

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО

Факультет гуманітарно-педагогічний
19 червня 2025 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Психологічна безпека особистості**

Галузь знань С “Соціальні науки, журналістика та інформація”

Спеціальність С4 “Психологія”

Освітня програма “Психологія” (ОС “Доктор філософії”)

Факультет гуманітарно-педагогічний

Розробник: доктор психологічних наук, професор, Віталій ШМАРГУН

Київ – 2025 р.

Опис навчальної дисципліни «Психологічна безпека особистості»

Дисципліна «Психологічна безпека особистості» є вибірковою в ОНП «Психологія». Вона сприяє засвоєнню знань та створенню світоглядних переконань, необхідних для реалізації наукового та особистісного потенціалу. Це вкрай важливо для визначення світоглядних особливостей і ресурсних можливостей психіки, що забезпечують захист свідомості від впливу, здатного проти волі людини, змінювати психічні стани, психологічні характеристики та поведінку.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	доктор філософії	
Спеціальність	С4 “Психологія”	
Освітня програма	Психологія	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	вибіркова	
Загальна кількість годин	150	
Кількість кредитів ECTS	5	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	екзамен	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	1	1
Семестр	2	2
Лекційні заняття	30 год.	8 год.
Практичні, семінарські заняття	30 год.	8 год.
Лабораторні заняття	- год.	- год.
Самостійна робота	90 год.	134 год.
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	5 год.	

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни «Психологічна безпека особистості» – ознайомити аспірантів з ознаками і критеріями психологічних загроз у соціальній сфері; базовими категоріями психологічної безпеки особистості; особливостями психологічної допомоги при реалізації професійних функцій.

Набуття компетентностей:

Інтегральні компетентності (ІК): здатність продукувати нові ідеї, розв'язувати комплексні проблеми у сфері психології, застосовувати сучасні методології наукової та науково-педагогічної діяльності, здійснювати власні наукові дослідження, результати яких мають наукову новизну, теоретичне та практичне значення.

загальні компетентності (ЗК):

- здатність до наукового мислення (високий рівень абстрактного мислення, аналізу й синтезу) та креативного підходу у вирішенні наукових задач (ЗК01);
 - здатність розв'язувати комплексні проблеми психології на підґрунті системного наукового світогляду та загального культурного кругозору із дотриманням принципів професійної етики та академічної доброчесності (ЗК02);
- спеціальні (фахові) компетентності (СК):*
- здатність виокремлювати, систематизувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп та організацій на різних рівнях психологічного дослідження (СК02).

Програмні результати навчання (ПРН):

– розуміти загальні принципи та методи психології, а також методологію наукових досліджень, застосувати їх у власних дослідженнях у сфері психології та у викладацькій практиці (ПРН2);

– критично і системно оцінювати результати власної науково-дослідної роботи і результати інших дослідників у контексті усього комплексу сучасних знань щодо досліджуваної проблеми, визначати перспективи подальших наукових розвідок. (ПРН6);

– вільно презентувати та обговорювати з фахівцями і нефахівцями результати досліджень, наукові та прикладні проблеми психології державною та іноземною мовами, готувати результати досліджень у вигляді наукових публікацій, у тому числі у міжнародних виданнях (ПРН8).

2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин													
	Денна/Вечірня форма							Заочна форма						
	тижні	усьо- го	у тому числі					усьо- го	у тому числі					
			л	пр.	лаб	інд.	ср.		л.	пр.	лаб.	інд.	ср.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Змістовий модуль 1. Особистість та психологічна безпека														
Тема 1. Психологічна безпека особистості.	1-3	30	6	6			18	30	2	2			26	
Тема 2. Проблеми психіки – причина життєвих труднощів.	4-6	30	6	6			18	30	2	2			26	
Проміжний контроль														
Разом за змістовим модулем 1		60	12	12			36	60	4	4			52	
Змістовий модуль 2. Психологічна стабілізація														
Тема 1. Свідоме самопрограмування.	7-9	30	6	6			18	28	2				26	
Тема 2. Підсвідомий потенціал особистості.	10-12	30	6	6			18	32		2			30	
Тема 3. Нереалізовані здібності – як психологічна загроза.	13-15	30	6	6			18	30	2	2			26	
Проміжний контроль														
Разом за змістовим модулем 2		90	18	18			54	90	4	4			82	
Усього годин		150	30	30			90	150	8	8			134	

3. Теми лабораторних (практичних, семінарських) занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічні загрози особистості.	4
2	Інформаційна агресія та імунітет.	2
3	Психологічні маніпуляції: причини та механізми.	4
4	Здоров'я як цінність. Здорова особистість та її критерії.	2
5	Психологічна стабілізація людини.	6
6	Самоактуалізація в реальній поведінці.	6
7	Підсвідомий потенціал особистості.	4
8	Суб'єктивне відчуття щастя.	2
Разом		30

4. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поясніть основні відомі вам механізми психологічного захисту(раціоналізація, витіснення, забування, проекція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублімація).	9
2	Психологічні механізми захисту, їх сенс та функції.	9
3	Когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти захисного механізму.	9
4	Проблеми психіки – основа життєвих проблем.	9
5	Соціальне здоров'я особистості.	9
6	Вибір рішення – як показник свідомості і волі.	9
7	Шляхи продовження професійного довголіття.	9
8	Особистість і стрес.	9
9	Слова продовження наших думок.	9
10	Самоактуалізація людини.	9
Разом		90

5. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист виконаних завдань самостійної роботи.

6. Методи навчання:

- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод;
- метод навчання через дослідження.

7. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного “Положення про екзамени та заліки у здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії у НУБіП України”.

