

Міністерство освіти і науки України
Полтавський фаховий коледж транспортного будівництва



ЗАТВЕРДЖУЮ

В. о. директора Полтавського фахового
коледжу транспортного будівництва

Євген ВАСІЛЬЄВ

__01__ вересня 2026 року

**РІЧНИЙ ПЛАН
РОБОТИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА
ПОЛТАВСЬКОГО ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ
ТРАНСПОРТНОГО БУДІВНИЦТВА
ШИРКЕВИЧ ВІКТОРІЇ МИКОЛАЇВНИ
НА 2026-2027 НАВЧАЛЬНИЙ РІК**

ВСТУП

Психологічна служба Полтавської фахової коледжу транспортного будівництва здійснює діяльність, спрямовану на психологічний супровід освітнього процесу. Очолює службу практичний психолог ШИРКЕВИЧ Вікторія Миколаївна, яка працює на повну ставку.

Нормативно-правове забезпечення діяльності психологічної служби в системі освіти України в умовах дії воєнного стану.

Нормативні документи, на яких ґрунтується діяльність практичного психолога:

- Конституція України;
- Декларація прав людини;
- Конвенція Про права дитини;
- Закон України: „Про освіту” від 5 вересня 2017 року № 2145-VIII, Закон України „Про фахову передвищу освіту” від 06.06.2019 № 2745-VIII
- Етичний кодекс психолога;
- Положення, затверджені наказом Міністерства освіти і науки України: про психологічну службу системи освіти України (наказ МОНУ 22.05.2018 №509 (zareestrovano v Ministerstvi yustitsii Ukraini 31 lipnya 2018 roku za №885/32337)); про психологічний кабінет дошкільних, загальноосвітніх та інших навчальних закладів системи середньої освіти (наказ МОНУ від 19.10.2001 №691); про експертизу психологічного і соціологічного інструментарію, що застосовується в навчальних закладах (наказ МОНУ від 20.01.2001 №330);
- Лист МОНУ: від 04.07.2012 №1/9-488 „Щодо організації та проведення „години психолога” у навчальних закладах”; від 24.07.2019 №1/9-477 „Про типову документацію працівників психологічної служби у системі освіти України”; від 02.08.2022 № 1/8794-22 „Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році”; від 04.04.2022 № 1/3872-22 „Про методичні рекомендації „Перша психологічна допомога. Алгоритм дій”; від 29.03.2022 №1/3737-22 „Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні” та інших нормативних та методичних матеріалів Міністерства освіти та науки України, обласних та місцевих ланок освіти.
- Рішення Ради національної безпеки і оборони України від 24.02.2022 „Про введення в дію плану оборони України та Зведеного плану територіальної оборони України”, введеного в дію Указом Президента України від 24.02.2022

- № 70/202 Міністерство, заклади та установи освіти визначені співвиконавцями Плану заходів у п.2.7.4. щодо створення умов для медичної, психологічної, педагогічної реабілітації та соціальної реінтеграції дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій і збройних конфліктів, а також у п.2.7.5. в частині надання соціально-психологічної допомоги для жертв насильства та торгівлі людьми. Тому, при створенні річного плану роботи психологічної служби практичного психолога враховано один із важливих пріоритетів в діяльності закладів освіти забезпечення психологічної стійкості учасників освітнього процесу, які страждають від російської воєнної агресії.
- Психологічна служба бере участь у виконанні плану заходів на період до 2030 року згідно з Розпорядженням начальника Полтавської обласної військової адміністрації від 19.07.2024 № 407 „Про затвердження Плану заходів на 2024-2026 роки з реалізації Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Полтавській області на період до 2030 року”.
- Лист Міністерства освіти і науки України від 17.08.2026 № 1/17702-26 „Про організацію діяльності психологічної служби у системи освіти у 2026/2027 навчальному році”
- Додаток до листа Міністерства освіти і науки України від 17.08.2026 № 1/17702-26 „Про організацію діяльності психологічної служби у системи освіти у 2026/2027 навчальному році ” „Методичні рекомендації щодо організації діяльності психологічної служби у системі освіти у 2026/2027 навчальному році ”.
- „Положення про психологічну службу системи освітян України” від 31 липня 2018 року за № 885/32337 та наказу МОН України від 08.08.2017 № 1127”;
- Закон України від 09 травня 2024 року № 3714-IX „Про ратифікацію Угоди між Україною та Європейським Союзом про участь України у Програмі ЄС „Громадяни, рівність, права та цінності ”.
- Закон України від 20 листопада 2024 року № 4073-IX. „Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо удосконалення механізму запобігання та протидії домашньому насильству та насильству за ознакою статі”
- Постанова Верховної Ради України від 24 квітня 2024 року № 3663-IX ”Про прийняття за основу проєкту Закону України про внесення змін до деяких законодавчих актів України з метою боротьби з ігровою залежністю (лудоманією) та вдосконалення державного регулювання діяльності щодо організації та проведення азартних ігор та лотерей”
- Закон України від 22 травня 2024 року № 3733-IX „Про внесення змін до Кодексу України про адміністративні правопорушення у зв'язку з ратифікацією Конвенції Ради Європи про запобігання насильству

- стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу із цими явищами (Стамбульська конвенція)”
- Постанова Верховної Ради України від 21 листопада 2023 року № 3485-IX „Про прийняття за основу проєкту Закону України про внесення змін до деяких законодавчих актів щодо застосування обмежувальних заходів протидії домашньому насильству”.
 - Закон України від 6 червня 2024 року. № 3792-IX. „Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми”
 - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 07 червня 2024 року №527-р „Про схвалення Національної стратегії розвитку інклюзивного навчання на період до 2029 року та затвердження операційного плану заходів з її реалізації на 2024-2026 роки”.
 - Постанова Кабінету Міністрів України від 14 травня 2024 року № 551 „Про затвердження Порядку виявлення та повернення дітей, депортованих або примусово переміщених внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України”.
 - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 16.02.2024 року № 141-р „Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми з утвердження української національної та громадянської ідентичності на період до 2028 року”.
 - Постанова Кабінету Міністрів України від 23 січня 2024 року № 83 „Про організацію діяльності та забезпечення функціонування центрів життєстійкості”.
 - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 26 вересня 2023 року №850-р „Про затвердження Державної цільової національно-культурної програми “Єдність у розмаїтті” на період до 2034 року”.
 - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 3 вересня 2026 року № 875-р „Про затвердження Державної цільової соціальної програми протидії торгівлі людьми на період до 2030 року”.
 - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 24 лютого 2023 року № 174-р „Про схвалення Концепції безпеки закладів освіти”.
 - Постанова Кабінету Міністрів України від 15 серпня 2023 року № 867 „Про реалізацію експериментального проєкту „Спеціаліст із безпеки в освітньому середовищі”.
 - Наказ Міністерства освіти і науки України №131 від 07 лютого 2024 року „Про затвердження плану заходів з реалізації Концепції громадянської освіти в Україні”.
 - Лист Міністерства освіти і науки України від 18.04.2023 №1/5449-23 „Щодо проведення в закладах освіти право просвітницьких заходів до Міжнародного дня протидії булінгу (День боротьби з цькуванням)”.
 - Лист МОН від 24.11.2023 №4/4610-23 „Щодо Всеукраїнської акції „16 днів проти насильства”.

- Лист ДНУ „ІМЗО” від 29.03.2023 21/08-479 2 „Про Всеукраїнську програму ментального здоров'я „Ти як? ”.
- Лист ДНУ „ІМЗО” від 16.05.2024 N 21/08-790 „ Про інформаційні матеріали стосовно небезпеки азартних ігор”.
- Лист ДНУ „ІМЗО” від 22.05.2024 N 21/08-824 „ Про проєкт методичних рекомендацій щодо соціалізації та інтеграції дітей ВПО у громадах”.
- Листом Міністерства освіти і науки України № 1/17702-26 від 17.08.2026 року „Про організацію діяльності психологічної служби у системі освіти у 2026/2027 навчальному році ”

I. АНАЛІТИЧНА ЧАСТИНА

У 2025–2026 навчальному році основною метою моєї діяльності як практичного психолога закладу фахової передвищої освіти було створення сприятливих умов для самореалізації студентів шляхом гармонізації взаємин, успішної адаптації та всебічного розвитку їхніх здібностей” а також забезпечення індивідуального підходу до кожного з них.

Реалізація цієї мети здійснювалася через виконання таких завдань:

- Проведення профілактичної роботи з формування здорового способу життя серед учасників освітнього процесу, популяризація фізичного та психічного благополуччя.
- Організація просвітницької діяльності для педагогічного колективу з метою ознайомлення з основними закономірностями розвитку особистості, умовами її гармонійного становлення.
- Залучення здобувачів освіти до роботи над самопізнанням та самовихованням, розвиток навичок саморефлексії, критичного мислення, відповідальності за особисте зростання.
- Профілактика насильства в освітньому середовищі, зокрема:
 - булінгу (цькування в освітньому середовищі),
 - мобінгу (психологічного тиску в колективі),
 - кібербулінгу (агресії у віртуальному просторі).

Для досягнення визначених завдань була проведена різновекторна психологічна робота, орієнтована на формування безпечного освітнього середовища, розвиток емоційного інтелекту та підтримку учасників освітнього процесу.

З метою профілактики булінгу, кібербулінгу та інших проявів агресивної поведінки серед студентів, протягом навчального року були проведені такі заходи:

- круглі столи, присвячені питанням взаємоповаги, толерантності, ненасильницького спілкування;
- години спілкування, спрямовані на розвиток емоційної культури та навичок конструктивного вирішення конфліктів;
- тренінгові заняття, які сприяли розвитку навичок асертивної поведінки, саморегуляції та співпраці в колективі.

В жовтні було оновлено банк даних учасників освітнього процесу, які належать до „зони ризику” та „ груп ризику”. Протягом року з цією категорією

студентів здійснювалася цілеспрямована індивідуальна робота, зокрема консультації, спостереження, психологічна підтримка, залучення до позитивних соціальних активностей.

Упродовж 2025–2026 навчального року здійснювалася системна робота з педагогічним колективом у різних формах. Було організовано:

- профілактична робота, орієнтована на зниження емоційного вигорання та покращення взаємодії в колективі;
- індивідуальні психологічні консультації, які надавалися педагогам на їх запити з особистих та професійних питань.

Паралельно з цим проводилася робота зі здобувачами освіти, спрямована на розвиток емоційної саморегуляції та критичного мислення. Зокрема: студенти навчалися технікам заспокоєння та саморегуляції, таким як:

- „Метелик”;
- „ Квадратне дихання”;
- Техніка прогресивної м'язової релаксації Джейкобсона.

