковим компонентом. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватися в режимі онлайн.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувач повинен дотримуватися принципів академічної доброчесності, зокрема недопущення академічного плагіату, фальсифікації, фабрикації, списування під час поточного та підсумкового контролю. Списування під час контрольних робіт і поточних тестів заборонені (в т. ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час онлайн-тестування та підготовки практичних завдань у процесі занять. У ПУЕТ діють:

Кодекс честі студента

https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/kodeks_chesti_studenta.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/2026/01/polozh-zapob-akad-plagiat.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/2026/01/polozh_por_perezarah_rez_zvo.pdf

Положення про академічну мобільність здобувачів вищої освіти

https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2025/11/polozh_pro_akademichnu_mobilnist.pdf

Положення про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти

<http://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2025/10/polozh-vyznan-rezv-informal-neformal.pdf>

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

Можливість перезарахування окремих тем/модулів навчальної дисципліни за результатами навчання здобутих шляхом неформальної/інформальної освіти відповідно до тематики навчальної дисципліни: платформа Prometheus <https://prometheus.org.ua/>, платформа EdEra <https://ed-era.com/>, платформа Coursera <https://www.coursera.org/>, платформа RWS <https://www.rws.com/> та ін.

Політика вирішення конфліктних ситуацій:

Положення про правила вирішення конфліктних ситуацій

<https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-pravylya-vyrishennya-konfliktnyh-sytuacij-u-puet.pdf>

Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю у формі екзамену

https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2026/01/polozh_pro-apel_pidcontr.pdf

Уповноважена особа з питань запобігання та виявлення корупції

<https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupcii/>

Політика підтримки учасників освітнього процесу:

Психологічна служба <https://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/>

Безпека освітнього середовища: Інформація про безпечність освітнього середовища ПУЕТ наведена у вкладці «Безпека життєдіяльності» <https://puet.edu.ua/pro-puet/bezpeka-zhyttyedyialnosti/>

Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

Видиробіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1 (теми 1-5): відвідування занять (8 балів); захист виконаних практичних завдань (6 балів); обговорення матеріалу занять (6 балів); виконання навчальних завдань (5 балів); доповіді з презентаціями та їх обговорення (10 балів); тестування (5 балів); поточна модульна робота (10 балів)	50
Модуль 2 (теми 6-10): відвідування занять (7 балів); захист виконаних практичних завдань (8 балів); обговорення матеріалу занять (5 балів); виконання навчальних завдань (5 балів); доповіді з презентаціями та їх обговорення (10 балів); тестування (5 балів); поточна модульна робота (10 балів)	50
Разом	100

Система нарахування додаткових балів за видами робіт з вивчення навчальної дисципліни

Формароботи	Видроботи	Бали
Науково-дослідна	Участь у студентській олімпіаді, гуртку тощо	10

За додаткові види навчальних робіт студент може отримати не більше 10 балів. Додаткові бали додаються до загальної підсумкової оцінки за вивчення навчальної дисципліни, але загальна підсумкова оцінка не може перевищувати 100 балів.

Шкала оцінювання знань здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЕКТС	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 проведення повторного підсумкового контролю
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням навчальної дисципліни та проведенням підсумкового контролю