

Міністерство освіти і науки України  
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

(повне найменування вищого навчального закладу)

Факультет Економіки та менеджменту

/назва факультету/

Кафедра Психології

/назва кафедри/



Галина Ціх  
(прізвище та ініціали)

«29» серпня 2025 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

/назва дисципліни/

галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

/шифр і назва галузі знань/

рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

/назва/

спеціальність 053 «Психологія»

/шифр і назва/

освітня програма «Психологія»

/назва/

спеціалізація

/назва/

вид дисципліни обов'язкова дисципліна циклу професійної підготовки

/обов'язкова/вибіркова/

Тернопіль – 2025 рік

Робоча програма з навчальної дисципліни «Психологічний супровід професійної діяльності»

(назва дисципліни)

для студентів факультету економіки та менеджменту

(назва факультету)

Розробники:

доцент кафедри психології,  
кандидат психологічних наук, доцент  
(посада, науковий ступінь та ачене звання)

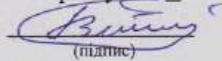
  
(підпис)

/ Ірина ПЕРІГ /  
(ініціали та прізвище)

Робоча програма розглянута та схвалена на засіданні  
кафедри психології

(назва)

Протокол від «29» серпня 2025 року № 1  
Завідувач кафедри

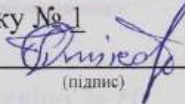
  
(підпис)

/ Василь ВИШНЬОВСЬКИЙ  
(ініціали та прізвище)

Робоча програма розглянута та схвалена НМК  
факультету економіки та менеджменту

(назва)

Протокол від «29» серпня 2025 року № 1  
Секретар НМК

  
(підпис)

/ Оксана ПОТІХА  
(ініціали та прізвище)

Робоча програма погоджена:

Спеціальність 053 «Психологія»

(шифр і назва)

освітня програма «Психологія»

(назва)

Завідувач випускової кафедри

  
(підпис)

/ Василь ВИШНЬОВСЬКИЙ /  
(ініціали та прізвище)

Гарант освітньої програми

  
(підпис)

/ Ірина ПЕРІГ /  
(ініціали та прізвище)

## 1. Структура навчальної дисципліни

Показник	Всього годин	
	Денна форма навчання	Заочна (дистанційна) форма навчання
Кількість кредитів/годин	5/150	5/150
Аудиторні заняття, год.	56	18
Самостійна робота, год.	94	132
Аудиторні заняття		
- лекції, год.	28	10
- лабораторні, год.	-	-
- практичні заняття, год.	28	8
- семінарські, год.	-	-
Самостійна робота		
- підготовка до лабораторних (практичних, семінарських) занять	28	9
- опрацювання окремих розділів програми, які не виносяться на лекції	21	78
- виконання контрольних завдань	-	-
- виконання індивідуальних завдань	-	-
- виконання курсових проектів (робіт)	-	-
- підготовка та складання заліків, екзаменів, контрольних робіт, рефератів, есе, тестування	45	45
Екзамен		

Частка годин самостійної роботи студента:

- денна форма навчання - 63%;
- заочна (дистанційна) форма навчання - 88%.

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

**2.1. Мета навчального курсу** «Психологічний супровід професійної діяльності» спрямований на формування у студентів професійної компетентності у питаннях оптимізації трудової діяльності з врахуванням психологічних факторів, проведення профорієнтації, відбору та розстановки кадрів для забезпечення організації (підприємства, установи) кадрами необхідної кваліфікації та підвищення ефективності її діяльності й конкурентоспроможності, психологічного забезпечення процесу трудової діяльності, застосування психологічних технологій допомоги в професійній діяльності.

### **2.2. Завдання навчальної дисципліни:**

- побудова загальної системи здійснення психологічного супроводу в процесі трудової діяльності, психологічної практики відбору та роботи з персоналом;
- розкриття ролі та значення відбору в плануванні кадрової роботи та маркетингу персоналу;
- опанування основними принципами, методами, технологіями оцінки діяльності персоналу;
- формування вмінь та навиків складання професіограми, здійснення підбору персоналу, його адаптації та моніторингу ефективності діяльності;
- освоїти сучасні способи та психотехнології надання психологічної допомоги в процесі здійснення професійної діяльності;
- навчити підвищувати продуктивність праці психологічними засобами, впливати на зміни у структурі мотивів діяльності працівника;
- діагностувати рівень та особливості динаміки працездатності працівника;
- здійснювати психологічний аналіз складних ситуацій під час трудової або професійної діяльності та міжособистісної взаємодії, розвинути вміння вирішення психологічних проблем та конфліктів, аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання;
- запобігати станам перевтоми, стресам, надмірним стресовим навантаженням;
- розвинути здатність до безперервного навчання, відповідально ставитися до саморозвитку, самовдосконалення та самореалізації.

За результатами вивчення дисципліни студент повинен продемонструвати такі результати навчання:

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. Реалізувати професійну мобільність, що передбачає індивідуальну траєкторію та вибір сфери зайнятості психолога.

ПР20. Сприяти професійному розвитку фахівців, завдяки психологічному супроводу.

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів компетентностей:

- інтегральної:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов;

- загальних:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та професійної діяльності.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

- фахових:

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. Вміння застосовувати професійні знання в різних галузях психологічної практики, реалізуючи принцип професійної мобільності.

СК 14. Здатність здійснювати психологічний супровід професійної діяльності фахівців різного профілю.