Організаційно-методична робота була спрямована на підготовку, розробку та забезпечення якісного планування діяльності практичного психолога на тиждень і місяць. До основних напрямів належало:

- виготовлення дидактичного матеріалу для занять зі здобувачами освіти;
- підбір навчальних і методичних матеріалів для консультаційної, профілактичної та просвітницької роботи з педагогічним колективом та студентами;
- планування і координація заходів, спрямованих на підвищення ефективності психологічної підтримки учасників освітнього процесу.

Ця діяльність сприяла системності роботи, підвищенню якості психологічного супроводу та адаптації освітнього процесу до потреб учасників освітнього процесу й педагогів.

В межах підвищення кваліфікації отримала сертифікати:

08.10.2025 Безпечний контекст у цифровому світі: виклики та рішення для освіти

10.10.2025 Збереження ментального здоров'я в умовах професійних викликів: психологічні стратегії для педагогів

16.10.2025 Психологічна підтримка як інструмент захисту від булінгу, насильства та небезпечної поведінки

18.10.2025 Онлайн-форум „День ментального здоров'я ”

07.11.2025 Вебінар „Практикум для вчителів: як знаходити порозуміння в складних ситуаціях”

09.11.2025 Сучасні методи арттерапії: практичний інструмент для педагогів і психологів

27.12.2025 Сучасні підходи до викладання біології в НУШ

27.12.2025 Розвиток якісного навчання та підтримка учнів у виборі майбутньої професії. Психолого-педагогічний супровід

18.01.2026 Психомалюнкові методики у психолого- педагогічному супроводі

14.02.2026 Сучасний учитель: виклики, рішення, розвиток

14.02.2026 Позитивна психологія в дії: як зменшити конфлікти й підвищити згуртованість учнів.

10.03.2026, 17.03.2026, 24.03.2026, 31.03.2026 підготовка до психологічної допомоги „Добра воля” За підтримки Ліги за душевне здоров'я Словаччини.

31.03.2026 Гнучке навчання в інклюзивному класі: як підлаштувати освітній процес під можливості кожного учня.

31.03.2026 Інноваційні підходи на уроках біології через призму STEM-підходу

07.04.2026, 14.04.2026, 21.04.2026 Цикл практичних майстер-класів на тему: „Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу: від апробованого кейса до генерації психоедукаційного контенту за допомогою ІІІ”

22.04.2026 Всеукраїнський круглий стіл для працівників психологічної служби „Психологічна служба освіти: виклики, ресурси, перспективи”.

12.05.2026, 19.05.2026 тренінг „Штучний інтелект в освіті: практичні інструменти, безпечне використання та сучасні можливості для вчителя”

Головні завдання психологічної служби у 2025–2026 навчальному році

- Створення сприятливих умов для розвитку студентів, що сприяють їхньому особистісному та професійному зростанню.
- Забезпечення якісного психологічного супроводу освітнього процесу на всіх його етапах.
- Науково-методичне та практичне забезпечення профілактичної та просвітницької роботи з педагогічними працівниками і студентами Фахового коледжу.
- Орієнтація виховної роботи на соціально-психологічну профілактику негативних явищ у молодіжному середовищі, превентивну освіту, профілактику девіантної та ризикованої поведінки, а також формування толерантної особистості.
- Розвиток творчих здібностей студентів, підтримка обдарованих здобувачів освіти, формування навичок самоосвіти і самореалізації особистості.
- Надання психологічної допомоги тимчасово переміщеним особам та волонтерам, які беруть участь в освітньому процесі чи соціальній діяльності.

Робота проводилася за усіма напрямками: діагностика, профілактика, корекція, просвіта, консультування.

За 2025-2026 рік діагностика проводилася за напрямками:

1. Особливості соціально-психологічної адаптації студентів першого курсу.
2. Визначення типу темпераменту за методикою Г. Айзенка
3. Визначення рівня тривожності за методикою Тейлора.
4. Визначення рівня схильності до стресу за методикою Фрідмана, Розенмана).
5. Виявлення випадків насилля та булінгу.

6. Вивчення стану емоційного, професійного вигорання серед ПП за методикою В.В.Бойко

7. Діагностика емпатії за методикою А. Маграбян, М.Енштейн.

В межах Всеукраїнської акції „16 днів проти насильства”, що охопила період з 25 листопада по 10 грудня, зі студентами було проведено комплекс заходів, спрямованих на профілактику та подолання жорстокості, насильства, правопорушень, торгівлі людьми, а також вживання алкогольних та наркотичних речовин.

Зокрема, для студентів перших курсів проведено низку психологічних тренінгів:

- „Стоп булінг” — спрямований на розпізнавання та протидію цькуванню в освітньому середовищі;
- просвітницько-виховні заняття з елементами тренінгу „ Ми проти насильства!”;
- Профілактичні та просвітницькі заходи мали на меті:
- розвиток психологічної культури учасників освітнього процесу;
- формування навичок конструктивного спілкування;
- підтримку позитивного мислення та емоційної стійкості.

За проведенням анкетуванням учасників освітнього процесу „Насильство та його прояви” виявлено, що студенти обізнані щодо питань насильства і не виявлено ознак насильства в студентському середовищі. За результатами діагностик в коледжі не виявлено випадків булінгу.