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Тема	Год (лекц./ прак./сам . роб.)	Результати навчання	Завдання	Оціню вання
Модуль 1. Особистість та психологічна безпека				
Тема 1. Психологічна безпека особистості	6/6/18	Знати: основні джерела психологічних загроз; Вміти визначити: основні поняття «Психологічної безпеки особистості».	1.Написання есе на обрану тему.	10 б.
			2. Самостійна робота: аналіз психологічних загроз та їх вплив на розвиток особистості.	Переві рка завдань самості йної роботи (ЕНК) 5 б.
Тема 2. Проблеми психіки – причина життєвих труднощів	6/6/18	Розуміти наукові концепції психологічного здоров'я; сутність поняття психіка, стрес; адаптивність. Вміти аналізувати та пояснювати власну поведінку.	Практичне заняття: аналіз сенсу життя (піраміда Ділтса).	10 б.
			2. Самостійна робота: розвиток ефективних стратегій комунікації.	Переві рка завдань самості йної роботи (ЕНК) 5 б
Змістовий модуль 2. Психологічна стабілізація				
Тема 3. Свідоме самопрограмування	6/6/18	Розуміти поняття: самопрограмування, управління собою, стратегії поведінки. Вміти: визначати пріоритети в житті.	Дискусія на тему: самопізнання та самоактуалізаці я.	10 б.
Тема 4. Підсвідомий потенціал особистості	6/6/18	Знати: загальнометодологічні принципи наукового дослідження в акмеології; показники психічного розвитку. Вміти: виокремлювати основні напрямки сучасної акмеології; визначати акмеологічну позицію психолога в освіті.	Практичне заняття: діагностика та аналіз власних основних потреб і типів поведінки, визначення рівня сумісності в міжособистісній взаємодії.	10 б

Тема 5. Нереалізовані здібності – як психологічна загроза	6/6/18	Вміти: обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій психологічного дослідження визначення здібностей і схильності.	Написання есе на обрану тему.	10 б
За навчальну роботу				70 б.
Екзамен				30 б.
Всього за курс				100 б.

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Відтермінування здачі завдань самостійної роботи, практичних занять у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомості для здобувача причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації. Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку вагомості причини за умови погодження з гарантом ОНП та відділом Аспірантури. Проведення навчальних занять, терміни та умови виконання навчальних завдань можуть бути адаптовані до запитів здобувачів із документально підтвердженими особливими потребами. Відповідальністю здобувача залишається вчасне надання таких документів.
Політика щодо академічної доброчесності	Вступаючи на цей курс, здобувачі повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Національному університеті біоресурсів і природокористування України (https://nubip.edu.ua/node/12654). Здобувачі повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порушення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність.
Політика щодо відвідування	Відвідування лекцій та практичних занять з курсу є обов'язковим, воно забезпечує краще розуміння матеріалу, дає можливість простежити зв'язок між теоретичною інформацією та її прикладним аспектом, сформувати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із гарантом ОНП та відділом аспірантури).

8.4. Навчально-методичне забезпечення:

1. Шмаргун В.М. Психологічна безпека особистості: ЕНК [для аспірантів спеціальності «Психологія»]. URL: <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=5687>.

Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Алещенко, В., & Хміляр, О. (2025). Інформаційно-психологічна безпека особистості в умовах воєнних дій. *Вісник Національного університету оборони України*, 83(1), 16–25. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-16-25>
2. Життєвий світ і психологічна безпека людини в умовах суспільних змін / М. М. Слюсаревський, Л. А.Найдьонова, Т. М. Титаренко, В. О. Татенко, П. П. Горностаї, О. М. Кочубейник, Б. П. Лазоренко. К. Талком, 2020. 318 с.
3. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник: У 2 кн. Кн. 1. Соціальна психологія особистості і спілкування. Київ: Либідь, 2004. 576 с.
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
5. Панок В. Г., Чаплак Я. В., Андрєєва Я. Ф. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
6. Титаренко Т. М., Дворник М. С., Климчук В. О. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
7. Shannon B. Wanless (2016) The Role of Psychological Safety in Human Development, *Research in Human Development*, 13:1, 6-14.
8. Twohig, A. (2024). Attachment theory: survival, trauma, and war through the eyes of Bowlby. *Irish Journal of Psychological Medicine*.

Допоміжні

1. Лазорко О.В., Ефекти самоуправління професійною безпекою особистості. Духовність. Цінності. Психологія [монографія] / гол. ред. М. Ледзінська, І. Філіппова. Луцьк: Волиньполіграф, 2018. С. 160–167.
2. Edmondson, A.C. (2019). *The fearless organisation: Creating psychological safety in the workplace for learning, innovation, and growth*. John Wiley & Sons: New Jersey, USA.
3. Aitken, A., Jounghani, A. R., Carbonell, L. M., Kumar, A., Crawford, S., Bowden, A. K., & Hosseini, S. H. (2024). The Effect of Social Media Consumption on Emotion and Executive Functioning in College Students: an fNIRS Study in Natural Environment. *Research Square*, rs-3. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-5604862/v1>

Інформаційні ресурси

1. Olaofe, A. (2023). Attachment Theory: The Mother's Influences Across The Child's Lifespan. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*. <https://doi.org/10.24036/pedagogi.v23i2.1587>

2. Вступ до онлайн-курсу «Базова психологічна допомога в умовах війни» URL: <https://www.youtube.com/watch?v=N72toQSHLHU> (дата звернення 07.05.2023)
3. Психологічна реабілітація українців під час війни. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=6V8kqSiuRgk> (дата звернення 07.05.2023)
4. Anima. (2025). Anima – інноваційна AI-платформа ментального добробуту. <https://ua.anima.help/>