



# СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ID 6643

Шифр, назва спеціальності та освітній рівень	053 Психологія (бакалавр)	Назва освітньої програми	Психологія (2025)
Тип програми	Освітньо-професійна	Мова викладання	Українська
Факультет	Факультет економіки та менеджменту (ФЕМ)	Кафедра	Каф. психології (ПС)

### Викладач/викладачі

**Періг Ірина Мирославівна**, канд. психол. наук, доцент, доцент кафедри психології, профіль на порталі "Науковці TNTU", канд. психол. наук, доцент, доцент кафедри психології, [профіль на порталі "Науковці TNTU"](#)

## Загальна інформація про дисципліну

Мета курсу	Сформувати у студентів цілісне уявлення про сутність, зміст та специфіку організації психологічного супроводу професійної діяльності фахівців, розвинути професійну компетентність з питань оптимізації трудової діяльності з врахуванням психологічних факторів, профорієнтації, відбору та розстановки кадрів, застосування професійних знань в сфері людських ресурсів, психологічного забезпечення процесу трудової діяльності, застосування психологічних технологій допомоги в професійній діяльності.
Формат курсу	Змішаний курс, що передбачає проведення лекцій, практичних робіт та консультації для кращого розуміння викладеного матеріалу і має супровід в електронному навчальному курсі системи A-Tutor, має структуру, контент, завдання і систему оцінювання.
Компетентності ОП	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК2. Знання та розуміння предметної області та професійної діяльності. ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення. СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни). СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту. СК12. Знання та розуміння функціональних обов'язків та специфіки діяльності психолога в різних установах. СК 13. Здатність обирати напрямки та сфери психологічної практики для здійснення професійної діяльності, застосовуючи фахову компетентність, мотивацію, професійну спрямованість та психологічну готовність. СК 14. Здатність розробляти програму психологічного супроводу професійної діяльності фахівців та установ різного профілю, реалізуючи відповідні психологічні інтервенції з метою підтримки ментального здоров'я, забезпечення індивідуального розвитку працівників та сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі.
Програмні результати навчання з ОП	ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання. ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (зокрема, щодо організації заходів раннього втручання). ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога. ПР19. Реалізовувати професійну мобільність, що передбачає індивідуальну траєкторію та вибір сфери зайнятості психолога. ПР20. Сприяти професійному розвитку фахівців, завдяки психологічному супроводу.

Обсяг курсу	<p><b>Очна (денна) форма здобуття освіти:</b> Кількість кредитів ECTS — 5; лекції — 28 год.; практичні заняття — 28 год.; самостійна робота — 94 год.;</p> <p><b>Заочна форма здобуття освіти:</b> Кількість кредитів ECTS — 5; лекції — 10 год.; практичні заняття — 8 год.;</p>
Ознаки курсу	Рік навчання — 4; семестр — 8; Обов'язкова (для здобувачів інших ОП може бути вибірковою) дисципліна; кількість модулів — 2;
Форма контролю	<p>Поточний контроль: Поточний контроль: модульний контроль, практичні та самостійні роботи</p> <p>Підсумковий контроль: екзамен</p>
Компетентності та дисципліни, що є передумовою для вивчення	"Психодіагностика", "Психологічне консультування", "Основи психологічної корекції", "Психологія управління", "Психологія менеджменту"
Матеріально-технічне та/або інформаційне забезпечення	Технічні засоби для демонстрування результатів навчання (ноутбук, проектор). Пакет програмних продуктів Microsoft Office.