Робота зі здобувачами освіти протягом навчального року

Протягом року з учасниками освітнього процесу проводилися різноманітні форми роботи: бесіди, круглі столи, заняття з елементами тренінгу, корекційно-розвивальні заняття, а також індивідуальні та групові консультації.

Робота з педагогічним колективом.

З педагогічним колективом було проведено низку бесід та круглих столів на тему:

- „Як зберегти своє психічне здоров'я в умовах війни” — обговорення методів підтримки емоційного стану в кризових ситуаціях.
- „Джерела моєї сили: арттерапевтичний практикум для зниження стресу ”

Також брала участь у засіданнях циклової комісії (ЦК) „ Загальноосвітньої підготовки”.

В рамках тижня циклової комісії проведено тренінг для викладачів:

- „Контроль емоційного стану під час війни” — розвиток навичок стресостійкості та психологічного самозахисту.

План роботи на наступний період

У наступний період планую приділити особливу увагу самоосвіті з питань консультаційної, профілактичної та просвітницької діяльності в умовах

воєнного та післявоєнного часу. Зокрема, планую поглибити знання і навички щодо:

- надання психологічної підтримки в кризові періоди;
- навчання технікам роботи з постраждалими, які перебували у зонах бойових дій;
- психологічна безпека дорослих і дітей під час повітряної тривоги ;
- роботи з дітьми, батьки яких брали або беруть участь у лавах Збройних Сил України та Територіальної оборони.

Це дозволить більш ефективно підтримувати студентів та їх сім'ї, адаптувати психологічний супровід до сучасних викликів та сприяти їх гармонійному розвитку.

II. ЦІЛЕПОКЛАДАЮЧА ЧАСТИНА

Тема над якою працює практичний психолог: психологічний супровід самореалізації та розвитку життєтворчих компетентностей учасників освітнього процесу в умовах гармонізації міжособистісних взаємин та успішної адаптації відповідно до їх індивідуальних можливостей

Головна мета діяльності в новому 2026- 2027 навчальному році:

- психологічне забезпечення учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану;
- збереження та зміцнення ментального здоров'я,
- розвиток резильєнтності, підвищення адаптивних можливостей учасників освітнього процесу та створення умов для їх повноцінного й гармонійного розвитку.
- продовжити імплементувати Всеукраїнську програму ментального здоров'я ініціативи Першої леді Олени Зеленської „Ти як? ”, шляхом проведення інформаційно-просвітницьких заходів, тренінгів, лекцій, тематичних зустрічей, а також впровадження елементів психоедукації та практик самодопомоги для студентів, їх батьків та педагогічних працівників.

Завдання діяльності психологічної служби

- Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах війни.
- Сприяння адаптації студентів груп нового набору до нових освітніх умов.
- Проведення превентивного виховання, спрямованого на формування у учасників освітнього процесу орієнтації на здоровий спосіб життя та захист ментального здоров'я.
- Забезпечення захисту прав і свобод студентів та створення умов комфортного освітнього середовища.
- Сприяння формуванню у студентів особистісних якостей, як саморозвиток, самореалізація, самоповага та адекватна самооцінка.
- Підтримка у формуванні професійної компетентності викладачів.
- Сприяння підвищенню психологічної культури серед усіх учасників освітнього процесу.

- Проведення профілактичної роботи щодо девіантної та ризикованої поведінки серед підлітків, профілактики паління, наркоманії, алкоголізму та поширення ВІЛ-СНІДу.
- Здійснення соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу, які зазнали різних форм насильства або перебувають у складних життєвих обставинах.
- Формування в учасників освітнього процесу усвідомлення важливості гендерної рівності як основи здорової міжособистісної взаємодії.

Функції психологічної служби в освітньому процесі

Психологічна служба закладу освіти здійснює комплекс заходів, спрямованих на забезпечення якості освітнього процесу, розвиток особистості та психологічний захист учасників освітнього процесу.

Основні напрями діяльності включають:

- вивчення психолого-педагогічних особливостей учасників освітнього процесу, їхніх батьків, а також педагогічного колективу;
- психологічне забезпечення освітнього процесу, яке сприяє:
- своєчасному виявленню труднощів у навчанні та адаптації;
- формуванню сприятливого соціально-психологічного клімату;
- підтримці психоемоційного стану всіх учасників освітнього процесу.

Особлива увага приділяється психологічному супроводу студентів груп нового набору, що дозволяє своєчасно виявити та подолати труднощі їхньої адаптації до умов освітнього середовища.

У 2026–2027 навчальному році планую зосередити свою діяльність на профілактиці насильства серед студентів в умовах воєнного стану. Основну увагу буде приділено проведенню просвітницької та профілактичної роботи щодо:

- попередження участі молоді в небезпечних інтернет-челенджах та інших ризиках віртуального простору;
- самоосвіти з питань надання психологічної підтримки в умовах війни, зокрема в кризові періоди;
- вивчення технік психологічної допомоги постраждалим: дітям, які перебувають у зонах бойових дій, дітям військовослужбовців, загиблих захисників і захисниць;
- психологічної підтримки студентів з числа ВПО, зокрема тих, хто тимчасово перебуває за кордоном;
- консультативної підтримки педагогів у формуванні практичних навичок допомоги дітям в умовах війни;
- відновлення емоційної стабільності та розвитку психологічної стійкості всіх учасників освітнього процесу;
- подолання освітніх втрат та надання підтримки сім'ям, у яких уже повернулися або незабаром повернуться захисники й захисниці.