### 3. Опис навчальної дисципліни

#### 3.1. Лекційні заняття

№	Тема заняття та короткий зміст	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	2		
	<b>Модуль I. Особистість в професійній діяльності</b>		
1	<b>Лекція 1. Вступ до психології професійної діяльності.</b> 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.	2	2

2	<p><b>Лекція 2. Основні складові психології праці.</b>          Основні розділи психології праці. Інженерна психологія. Ергономіка. Організаційна психологія. Професійна орієнтація та підготовка. Психологічний супровід професійної діяльності. Роль і завдання психолога в оптимізації трудової діяльності фахівців.</p>	2	
3	<p><b>Лекція 3. Актуальні проблеми психологічного супроводу професійної діяльності.</b>          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	
4	<p><b>Лекція. Професійний розвиток особистості.</b>          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	2
5	<p><b>Лекція. Професійна ідентичність як показник самовизначення фахівця.</b>          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	
6	<p><b>Лекція. Професійний відбір та підбір персоналу.</b>          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</p>	2	

	системі «людина-людина».		
7	<p><b>Лекція. Психологія працездатності та професійного потенціалу.</b></p> <p>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	
	<b>Модуль II. Психологічне забезпечення професійної діяльності</b>		
8	<p><b>Лекція. Психологічний супровід адаптації працівника організації та навчання персоналу.</b></p> <p>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. Входження 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	2
9	<p><b>Лекція. Психологічний супровід кар'єрного розвитку працівника.</b></p> <p>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	
10	<p><b>Лекція. Кризи професійного становлення.</b></p> <p>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	
11	<b>Лекція. Профілактика та подолання професійного стресу і</b>	2	2

	<p><b>професійного вигорання у працівників організації.</b></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>		
12	<p><b>Лекція. Психологічне забезпечення професійної діяльності в екстремальних умовах праці.</b></p> <p>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	
13	<p><b>Лекція. Психологічний супровід персоналу організації в різних сферах діяльності.</b></p> <p>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</p>	2	

	складу поліції. Основні проблеми, які вирішує психолог при роботі з працівниками поліції. Перша психологічна допомога постраждалим у надзвичайних ситуаціях внаслідок військових конфліктів.		
14	<p><b>Лекція. Оптимізація соціально-психологічних взаємовідносин у трудовому колективі.</b></p> <p>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.</p> <p>Проблема мобінгу в організаційній взаємодії.</p> <p>Організаційні та особистісні чинники мобінгу. Поняття про віктимну особистість. Роль керівництва у розповсюдженні мобінгу в організаціях. Проблема деструктивної організаційної культури.</p> <p>Психопрофілактика та психокорекція професійних деструкцій та деформацій. Консультування та організація соціально-психологічного навчання персоналу. Психолого-організаційний тренінг у роботі з персоналом організацій.</p>	2	2
Усього годин:		28	10

### 3.2. Практичні заняття

№	Тема заняття	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	Вступ до психології професійної діяльності	2	2
2	Основні складові психології праці	2	
3	Актуальні проблеми психологічного супроводу професійної діяльності	2	
4	Професійний розвиток особистості	2	2
5	Професійна ідентичність як показник самовизначення фахівця	2	
6	Професійний відбір та підбір персоналу	2	
7	Психологія працездатності та професійного потенціалу	2	
8	Психологічний супровід адаптації працівника організації та навчання персоналу	2	2
9	Психологічний супровід кар'єрного розвитку працівника	2	
10	Кризи професійного становлення	2	
11	Профілактика та подолання професійного стресу і професійного вигорання у працівників організації	2	2
12	Психологічне забезпечення професійної діяльності в екстремальних умовах праці	2	

13	Психологічний супровід персоналу організації в різних сферах діяльності	2	
14	Оптимізація соціально-психологічних взаємовідносин у трудовому колективі	2	
Усього годин:		28	8

### 3.3. Самостійна робота

№	Найменування робіт	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	Підготовка до практичних занять та опрацювання лекційного матеріалу	28	9
2	Теми для самостійного опрацювання 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.	21	78
3	Підготовка та складання екзамену, тестування - Модуль №1 - Модуль №2 - Екзамен	45	45
Усього годин:		94	132

#### 4. Критерії оцінювання результатів навчання студентів

##### Форма підсумкового семестрового контролю – екзамен

Модуль 1			Модуль 2			Підсумковий контроль		Разом з дисципліни
Аудиторна та самостійна			Аудиторна та самостійна робота					
Теоретичний курс (тестування)	Практична робота		Теоретичний курс (тестування)	Практична робота				
20	18		20	17		25		100
Лекції	Вид робіт	Бал	Лекції	Вид робіт	Бал	Теоретичний курс	10	
Лекція №1	Практичне заняття №1	4	Лекція №8	Практичне заняття №8	2	Практичне завдання	15	
Лекція №2	Практичне заняття №2	2	Лекція №9	Практичне заняття №9	3			
Лекція №3	Практичне заняття №3	4	Лекція №10	Практичне заняття №10	2			
Лекція №4	Практичне заняття №4	2	Лекція №11	Практичне заняття №11	2			
Лекція №5	Практичне заняття №5	2	Лекція №12	Практичне заняття №12	4			
Лекція №6	Практичне заняття №6	2	Лекція №13	Практичне заняття №13	2			
Лекція №7	Практичне заняття №7	2	Лекція №14	Практичне заняття №14	2			

#### 5. Навчально-методичне забезпечення

Дистанційний курс «Психологічний супровід професійної діяльності» (ID 6643) <https://dl.tntu.edu.ua/mods/syllabus/edit.php>

#### 6. Рекомендована література

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. Воляннюк 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. 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.

### **7. Інформаційні ресурси**

1. Сторінка курсу в А-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>.