## СТРУКТУРА КУРСУ

<b>Лекційний курс</b>	<b>Годин</b>	
	<u>ОФЗО</u>	<u>ЗФЗО</u>
<p>Лекція 1. Вступ до психології професійної діяльності. Предмет, об'єкт, завдання психології професійної діяльності. Праця як культурно-історичний феномен. Джерела зародження наукових знань про психологічні особливості трудової діяльності. Тенденції розвитку суспільства, суспільного виробництва та уявлень про суб'єкт праці. Психотехніка та її криза. Методи досліджень у психології професійної діяльності. Типи професій. Економічні та психологічні причини виникнення профорієнтації.</p>	2	1
<p>Лекція 2. Основні складові психології праці. Основні розділи психології праці. Інженерна психологія. Ергономіка. Організаційна психологія. Професійна орієнтація та підготовка. Психологічний супровід професійної діяльності.</p>	2	
<p>Лекція 3. Актуальні проблеми психологічного супроводу професійної діяльності. Складові професійного супроводу трудового процесу. Загальна характеристика соціально-психологічного забезпечення на етапах професійної діяльності. Психологічне супроводження: загальне поняття, мета, завдання, принципи, функції, основні напрями. Методи психологічного супроводження.</p>	2	1
<p>Лекція 4. Професійний розвиток особистості. Особистість фахівця та сучасні стратегії його розвитку. Структура особистості суб'єкта професійної діяльності. Інтегральні, загальні та спеціальні компетентності. Hard- і soft skills. Розвиток професійної кар'єри. Розвиток комунікативної компетентності працівників організації. Постановка цілей. Роль емоційного інтелекту soft-skills. Моніторинг особистісно-професійного розвитку. Професійна самореалізація особистості як аспект життєвого успіху. Розвиток мотивації професійної діяльності. Умови та ресурси ефективного професійного саморозвитку особистості.</p>	2	1
<p>Лекція 5. Професійна ідентичність як показник самовизначення фахівця. Наукові підходи до трактування «професійної ідентичності». Змістовні й функціональні складові професійної ідентичності. Фактори впливу на професійну ідентичність. Професійне самовизначення. Етапи професійного становлення. Діагностичні методики вивчення показників професійної ідентичності. Психологічний супровід процесу становлення професійної ідентичності. Показники психологічної готовності до професійної діяльності.</p>	2	

<p>Лекція 6. Професійний відбір та підбір персоналу. Відповідність індивідуально-психологічних властивостей особистості кандидатів вимогам професійної діяльності. Основні принципи відбору персоналу. Психограма і професіограма. Професійно-важливі якості. Процедура вивчення і оцінки придатності. Особливості діяльності у системі «людина-техніка». Особливості діяльності у системі "людина-техніка", «людина-природа», «людина-знакова система», «людина-художній образ». Особливості діяльності у системі «людина-людина».</p>	2	
<p>Лекція 7. Психологічний супровід адаптації працівника організації та навчання персоналу. Особливості адаптації персоналу організації: поняття, види, етапи. Первинна та вторинна адаптація. Поняття онбордингу в процесі адаптації. Чинники, що впливають на ефективність процесу адаптації нових працівників. Вхідження та інтеграція. Роль керівника та менеджера у процесі адаптації персоналу. Наставництво як складова процесу адаптації працівника. Завдання психолога при різних видах адаптації працівника. Інструменти (техніки) адаптації працівників. Методи оцінки професійного потенціалу суб'єктів праці. Навчання та перепідготовка персоналу організації.</p>	2	1
<p>Лекція 8. Психологічний супровід кар'єрного розвитку працівника. Поняття, типи, види кар'єри. Чинники досягнення кар'єри. Побудова індивідуального плану розвитку кар'єри. Побудова програми тренінгу досягнення кар'єри працівником організації. Психодіагностичний інструментарій вивчення кар'єрних орієнтацій та кар'єрних домагань працівників. Навчання та розвиток працівника як чинник кар'єрного зростання персоналу організації . Моделі навчання і розвитку персоналу організації. Основні форми та методи навчання персоналу організації.</p>	2	1
<p>Лекція 9. Кризи професійного становлення. Поняття «кризи» у психології праці. Чинники виникнення криз. Періодизація криз професійного розвитку. Суперечності як внутрішні детермінанти професійного становлення людини. Попередження професійної деформації та девіацій. Поняття професійної акцентуації та стагнації. Трудоголізм та прокрастинація. Шляхи професійної реабілітації фахівця.</p>	2	
<p>Лекція 10. Психологія працездатності та професійного потенціалу. Працездатність та її періоди. Функціональні стани. Діагностика професійної працездатності. Індивідуальний стиль діяльності. Роль відпочинку в професійній діяльності. Умови роботи та відпочинку. Методи та засоби управління функціональними станами суб'єкта праці. Корекція несприятливих психічних станів. Прийоми саморегуляції та підтримки психічної стійкості. Психологічні засоби підвищення безпечної поведінки людини у професійній діяльності.</p>	2	
<p>Лекція 11. Профілактика та подолання професійного стресу і професійного вигорання у працівників організації.</p>		