№ з\п	Напрями діяльності з учасниками освітнього процесу закладу освіти. Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група	Відмітка про виконання
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА РОБОТА				
1	Складання плану роботи практичного психолога на 2026-2027 навчальний рік	до 01.09.2026		
2	Складання плану роботи на місяць	до першого числа наступного місяця		
3	Оформлення та ведення психологічної обліково-реєстраційної, довідково-інформаційної та іншої службової документації (складання звітів, індивідуальних карток та ін.)	постійно, протягом року		
4	Підготовка до проведення семінарів, тренінгів, ділових ігор тощо зі всіма учасниками освітнього процесу	постійно, протягом року(за річним планом коледжу)		
5	Підготовка до проведення годин психолога зі студентами. Підготовка матеріалів для групових та індивідуальних бесід за запитом	постійно, протягом року, за запитом		
6	Ознайомлення з новими дослідженнями в галузі психології, оволодіння новими методами та методами та методиками психологічної роботи	постійно, протягом року		
7	Розробка та впровадження політики психосоціальної підтримки на робочому місці	вересень 2024 р.		
8	Складання аналітичного та статистичного звітів про роботу за півріччя та рік	згідно графіком подачі звітів		
9	Участь у роботі методичного об'єднання	згідно графіку проведення засідань		
10	Складання банку даних психологічного інструментарію	впродовж року		

11	Обробка результатів психолого-діагностичного обстеження, анкетувань, оформлення висновків і рекомендацій	впродовж року		
12	Проведення зборів для студентів, які проживають у гуртожитку, з метою інформування та профілактики порушень: „Про дотримання санітарно-гігієнічних норм у гуртожитку” — ознайомлення з вимогами щодо підтримання чистоти, порядку та особистої гігієни „Правила внутрішнього розпорядку і техніки безпеки” — наголошення на обов’язковості дотримання правил проживання, пожежної безпеки, поведінки у надзвичайних ситуаціях	вересень - жовтень		
	ДІАГНОСТИКА			
1	Психодіагностика здобувачів освіти груп нового набору на визначення рівня адаптації - відвідування занять, спостереження за стилем спілкування викладачів зі студентами; - проведення бесід із кураторами 1 курсу з метою визначення рівня адаптації; - дослідження за анкетною „ Адаптація до освітнього процесу здобувачів освіти груп нового набору”	жовтень	студенти 1 курсу	
2	Діагностика схильності до різних форм девіантної поведінки: „Особливості вашої поведінки” , Емоційна сфера: тривожність, агресивність, ригідність, фрустрація – методика самооцінки психічних станів Г.Айзенка; Тип ВНД особливості темпераменту: Опитувальник Айзенка (підлітковий варіант у модифікації Т.В.Матоліна)	студенти 2-3 курс	жовтень-листопад 2026р.	
3	Діагностика рівня готовності до трудової діяльності. Професійна готовність: Опитувальник суб’єктивної оцінки професійної визначеності;	Березень-квітень		

	Психологічна готовність: Опитувальник „Мій шлях широкий ” Соціальна готовність: Тест-опитувальник „Наскільки ти адаптований до життя”			
4	Дослідження мікроклімату та структури взаємовідносин у студентському колективі (соціометрія) Дж. Морено	грудень	учасники освітнього процесу	
5	Виявлення інтересів, здібностей першокурсників. Групова діагностика „Диференційно-діагностичний опитувальник” (Клімов), тест „Тип особистості” (Голланд), „Карта інтересів” (Голомшток)	січень-лютий	учасники освітнього процесу	
6	Індивідуальна діагностична робота з студентами, що потребують підвищеної уваги: „Методика діагностики стану агресії” (Басса-Дарки), „Методика виявлення типу темпераменту” (Г.Айзенк)	за запитом педагогів	учасники освітнього процесу	
7	Діагностика психологічних станів колективу (професійна адаптація, професійний стрес, професійне вигорання).	впродовж року	педагогічний колектив	
8	Пошук обдарованих студентів: анкета мотивації Пашнева, методика визначення головної півкулі мозку Ликсмана	впродовж року	учасники освітнього процесу	
	ПРОФІЛАКТИКА			
1	Години відвертого спілкування „Кордони поваги: як розпізнати булінг і кібербулінг та зупинити його”. Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу (https://stopbullying.com.ua/)	вересень	учасники освітнього процесу	
2	Профілактика шкідливих звичок та формування навичок здорового способу життя є одним із пріоритетних напрямів роботи психологічної служби. З метою запобігання тютюнопалінню, вживанню алкоголю та наркотичних речовин студентів та мешканців гуртожитків проводяться	впродовж року	учасники освітнього процесу	

