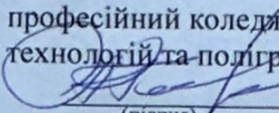
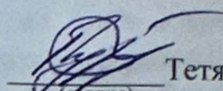


ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Комунального закладу
професійної освіти «Київський
професійний коледж інформаційних
технологій та поліграфії»

(підпис) Алла ГОНЧАРЕНКО

ПОГОДЖУЮ

Заступник директора з НВР


(підпис) Тетяна ГУРІН

РІЧНИЙ ПЛАН

роботи практичного психолога

Сазонової Олександри Володимирівни

Київського професійного коледжу інформаційних технологій та поліграфії

на 2026 / 2027 навчальний рік

ВСТУП

Організація роботи психологічної служби у 2026/2027 навчальному році визначається відповідно до листа Міністерства освіти і науки України від 17.08.2026 № 1/17702-26. Головним фокусом діяльності є збереження та зміцнення ментального здоров'я учасників освітнього процесу в умовах війни, впровадження багаторівневої моделі надання психосоціальної допомоги, а також відмова від масової суцільної діагностики на користь адресного реагування та індивідуалізованого супроводу.

Багаторівнева модель надання психологічної допомоги:

- **Перший рівень (універсальний):** Створення безпечного, інклюзивного освітнього середовища, формування психологічної резильєнтності та психоедукація для всіх студентів освіти.
- **Другий рівень (психосоціальна підтримка):** Базове реагування педагогічних працівників на емоційні труднощі та первинні прояви стресу у студентів в межах освітнього простору.
- **Третій рівень (спеціалізована допомога):** Адресне консультування, корекційно-розвивальна робота та кризове втручання з боку практичного психолога та соціального педагога.
- **Четвертий рівень (міжвідомче перенаправлення):** Залучення фахівців інклюзивно-ресурсних центрів, медичних установ, центрів соціальних служб та інших спеціалізованих інституцій у складних випадках.

Основні пріоритети та завдання діяльності:

- **Адресна підтримка:** Особлива увага до студентів пільгових категорій, внутрішньо переміщених осіб (ВПО), дітей, які пережили втрати, окупацію, депортацію або чії рідні перебувають у лавах Збройних Сил України (із дотриманням принципу конфіденційності та без публічного виокремлення).
- **Превенція та безпека:** Систематична профілактика булінгу, кібербулінгу, сексуальної експлуатації в інтернет-мережі, маніпулятивних впливів та деструктивної поведінки.
- **Підтримка педагогів:** Профілактика професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників, розвиток навичок емоційної саморегуляції та збереження особистісного ресурсу.
- **Оптимізація звітності:** Впровадження стандартизованого діагностичного мінімуму та використання цифрових інструментів супроводу замість застарілих паперових форм.

I. АНАЛІТИЧНА ЧАСТИНА

Протягом минулого навчального року було проведено психодіагностичну, профілактичну, просвітницьку, корекційно-розвивальну та консультаційну роботу. У межах адресної психодіагностики опрацьовувалися особливості адаптації студентів 1-го року навчання, навчальна мотивація, стан міжособистісних стосунків, а також психологічна готовність випускників до професійного та життєвого самовизначення.

Особливу увагу було приділено роботі в умовах воєнного стану та змішаного/дистанційного навчання. Для збереження емоційної стійкості організовувалися індивідуальні та групові онлайн-консультації, розроблялися рекомендації щодо збереження ментального здоров'я та зниження рівня тривожності. Разом із тим, актуальними залишаються завдання формування внутрішньої мотивації до навчання, зміцнення життєстійкості та розвитку навичок самодопомоги у складних життєвих обставинах.

II. ЦІЛЕПОКЛАДАЮЧА ЧАСТИНА

Мета діяльності: сприяння створенню безпечного психосоціального середовища для гармонійного розвитку студентів, охорона ментального здоров'я, надання адресної психологічної допомоги та супроводу всім учасникам освітнього процесу відповідно до актуальних вимог МОН України.