<p>Поняття професійного стресу. Основні підходи до вивчення професійних стресів. Поняття організаційного стресу. Чинники виникнення професійних стресів у працівників. Вплив втоми на виникнення професійних стресів. Психологічний інструментарій дослідження професійних стресів та синдром у професійного вигорання. Модель стрес-менеджмент у. Індивідуальні та групові програми профілактики та подолання професійних стресів у працівників. Психологічний аналіз професійного стресу. Фази сприймання ситуації як стресової та виникнення емоційного і фізичного напруження. Типи поведінки у ситуації стресу. Способи подолання стресових ситуацій. Копінгова поведінка. Синдром професійного вигорання. Організаційні та психологічні чинники професійного вигорання працівників. Моделі вивчення синдрому професійного вигорання працівників. Ознаки синдрому професійного вигорання працівників. Копінг-стратегії: поняття, види, ефективність подолання стресу. Особливості синдрому професійного вигорання (СПВ). Напруження, резистенція, виснаження. Методи діагностики СПВ. Підтримка ментального здоров'я та розвиток резильєнтності. Технології ресурсозбереження.</p>	2	1
<p>Лекція 12. Психологічне забезпечення професійної діяльності в екстремальних умовах праці. Типологія екстремальних професій. Зміст соціально-психологічних заходів збереження працездатності. Оптимізація емоційного стану й психологічного клімату. Організаційні і психологічні заходи збереження працездатності. Відпочинок та виконання робочого циклу. Фізична підготовка спеціалістів. Раціональний режим праці й відпочинку в період виконання робочого циклу. Активний відпочинок. Особливості надання психологічної допомоги населенню в зоні надзвичайної ситуації. Дебрифінг як метод роботи з людьми, які спільно пережили травмуючу ситуацію. Особливості спілкування психолога з людиною в кризовій ситуації. Способи регуляції емоційних станів.</p>	2	1
<p>Лекція 13. Психологічний супровід персоналу організації в різних сферах діяльності. Особливості психологічного супроводу працівників ІТ-компаній. Основні напрями психологічного супроводу. Особливості психологічного супроводу особового складу ДСНС. Основні положення роботи психолога в ДСНС. Основні психологічні проблеми, які виникають у діяльності особового складу ДСНС. Основні форми роботи психолога ДСНС. Особливості психологічного супроводу особового складу поліції. Основні проблеми, які вирішує психолог при роботі з працівниками поліції. Перша психологічна допомога постраждалим у надзвичайних ситуаціях внаслідок військових конфліктів.</p>	2	
<p>Лекція 14. Соціально-психологічні проблеми взаємовідносин у трудовому колективі. Професійна комунікація, трудові взаємовідносини та роль керівника. Міжособистісні відносини і соціально-психологічний клімат у виробничому колективі. Конфлікт, його структура, причина виникнення конфліктів у трудовому колективі. Методи дослідження і способи оптимізації соціально-психологічного клімату у трудовому колективі. Проблема мобінгу в організаційній взаємодії. Організаційні та особистісні чинники мобінгу. Поняття про віктимну особистість. Роль керівництва у розповсюдженні мобінгу в організаціях. Проблема деструктивної організаційної культури.</p>	2	1

Психопрофілактика та психокорекція професійних деструкцій та деформацій. Консультування та організація соціально-психологічного навчання персоналу. Психолого-організаційний тренінг у роботі з персоналом організацій.

РАЗОМ: 28 8

<b>Практичні заняття (теми)</b>	<b>Годин</b>	
	<b>ОФЗО</b>	<b>ЗФЗО</b>
Практичне заняття 1. Вступ до психології професійної діяльності	2	2
Практичне заняття 2. Основні складові психології праці	2	
Практичне заняття 3. Актуальні проблеми психологічного супроводу професійної діяльності	2	
Практичне заняття 4. Професійний розвиток особистості	2	2
Практичне заняття 5. Професійна ідентичність як показник самовизначення фахівця	2	
Практичне заняття 6. Професійний відбір та підбір персоналу	2	
Практичне заняття 7. Психологія працездатності та професійного потенціалу	2	
Практичне заняття 8. Психологічний супровід адаптації працівника організації та навчання персоналу	2	2
Практичне заняття 9. Психологічний супровід кар'єрного розвитку працівника	2	
Практичне заняття 10. Кризи професійного становлення	2	
Практичне заняття 11. Профілактика та подолання професійного стресу і професійного вигорання у працівників організації	2	2
Практичне заняття 12. Психологічне забезпечення професійної діяльності в екстремальних умовах праці	2	
Практичне заняття 13. Психологічний супровід персоналу організації в різних сферах діяльності	2	
Практичне заняття 14. Оптимізація соціально-психологічних взаємовідносин у трудовому колективі	2	
	РАЗОМ:	28 8