	профілактичні бесіди, інтерактивні заняття, а також перегляд та обговорення інформаційно-просвітницьких слайдових матеріалів, зокрема: • „Без фільтрів: вся правда про вплив алкоголю”, • „Світ без ілюзій: Що приховує кайф?” та інших тематичних презентацій, спрямованих на підвищення обізнаності та формування відповідального ставлення до власного здоров'я.”			
3	Профілактика булінгу є важливим елементом роботи з безпеки та психоемоційного комфорту учасників освітнього процесу. З цією метою проводяться просвітницькі заходи, зокрема: • тематична бесіда „Стоп булінг”, • перегляд та обговорення відеоматеріалів, спрямованих на формування толерантної поведінки, розвиток емпатії та запобігання проявам агресії в учнівському середовищі.	впродовж року	Студенти I, II курсів	
4	Проведення „Уроків стійкості” для здобувачів освіти перших курсів у межах місяця обізнаності про ментальне здоров'я. Заходи спрямовані на формування навичок психологічної стійкості, емоційної саморегуляції, підтримки ментального добробуту та розвитку ресурсного мислення в молоді.	впродовж року	студенти I курсів	
5	10 вересня, до Всесвітнього дня запобігання самогубствам, провести годину спілкування з елементами тренінгу „Мистецтво жити: будуємо внутрішні опори”, спрямовану на профілактику суїцидальної поведінки, розвиток навичок емоційного саморегулювання, підтримку психоемоційного стану та усвідомлення цінності життя. Джерело:	10.09.2026 р.	учасники освітнього процесу	

	https://naurok.com.ua/godina-spilkuvannya-dlya-uchniv10h-11h-klasiv-zhittya-prekrasne-260430.html			
6	До всесвітнього дня надання першої допомоги (12.09). „Психологічна перша допомога: підтримка в критичний момент” (техніки самодопомоги при панічних атаках, шоку та гострому стресі).	14.09.202 6 р	учасники освітнього процесу	
7	21 вересня — Міжнародний день миру 3 нагоди відзначення Міжнародного дня миру заплановано проведення занять з елементами тренінгу, спрямованих на формування гуманістичних цінностей, розвиток толерантності та емпатії: • Заняття з елементами тренінгу „Маленькі кроки до великого миру” — про важливість добрих вчинків, взаємодопомоги та підтримки в міжособистісних стосунках. • Заняття з елементами тренінгу „Мир у мені: гармонія думок та емоцій” — про значення внутрішнього миру, злагоди в родині та суспільстві як основи глобального миру.	вересень	учасники освітнього процесу	
8	25 листопада — Міжнародний день боротьби за ліквідацію насильства щодо жінок У межах відзначення цієї дати заплановано проведення просвітницьких заходів, спрямованих на формування ненасильницької поведінки, усвідомлення прав людини та гендерної рівності: • Тренінг „Мій улюблений світ — без насильства” — спрямований на підвищення обізнаності щодо проблеми насильства, розвиток емпатії, навичок безпечної поведінки та самозахисту. • Заняття з елементами тренінгу „Насиллю — ні” — акцент на формуванні нульової толерантності	листопад	учасники освітнього процесу	

	до будь-яких форм насильства, зокрема у сім'ї, закладі освіти та суспільстві.			
9	До Міжнародного дня людей з інвалідністю (03.12): „Культура спілкування та коректна лексика: повага без жалю” (психологічний практикум щодо правил етичної взаємодії, розуміння сутності інклюзивного етикету та протидії стереотипам	грудень	учасники освітнього процесу	
10	20 грудня — Всесвітній день людської солідарності. Проведення заняття з елементами тренінгу на теми: „Толерантність”, „Біль, страх, гнів”.	грудень	учасники освітнього процесу	
11	7 квітня — Всесвітній день здоров'я. Проведення заняття з елементами тренінгу на тему: „Культура статевих взаємин”. До Всесвітнього дня здоров'я (7квітня) заплановано проведення заняття з елементами тренінгу на тему „Культура статевих стосунків”.	квітень	учасники освітнього процесу	
12	23 квітня — Всеукраїнський день психолога. До Всеукраїнського дня психолога (23 квітня) відбудеться заняття з елементами тренінгу на теми: „Планета почуттів” та „Психічне здоров'я як складова здоров'я особистості”.	квітень	учасники освітнього процесу	
13	4 травня — Міжнародний день протидії булінгу. Заплановано проведення тренінгових занять на теми: „Булінг.Перезавантаження: як змінити правила гри у групі.” та „ АнтиВірус: Твій імунітет проти цькування ” (заняття з елементами тренінгу)	травень	учасники освітнього процесу	
14	Провести годину спілкування на тему „Як впоратися зі стресом під час іспиту”, спрямовану на формування в учасників навичок подолання тривожності, управління емоціями, підвищення впевненості у власних силах та збереження психологічної	травень	учасники освітнього процесу	

	рівноваги в умовах підвищеного навчального навантаження. Джерело: (https://vseosvita.ua/library/godina-spilkuvanna-ak-vporatis-zi-stresom-pid-cas-zno-68083.html)			
15	До Дня науки та Дня Європи в Україні (15 травня) проводяться заняття з елементами тренінгу на тему „Я — особистість” та тренінг „Спілкування — це здорово”.	травень	учасники освітнього процесу	
16	31 травня — Всесвітній день без тютюну. У рамках відзначення дати заплановано: • Тренінг „Я обираю здоровий спосіб життя” • Заняття з елементами тренінгу „Обирай солодке життя без диму” та „Інвестиція у здоров'я: смачний бартер”	травень	учасники освітнього процесу	
17	Проведення виховних заходів у межах Всеукраїнської акції „16 днів проти насильства”, спрямованих на попередження насильства та формування безпечного освітнього середовища.	листопад-грудень	учасники освітнього процесу	
18	Тематичні заходи до Всесвітнього дня боротьби зі СНІДом. Проведено заняття на тему: „Червона стрічка надії”, метою яких було інформування здобувачів освіти про шляхи передачі ВІЛ, профілактику захворювання, толерантне ставлення до ВІЛ-інфікованих людей та формування відповідального ставлення до власного здоров'я.	грудень	усі учасники освітнього процесу	
19	Профілактика конфліктних ситуацій у взаємодії: • між студентами („студент — студент”), • між студентами та батьками („студент — батьки”), • між студентами та викладачами („студент — викладач”),	впродовж року	усі учасники освітнього процесу	

