

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет гуманітарно-педагогічний
19 червня 2026 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

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	<i>доктор філософії</i>	
Спеціальність	<i>С4 “Психологія”</i>	
Освітня програма	<i>Психологія</i>	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	вибіркова	
Загальна кількість годин	150	
Кількість кредитів ECTS	5	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	<i>екзамен</i>	
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	<i>30 год.</i>	<i>8 год.</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>30 год.</i>	<i>8 год.</i>
Лабораторні заняття	<i>- год.</i>	<i>- год.</i>
Самостійна робота	<i>90 год.</i>	<i>134 год.</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	<i>5 год.</i>	

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.

Перелік освітніх компонент, які передують вивченню навчальної дисципліни: інноваційні методики викладання психологічних дисциплін, психологія свідомості

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	усього	у тому числі					усього	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: поняття та чинники	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 лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічна безпека особистості: поняття та чинники	6
2	Проблеми психіки – причина життєвих труднощів	6
3	Свідоме самопрограмування	6
4	Підсвідомий потенціал особистості	6
5	Нереалізовані здібності як психологічна загроза	6

4. Теми практичних 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. Здоров'я 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

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічні особливості економічної безпеки особистості	18
2	Аналіз структури захисних механізмів та фактори психологічної стійкості суб'єкта діяльності	18
3	Стратегії та прийоми психічної саморегуляції	18
4	Індивідуальні особливості сприйняття (поняття когнітивних стилів)	18
5	Самодіагностика реалізованості власних здібностей та схильностей.	18
Разом		90

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

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

7. Методи навчання:

- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод;

– метод навчання через дослідження.

8. 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

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. Особистість та психологічна безпека		
Лекція 1. Психологічна безпека особистості: поняття та чинники	Знати основні джерела психологічних загроз; розуміти сутність психологічної безпеки особистості.	-
Практична робота 1. Психологічні загрози особистості Практична робота 2. Інформаційна агресія та імунітет		8 7
Самостійна робота 1. Психологічні особливості економічної безпеки особистості		20
Лекція 2. Проблеми психіки – причина життєвих труднощів	Вміти аналізувати вплив психічного стану на поведінку, прийняття рішень та міжособистісні стосунки. Застосовувати базові підходи до самопомоги та психопрофілактики. Усвідомлювати власну відповідальність за збереження психічного здоров'я.	-
Практична робота 3. Психологічні маніпуляції: причини та механізми Практична робота 4. Здоров'я як цінність. Здорова особистість та її критерії		8 7
Самостійна робота 2. Аналіз структури захисних механізмів та фактори психологічної стійкості суб'єкта діяльності		20
Модульна контрольна робота 1.		30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Психологічна стабілізація особистості		
Лекція 1. Свідоме самопрограмування	Розуміти поняття: самопрограмування, управління собою, стратегії поведінки. Вміти: визначати пріоритети в житті.	-
Практична робота 1. Психологічна стабілізація людини		15
Самостійна робота 1. Стратегії та прийоми психічної саморегуляції		10
Лекція 2. Підсвідомий потенціал особистості	Розуміти сутність підсвідомого потенціалу особистості та його вплив на психологічну безпеку. Вміти досліджувати потреби особистості, тип поведінки, визначати рівень сумісності в	-
Практична робота 2. Самоактуалізація в реальній поведінці		15
Самостійна робота 2. Індивідуальні особливості сприйняття (поняття когнітивних стилів)		10

	міжособистісній взаємодії.	
Лекція 3. Нереалізовані здібності як психологічна загроза	Уміти досліджувати нереалізовані здібності особистості.	-
Практична робота 3. Підсвідомий потенціал особистості		8
Практична робота 4. Суб'єктивне відчуття щастя		7
Самостійна робота 3. Самодіагностика реалізованості власних здібностей та схильностей.		10
Модульна контрольна робота 2.		25
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 * 0,7 \leq 70$	
Екзамен	30	
Всього за курс	$(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100$	

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 перекладання	Відтермінування здачі завдань самостійної роботи, практичних занять у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомої для здобувача причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації. Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку вагомої 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 нормповедінки, 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, сформуванню системи 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).

. 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>.

10. 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: навч. посіб. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
5. Панок В. Г., Чаплак Я. В., Андрєєва Я. Ф. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посіб. / 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

2. Вступ до онлайн-курсу «Базова психологічна допомога в умовах війни» URL: <https://www.youtube.com/watch?v=N72toQSHLHU> (дата звернення 07.05.2025)
3. Психологічна реабілітація українців під час війни. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=6V8kqSiuRgk> (дата звернення 07.05.2025)
4. Anima. (2025). Anima – інноваційна AI-платформа ментального добробуту. <https://ua.anima.help/>