## ІНШІ ВИДИ РОБІТ

### Теми, короткий зміст

Теми для самостійної роботи

1. Історія зарубіжної психології праці.
2. Творчий потенціал суб'єкта професійної діяльності
3. Збереження психологічного здоров'я фахівця.
4. Особливості професійного саморозвитку психолога.
5. Індивідуальний стиль професійної діяльності психолога.
6. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку.
7. Психологічний супровід безробітної особистості.
8. Психологічні особливості професійного самовизначення молоді.
9. Нормативно-правове забезпечення і етичні аспекти профвідбору.
10. Психологічний супровід професійної діяльності педагогічних працівників в умовах воєнного стану
11. Алгоритмізація навчання як засіб подолання наслідків стресу в професійній діяльності педагогів
12. Особливості взаємодії в системі «психолог-клієнт» в процесі надання психологічної допомоги
13. Дослідження «Я-концепції» у розвитку професійної самосвідомості
14. Психологічні питання трудової експертизи.
15. Структура системної організації діяльності психологічних служб з професійного вдосконалення та кар'єрного розвитку персоналу.

## Інформаційні джерела для вивчення курсу

### Основна література

1. Боснюк В.Ф. Психологічний спецпрактикум з екстремальної та кризової психології: курс лекцій. Х.: НУЦЗУ, 2021. 76 с.
2. Карпенко Г. В. Психологія праці та вибір професії : навч.-метод. посіб. Суми : ВТД «Університетська книга», 2018. 168 с.
3. Кириченко В. В. Психологія праці та інженерна психологія : навч. посіб Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. 240 с.
4. Орбан-Лембрик Л.Е. Психологія управління: навчальний посібник. Київ: Академвидав. 2017. 544 с.
5. Помиткіна Л.В., Помиткін Е.О. Психологія праці і відпочинку: підручник [для студ. вищ. навч. закл.]. К.: ТОВ «Альфа-ПК», 2019. 322 с.
6. Психологія праці : навч посібник / за ред Є.Л. Скворчевської. Харків, 2022. 160 с.
7. Психологія праці та інженерна психологія : навч посіб для студентів денної і заочної форм навчання спеціальності 053 «Психологія» 2-ге вид., перероб і доп / уклад. С. Юрков. Мукачево : ДУ, 2018. 187 с.
8. Психологія професійної діагностики та професійного консультування: практичний посібник / Ігнатович О. , Татаурова Г., Шевенко А. ; за ред. Ігнатович О. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2021. 225 с.
9. Психологія професійної діяльності : підруч / за ред. С.К. Шандрука. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 256 с.
10. Технології роботи організаційних психологів / за наук. ред. Л.М. Карамушки. Київ: ІНКОС. 2018. 366 с.

### Додаткова література

1. Волянчук Н.Ю., Ложкін Г.В., Колосов А.Б., Андрійцев Б.В. Психологія наукової діяльності: [Монографія]. Київ : КПП ім Ігоря Сікорського; Центр ДЗК, 2020. 352 с.
2. Ігнатович О.М. (2017). Теоретико-методологічні засади психологічного консультування дорослих з проблем кар'єрного розвитку. Наукова спадщина академіка Івана Зязюна у вимірах сучасності: збірник матеріалів І науково-практичної конференції (30-31 березня 2017 року. Київ: вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2017. С. 280-284.
3. Нечаєва А.В. Стрес-інтерв'ю як один з нестандартних методів відбору персоналу. Матеріали міжнародної конференції «Актуальні проблеми економічного і соціального розвитку виробничої сфери». Київ. 2017. 232 с.
4. Періг І.М. Психологічний супровід учасників освітнього процесу закладів вищої освіти в контексті підтримки ментального здоров'я. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2024. Т. 35 (74). №4. С. 120-124.
5. Періг І.М., Вишньовський В.В. Професійна діяльність: психологічний супровід в умовах сучасних викликів. Habitus. 2025. №69.
6. Вишньовський В.В., Періг І.М. Вплив психологічних інтервенцій на психологічне здоров'я людини в умовах війни. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2025. Т. 36 (75). №1.
7. Періг І.М., Кулешова І.В. Особливості мотивації підприємницької діяльності та чинники її розвитку. Соціально-економічні проблеми і держава. 2021. Вип. 2 (25). С. 73-80.
8. Періг І., Пугарський С. Мотивація самозмін як умова розвитку особистості. Соціально-економічні проблеми і держава. 2021. Вип. 2 (25). С. 106-112.
9. Рибалка В. В. Психологія розвитку особистісної готовності педагогів до професійної діяльності: методичні рекомендації. Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, 2023. 160 с.