	• між викладачами та батьками („викладач — батьки”). Для цього проводяться психологічні бесіди, лекції та групові консультації на теми: • „Профілактика стресових і постстресових станів”, • „Профілактика девіантної поведінки молоді”.			
20	Профілактика негативних явищ та насильства серед студентів. Проводяться інформаційні години в академічних групах з метою запобігання поширенню ксенофобії та расизму серед студентської молоді. Бесіди: • „Міжособистісні стосунки в колективі” • „Як ми сприймаємо один одного” Проводяться також бесіди з кураторами груп для організації профілактичної роботи щодо негативних явищ та насильства серед молоді. Психологічні тематичні тренінги: • „Стоп булінг” • „Ти і твої емоції” • „Упевненість у собі як показник успішності в майбутньому”	впродовж року	учасники освітнього процесу	
	КОРЕКЦІЯ		учасники освітнього процесу	
1	Тематика тренінгів і занять: • „Емоційний інтелект: міст між „Я ” та „Вони ” • „Ресурси самопідтримки у складних ситуаціях” • „Я і моя самооцінка” • „Конфлікт як інструмент зближення, а не руйнування ” • „Як відстояти своє і не спалити мости ” • „Антистрес у навчанні: дихай, дій, відпочивай” • „Профілактика вигорання у студентів”	впродовж року	учасники освітнього процесу	

2	Проводиться індивідуальна та групова робота зі студентами, які тимчасово відчують труднощі в адаптації до навчального середовища коледжу.	листопад-грудень	учасники освітнього процесу	
	КОНСУЛЬТУВАННЯ		учасники освітнього процесу	
1	Консультації студентів Фахового коледжу з актуальних питань: • Особливості навчання під час воєнного стану • Взаємини з однолітками • Відносини з протилежною статтю • Спілкування з викладачами • Проблеми особистісного розвитку • Обговорення результатів особистої діагностики Типові запити під час консультацій: • „Я не можу зосередитися на навчанні” • „Як справлятися з тривогою перед іспитом” • „Конфлікти з батьками чи одногрупниками” • „Втрата мотивації до навчання” • „Проблеми самооцінки та невпевненість у собі” • „Як побороти прокрастинацію”	впродовж року.	учасники освітнього процесу	
2	Проведення індивідуального та групового консультування на основі результатів діагностики.	впродовж року	учасники освітнього процесу	
3	Консультування педагогічних працівників щодо оптимізації освітнього процесу.	впродовж року	педагогічний колектив	
4	Консультації для студентів — вимушених переселенців, дітей, постраждалих від військових дій, а також їх батьків, спрямовані на підтримку розвитку самооцінки, соціалізації та формування навичок товариськості.	за потребою	учасники освітнього процесу	
5	Провести групову консультацію на тему: „Контроль емоційного стану під час війни — пояснення психологів”.	Січень	педагоги	

	Джерело: https://mon.gov.ua/ua/news/kontrol-emocijnogo-stanu-pid-chas-vijnipoyasnennya			
6	Провести групову консультацію на тему: „Ефективні поради щодо подолання емоційного вигорання під час війни”. Джерело: https://mon.gov.ua/ua/news/efektivni-poradi-vid-emocijnogo-vigorannyapid-chas-vijni	Квітень	педагоги	
7	Провести заняття у форматі кейс-методу на тему: „Управління стресом: від тривоги до балансу”.	10 жовтня	педагоги	
	ПРОСВІТА			
1	Продовжити імплементувати Всеукраїнську програму ментального здоров'я ініціативи Першої леді Олени Зеленської „Ти як? ”, шляхом проведення інформаційно-просвітницьких заходів, тренінгів, лекцій, тематичних зустрічей, а також впровадження елементів психоедукації та практик самодопомоги для учасників освітнього процесу та педагогічних працівників.	впродовж року		
2	Заняття з елементами психологічної підтримки на тему: „Адаптація першокурсника: як не втратити себе”, спрямоване на формування навичок саморегуляції, соціалізації та ефективного включення в освітнє середовище.	вересень жовтень	Педагогічний колектив	
3	Години психолога (психологічні зустрічі, спрямовані на підтримку психоемоційного стану студентів): • „Перезавантаження: як впоратися з емоційним вигоранням” • „Тривога, стоп: інструкція з відновлення балансу” • „Острівець безпеки: як підтримати себе, коли все навколо біжить” • „Без паніки перед сесією: як впоратися з хвилюванням”	впродовж року	учасники освітнього процесу	