Методична проблема коледжу: «Формування ключових і професійних компетентностей студентів через використання інтерактивних технологій навчання».

Проблема, над якою працює практичний психолог: «Формування навичок життєстійкості / стресостійкості та ментального самозбереження в учасників освітнього процесу».

Очікувані результати:

- Підвищення рівня адаптованості та емоційної резильєнтності студентів.
- Забезпечення адресної допомоги студентам, які зазнали впливу воєнних дій або опинилися у складних життєвих обставинах.
- Мінімізація випадків булінгу, насильства, деструктивної та девіантної поведінки.
- Зниження рівня емоційного вигорання серед педагогічного колективу коледжу.

ІІІ. ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА (ПЛАН ЗАХОДІВ)

1. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СТУДЕНТІВ І КУРСУ

№	Напрями діяльності, види та форми роботи	Термін проведення	Цільова аудиторія	Відмітка
1. Діагностика				
1.1	Ознайомлення з особовими справами студентів І курсу	вересень	І курс	
1.2	Вивчення стану перебігу адаптації (стандартизований діагностичний мінімум, за потреби — оцінка рівня тривожності за Ч. Спілбергом)	вересень - жовтень	І курс	
1.3	Відвідування навчальних занять із метою визначення психолого-педагогічних причин труднощів адаптації (за запитом)	протягом року	І курс	
1.4	Поглиблене вивчення індивідуально-психологічних особливостей дезадаптованих студентів (за адресним запитом)	жовтень - грудень	І курс	
1.5	Анкетування класних керівників щодо первинних підсумків адаптації першокурсників	жовтень	Класні керівники	

2. Профілактика та психосоціальна підтримка

2.1	Адресний психологічний супровід студентів пільгових категорій (ВПО, діти з СЖО, студенти з ООП, особи, які постраждали внаслідок воєнних дій)	протягом року	I курс	
2.2	Години психолога: профілактика булінгу, кібербулінгу, запобігання самопошкодженням та деструктивній поведінці	протягом року	I курс	
2.3	Розробка пам'яток та рекомендацій «Психологічна безпека та гігієна в Інтернет-просторі»	вересень	I курс	

3. Корекційно-розвивальна робота

3.1	Індивідуальні корекційно-розвивальні заняття за результатами діагностики та запитами	протягом року	I курс	
3.2	Психологічна підтримка в умовах війни: заняття з подолання стресу, опрацювання травматичного досвіду та втрати	протягом року	I курс	

4. Консультування

4.1	Індивідуальні та групові консультації для студентів, батьків та педагогів (за запитом)	протягом року	I курс	
-----	--	---------------	--------	--

5. Просвіта та психоедукація

5.1	Ознайомча зустріч з групами першокурсників: презентація психологічної служби та умов отримання підтримки	вересень	I курс	
-----	--	----------	--------	--

5.2	Тренінгове заняття з пошуку внутрішніх ресурсів «Психологічний павербанк»	вересень	I курс	
5.3	Проведення просвітницьких заходів у межах тематичних тижнів: - Тиждень толерантності (16.11.26 – 22.11.26) - Акція «16 днів проти насилля» (25.11.26 – 10.12.26) - Тиждень психології (19.04.27 – 23.04.27)	за графіком	I курс	
5.4	Цикл тематичних практично-просвітницьких зустрічей: - Арт-простір відновлення (нейрографічні практики) - Практикум «Особисті кордони та власний простір» - Інформаційно-просвітницька бесіда «Стоп-булінг: простір поваги» - Воркшоп «Цифровий детокс та інформаційна гігієна» - Тренінг «Емоційний компас: розвиток емоційного інтелекту» - Практикум «Тайм-менеджмент без стресу» - Арт-терапевтичне заняття «Кінцугі: краса в неідеальності» - Практикум «Подолання страху нереалізованості» - Воркшоп «Карта майбутнього: візуалізація прагнень»	вересень – червень	I курс	

2. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СТУДЕНТІВ ІІ КУРСУ

№	Напрями діяльності, види та форми роботи	Термін проведення	Цільова аудиторія	Відмітка
1. Діагностика				
1.1	Діагностичне заняття «Я у спілкуванні: виявлення бар'єрів та комунікативних труднощів» (за запитом)	листопад	ІІ курс	
2. Профілактика та психосоціальна підтримка				
2.1	Мотиваційні бесіди «Перезавантаження: де шукати натхнення та ресурси?»	вересень - жовтень	ІІ курс	
2.2	Заняття «Арт-трансформація стресу» (нейрографіка, інтуїтивне малювання)	вересень - жовтень	Класні керівники ІІ курсів	
2.3	Практикум «Мистецтво говорити "НІ" та захист особистих меж»	листопад - грудень	ІІ курс	
2.4	Тренінг «Анатомія конфлікту: від суперечки до конструктивної співпраці»	листопад - грудень	ІІ курс	
3. Консультування та Корекція				
3.1	Індивідуальне консультування студентів ІІ курсу (за запитом)	протягом року	ІІ курс	
3.2	Корекційно-розвивальні заняття «Я в сучасному світі: розвиток самосвідомості та життєстійкості»	протягом року	ІІ курс	

4. Просвіта				
4.1	Практикум «Страх нереалізованості: перетворюємо тривогу на план дій»	січень - лютий	II курс	
4.2	Арт-заняття з елементами колажування «Ресурсна карта успіху»	березень - квітень	II курс	
4.3	Інтерактивне заняття «Емоційний інтелект 2.0: розвиток емпатії»	травень - червень	II курс	

3. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СТУДЕНТІВ III КУРСУ

№	Напрями діяльності, види та форми роботи	Термін проведення	Цільова аудиторія	Відмітка
1. Діагностика				
1.1	Анкетування щодо виявлення ризиків цифрової та інтернет-залежності (за потребою)	листопад	III курс	
2. Профілактика та Просвіта				
2.1	Практикум «Профілактика емоційного вигорання під час виробничої практики»	протягом року	III курс	
2.2	Ресурсне арт-заняття «Арттерапевтичний купол: простір безпеки та самопідтримки»	листопад	III курс	
2.3	Тренінг професійного самовизначення «Хто я у своїй майбутній професії?»	вересень - жовтень	III курс	
2.4	Практикум «Психологічна стійкість під час співбесіди та адаптація в робочому колективі»	січень - березень	III курс	

№	Напрями діяльності, види та форми роботи	Термін проведення	Цільова аудиторія	Відмітка
2.5	Тренінг «Страх змін: від тривоги до свідомого плану дій»	квітень - травень	III курс	
2.6	Підсумкова тренінгова зустріч «Капсула ресурсів: досвід, вдячність та крок у майбутнє»	червень	III курс	
3. Консультування				
3.1	Індивідуальні консультації з питань випускного стресу та кар'єрного самовизначення	протягом року	III курс	

4. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СТУДЕНТІВ «ГРУПИ РИЗИКУ» ТА ПІЛЬГОВИХ КАТЕГОРІЙ

№	Напрями діяльності, види та форми роботи	Термін проведення	Цільова аудиторія	Відмітка
1. Адресна діагностика та консультування				
1.1	Первинний моніторинг адаптації та виявлення студентів, які потребують підвищеної психологічної уваги	вересень - жовтень	I курс	
1.2	Індивідуальна психодіагностика особистісних особливостей (за замовленням або виявленою потребою)	жовтень	За потреби	
1.3	Індивідуальне психологічне консультування студентів «групи ризику», батьків та педагогів	протягом року	I-III курси, батьки, педагоги	
2. ПРОФІЛАКТИКА ТА ПРОСВІТА				
2.1	Година психолога «Права, обов'язки та особиста	жовтень	I курс	