## Інформаційні ресурси

1. Сторінка курсу в A-Tutor, ID:6643. URL: <https://dl.tntu.edu.ua/index.php>.
2. Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4223-IX#Text>.
3. <http://www.nbuv.gov.ua> – офіційний сайт Наукової бібліотеки ім. Вернадського
3. <http://www.lib.com.ua> – офіційний сайт Електронної бібліотеки.
4. Кодекс законів про працю України. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text>.
5. Закон щодо запобігання та протидії мобінгу (цькування). <https://smu.dsp.gov.ua/news/pryiniato-novyj-zakon-shchodo-zapobihannia-ta-protydii-mobinhu-tskuvanniu/>.

## Безкоштовні онлайн-курси

1. <https://vseosvita.ua/course/poperedzhennia-emotsiinoho-vyhorannia-i-pidtrymka-psykhichnoho-zdorovia-pedahohiv-512.html> Попередження емоційного вигорання і підтримка психічного здоров'я педагогів
2. <https://www.zdorovistosunky.org/> Курс «Про здорові стосунки без ілюзій»
3. <https://study.ed-era.com/uk/courses/course/4221> Курс «Точка турботи» (про психологічну допомогу командам та бізнесам).

## Політики курсу

Політика контролю	Використовуються такі засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання: поточне опитування; тестування; виконання індивідуальних завдань та презентацій; оцінювання результатів виконаних самостійних робіт; бесіди та обговорення проблемних питань; дискусії; індивідуальні консультації; екзамен. Можливий ректорський контроль.
Політика щодо консультування	Консультації при вивченні дисципліни проводяться згідно затвердженого на кафедрі . Консультавання передбачено як очно , так і з використанням ресурсів електронного навчального курсу у середовищі електронного навчання університету.
Політика щодо перескладання	Студент має право на повторне складання модульного контролю з метою підвищення рейтингу протягом тижня після складання модульного контролю за графіком. Перескладання екзамену відбувається в терміни, визначені графіком освітнього процесу. Здобувач ВО має право на зарахування результатів навчання здобутих у неформальній чи інформальній освіті.
Політика щодо академічної доброчесності	При складанні усіх видів контролю у середовищі електронного навчання завжди активується система розпізнавання особи, що складає контроль. Усі практичні роботи у ЕНК перевіряються вбудованою системою Антиплагіат. При складанні усіх форм контролю забороняється списування, у тому числі з використанням сучасних інформаційних технологій.
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов'язковим компонентом освітнього процесу. За наявності поважних причин (наприклад, хвороба, особливі потреби, відрядження, сімейні обставини, участь у програмах академічної мобільності тощо) навчання може

здійснюватися за індивідуальним графіком, погодженим з деканом факультету.

## СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ

### Розподіл балів, які отримують студенти за курс

Модуль 1					Модуль 2					Підсумковий контроль		Разом з дисципліни
Аудиторна та самостійна робота					Аудиторна та самостійна робота					Теоретичний курс	Практичне завдання	100
Теоретичний курс (тестування)	Практична робота		Самостійна робота		Теоретичний курс (тестування)	Практична робота		Самостійна робота				
15	18		5		14	18		5		15	10	
№ лекції	Види робіт	К-ть балів	Види робіт	К-ть балів	№ лекції	Види робіт	К-ть балів	Види робіт	К-ть балів			
Тема 1	Практичне заняття №1	2			Тема 8	Практичне заняття №8	3					
Тема 2	Практичне заняття №2	2			Тема 9	Практичне заняття №9	2					
Тема 3	Практичне заняття №3	3			Тема 10	Практичне заняття №10	2					
Тема 4	Практичне заняття №4	2			Тема 11	Практичне заняття №11	2					
Тема 5	Практичне заняття №5	3			Тема 12	Практичне заняття №12	3					
Тема 6	Практичне заняття №6	3			Тема 13	Практичне заняття №13	2					
Тема 7	Практичне заняття №7	3	презентація	5	Тема 14	Практичне заняття №14	3	Програма попередження професійного вигорання	5			

## Розподіл оцінок

Сума балів за навчальну діяльність	Шкала ECTS	Оцінка за національною шкалою, екзамен
90-100	A	Відмінно
82-89	B	Добре
75-81	C	Добре
67-74	D	Задовільно
60-66	E	Задовільно
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Затверджено рішенням кафедри ПС, протокол №1 від «29» серпня 2025 року.

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньої програми канд. психол. наук, доцент кафедри ПС

Ірина ПЕРІГ