4	Проведення просвітницьких заходів, спрямованих на формування обізнаності та безпечної поведінки серед студентської молоді: • „Рівні можливості для всіх” — інформування про принципи недискримінації та рівного ставлення • „Що таке насильство? Як себе захистити!” — профілактика насильства та ознайомлення зі стратегіями самозахисту • „Протидія торгівлі людьми” — підвищення рівня обізнаності про ризики та способи уникнення потрапляння в ситуації експлуатації • „Небезпека в інтернеті” — формування навичок безпечної онлайн-комунікації та протидії кіберзагрозам	впродовж року	учасники освітнього процесу	
5	Психолого-просвітницькі заняття, спрямовані на розвиток стресостійкості, комунікативних навичок та самопізнання: • Заняття з елементами тренінгу „Формула спокою: дихання, концентрація та впевненість на іспиті” — практичні техніки подолання напруги, вправи на дихання та концентрацію • „Слова мають значення: прокачай навички комунікації” — розвиток навичок активного слухання, конструктивного спілкування та уникнення конфліктів • „Самопізнання як основа психологічного здоров’я” — формування усвідомленості, самооцінки та розуміння власних ресурсів • „Управління емоціями: від непорозуміння до конструктивного діалогу” — аналіз типових конфліктних ситуацій, моделі поведінки та шляхи вирішення	впродовж року	учасники освітнього процесу	

6	Виступи на педагогічних радах (за планом роботи педрад). Підготовка буклетів, пам'яток, тощо	за планом	Педагогічний колектив	
7	Розміщення матеріалів на сайті коледжу, сторінці психолога	впродовж року		
8	Проведення Всеукраїнського тижня протидії булінгу. У рамках тижня заплановано низку просвітницьких та профілактичних заходів, спрямованих на підвищення обізнаності студентів щодо проблеми булінгу та формування навичок безпечної поведінки. Година психолога на тему: „Ні насильству!“ Мета заходу — формування у студентської молоді негативного ставлення до будь-яких проявів насильства, розвиток емпатії, асертивності та вміння звертатися по допомогу. https://naurok.com.ua/godina-psihologa-skazhemo-ni-nasilstvu-134001.html Перегляд та обговорення відеороликів „Як Нік Вуйчич боровся з булінгом у своєму житті“ та „З яких слів потрібно почати діалог під час булінгу“ https://www.youtube.com/watch?v=yDTuBkhV-Kw Провести годину спілкування „Протидія булінгу в студентському колективі“ https://naurok.com.ua/vihovna-godina-protidiya-bulingu-v-uchnivskomu-kolektivi-126129.html Інформаційна робота через Інтернет-сторінки	вересень - жовтень	учасники освітнього процесу	
9	Акція „16 днів проти насильства“ Підготувати та провести круглий стіл „Мова миру: вчимося розуміти один одного“	впродовж року		

	https://vseosvita.ua/library/tema-poperedzenna-nasilstva-v-simi-69046.html Провести годину спілкування „Різні, але рівні: простір без бар'єрів ” з метою сформувати в учасників освітнього процесу толерантне ставлення до людей з особливими потребами (Інтернет джерело) https://naurok.com.ua/godina-spilkuvannya-dobrota-i-miloserdya-v-nashomu-zhitti-89606.html Провести вікторину „Здоров'я, безпека, толерантність: Світ без стереотипів про ВІЛ” (Інтернет джерело) https://vseosvita.ua/library/viktorina-pro-snid-mif-ci-realnist-407964.html Підготувати та провести заняття з елементами тренінгу „Сила в єдності, а не в силі: розмова про булінг ” https://vseosvita.ua/library/zanatta-z-elementami-treningu-poperedzenna-nasilstva-ta-bulingu-v-skoli-294210.html			
10	Підготовка виступів для викладачів, кураторів, на педради	згідно плану		
11	Підготовка тренінгів, диспутів	впродовж року		
12	Складання банку даних психологічного інструментарію	впродовж року		
13	Створення та оновлення інформації на сторінці психолога сайту коледжу	впродовж року		
14	Обробка результатів психолого-діагностичного обстеження, анкетувань, оформлення висновків і рекомендацій	впродовж року		
15	Проведення зборів для студентів, які проживають у гуртожитку, з метою інформування та профілактики порушень: „Про дотримання санітарно-гігієнічних норм у гуртожитку” — ознайомлення з вимогами щодо	вересень	студенти 1 курсу	

	підтримання чистоти, порядку та особистої гігієни „Правила внутрішнього розпорядку і техніка безпеки” — наголошення на обов’язковості дотримання правил проживання, пожежної безпеки, поведінки у надзвичайних ситуаціях			
	ЗВ’ЯЗКИ З ГРОМАДСЬКІСТЮ			
1	Співпраця з психологами освітніх закладів	впродовж року		
2	Участь у методичних семінарах ПАНО	впродовж року		
3	Зв’язки з громадськістю: - Організація та здійснення відвідувань профільних служб з метою отримання консультацій та налагодження співпраці (служби у справах дітей, центри соціальних служб, правоохоронні органи тощо) - Взаємодія з органами виконавчої влади та органами студентського самоврядування задля координації спільних профілактичних та просвітницьких заходів - Співпраця з медичними працівниками з питань збереження фізичного та психічного здоров’я учасників освітнього процесу - Налагодження партнерства з недержавними громадськими організаціями, що працюють у сфері освіти, психологічної підтримки, захисту прав людини та профілактики негативних явищ у молодіжному середовищі.	впродовж року при необхідності		

Практичний психолог



Вікторія Ширкевич