№	Напрями діяльності, види та форми роботи	Термін проведення	Цільова аудиторія	Відмітка
	відповідальність»			
2.2	Оновлення інформаційного просвітницького стенду та цифрового каналу: «Життя без насильства та ментальне здоров'я»	вересень - травень	I-III курси	
2.3	Психологічна інтерактивна гра «Аукціон цінностей» (формування життєвих пріоритетів)	квітень	I-III курси	
2.4	Профілактична програма запобігання соціально-небажаним вчинкам «Кроки до дорослості»	жовтень - грудень	I курс	
2.5	Бесіда з елементами дискусії «Довіра до себе та оточуючих»	жовтень	I-III курси	
2.6	Арттерапевтичне заняття «Кінцугі серця: віднайдення цілісності крізь досвід»	листопад - грудень	I-III курси	
2.7	Тренінг «Особисті кордони: де закінчується “я” і починається інша людина»	січень - березень	I-III курси	
2.8	Практикум із формування особистої картки ресурсів «Тривожний чемоданчик самопомоги»	квітень - травень	I-III курси	
2.9	Тренінг «Протидія маніпуляціям: як розпізнати вплив та сказати “НІ”»	червень	I-III курси	

5. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

№	Зміст роботи	Термін виконання	Відмітка
1	Профілактика професійного вигорання: «Арттерапевтична майстерня «Нейрографіка: вивільнення напруги та зниження стресу»	жовтень	
2	Ресурсний тренінг з елементами візуалізації «Пошук внутрішніх джерел енергії та ментальне сховище»	листопад - грудень	
3	Практикум «Культура взаємоповаги та екологічна комунікація в колективі»	лютий - березень	
4	Арт-терапевтична зустріч «Гармонія в кожній пелюстці: емоційне відновлення та профілактика вигорання»	травень - червень	

6. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА ФУНКЦІЯ ТА ВЛАСНИЙ ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК

№	Зміст роботи	Термін виконання	Примітки / Аудиторія
1	Планування роботи на 2026/2027 н.р. з урахуванням листом МОН України від 17.08.2026 № 1/17702-26, погодження та затвердження планів	серпень - вересень	Психологічна служба
2	Формування та систематичне оновлення електронних картотек супроводу студентів пільгових категорій та групи ризику	вересень - жовтень	Адресна база
3	Консультативна допомога педагогам у підготовці до батьківських зборів (адаптація, ментальне здоров'я, профілактика насильства)	листопад, січень	Педагоги, батьки

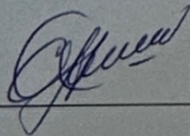
№	Зміст роботи	Термін виконання	Примітки / Аудиторія
4	Впровадження цифрових інструментів та розробка просвітницьких матеріалів для тематичного Telegram-каналу психологічної служби	протягом року	Учасники освітнього процесу
5	Підготовка звітності про діяльність практичного психолога за I, II семестри та 2026/2027 навчальний рік	грудень, червень	Адміністрація
6	Участь у засіданнях професійних спільнот, обласних/міських семінарах, конференціях та вебінарах з питань психосоціальної підтримки	протягом року	Підвищення кваліфікації
7	Самоосвітня діяльність та опрацювання нормативно-правової бази МОН України щодо психологічного супроводу в умовах війни	протягом року	Самоосвіта
8	Робота над індивідуальною науково-методичною проблемою: «Формування навичок життестійкості / стресостійкості в учасників освітнього процесу»	протягом року	Методична робота

7. ЗВ'ЯЗКИ З ГРОМАДСЬКІСТЮ ТА МІЖВІДОМЧА СПІВПРАЦЯ (Четвертий рівень допомоги)

№	Зміст роботи	Термін виконання
1	Співпраця з ювенальною превенцією, службою у справах дітей, центрами соціальних служб, ІРЦ та закладами охорони здоров'я щодо міжвідомчого перенаправлення та захисту прав дітей	протягом року

№	Зміст роботи	Термін виконання
2	Актуальне консультування та взаємодія з батьками/опікунами студентів (за потребою)	протягом року
3	Організація просвітницько-профілактичних зустрічей першокурсників із представниками правоохоронних органів та фахівцями із захисту прав дитини	грудень

Практичний психолог: _____



Олександра САЗОНОВА