

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет гуманітарно-педагогічний
19 червня 2026 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Психологія сексуальності

Галузь знань С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітня програма «Психологія» (ОС «Магістр»)

Факультет: гуманітарно-педагогічний

Розробник: доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри психології

Світлана ЯШНИК

КИЇВ – 2026

Опис навчальної дисципліни «Психологія сексуальності»

«Психологія сексуальності» — це вибіркова навчальна дисципліна, яка вивчає психологічні, біологічні та соціокультурні аспекти людської сексуальності, її розвиток упродовж життя та вплив на формування особистості. Студенти опановують теоретичні основи сексуального здоров'я, психологію партнерських стосунків, механізми формування гендерної ідентичності та сексуальної орієнтації, а також методологію консультування з питань психосексуального розвитку.

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, ступінь вищої освіти		
Галузь знань	<u>05 «Соціальні та поведінкові науки»</u> (шифр і назва)	
Спеціальність	<u>053 «Психологія»</u>	
Ступінь вищої освіти	<u>«Магістр»</u>	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	Вибіркова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	___2___	
Курсовий проект (робота) (якщо є в робочому навчальному плані)	_____ (назва)	
Форма контролю	Екзамен	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік підготовки	1	
Семестр	2	
Лекційні заняття	15 год.	
Практичні, семінарські заняття	15 год.	
Лабораторні заняття		
Самостійна робота	90 год.	
Індивідуальні завдання		
Кількість тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних	2 год.	

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета – ознайомлення студентів із основними психологічними уявленнями про сексуальність, а також формування у них навичок для практичної консультативної роботи з даної проблематики.

Завдання курсу – озброїти знаннями щодо основних етапів психосексуального розвитку людини; сексуального здоров'я і відхилення від норми; основними принципами і напрямками сексуального виховання; розуміння сексуальної гармонії і дисгармонії; формування навичок діагностики і корекції сексуальних розладів.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є всі аспекти вияву сексуальності, сексуальної поведінки людини і чинників, які впливають на цей процес, знання яких допомагає у розвитку і збереженні сексуальності

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог;

загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми в царині психологічної науки й практики;

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо;

спеціальні (фахові) компетентності (СК):

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та/або практики.;

СК3. Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності;

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік;

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології;

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН 1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій;

ПРН 4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій;

ПРН 6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми,

впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість;

ПРН 8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації;

ПРН 9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності;

ПРН 11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності, оцінювати їх ефективність.

2. Програма та структура навчальної дисципліни

повного терміну денної та заочної форми навчання:

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин										
	денна форма					Заочна форма					
	ус ьог о	у тому числі				ус ьог о	у тому числі				
		л.	пр.	лаб.	інд.		ср.	л.	пр.	лаб.	інд.
Модуль 1. Теоретичні засади психології сексуальності											
Тема 1. Психологія сексуальності як галузь психології		2		2			5				
Тема 2. Культура сексуальних взаємин		2		2			5				
Тема 3. Розвиток сексуальності особистості		2					5				
Тема 4. Соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності		2		2			5				
Тема 5. Сексуальне здоров'я і сексуальна адаптація		2		2			5				
Разом за змістовим модулем 1		10		10			25				
Модуль 2. Порушення сексуального здоров'я											
Тема 6. Семіотика порушень сексуального здоров'я		2		2			5				
Тема 7. Психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я		2		2			5				

Тема 8. Класифікація порушень сексуального здоров'я у жінок		2	2			5						
Тема 9. Класифікація порушень сексуального здоров'я у чоловіків		2	2			5						
Тема 10. Психогенні сексуальні розлади та психопрофілактика порушень сексуального здоров'я у практиці психолога		4	4			5						
Тема 11. Психологічна діагностика порушень сексуального здоров'я		4	4			5						
Тема 12. Терапія порушень сексуального здоров'я		4	4			5						
Разом за змістовим модулем 2		20	20			35						
Всього		30	30			60						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологія сексуальності як галузь психології.	2
2	Культура сексуальних взаємин	2
3	Розвиток сексуальності особистості	2
4	Соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності	2
5	Сексуальне здоров'я і сексуальна адаптація	2
6	Семіотика порушень сексуального здоров'я	2
7	Психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я	2
8	Класифікація порушень сексуального здоров'я	2
9	Класифікація порушень сексуального здоров'я	2

10	Психогенні сексуальні розлади та психопрофілактика порушень сексуального здоров'я у практиці психолога	4
11	Психологічна діагностика порушень сексуального здоров'я	4
12	Терапія порушень сексуального здоров'я	4
	Всього:	30

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологія сексуальності як галузь психології.	2
2	Культура сексуальних взаємин	2
3	Розвиток сексуальності особистості	2
4	Соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності	2
5	Сексуальне здоров'я і сексуальна адаптація	2
6	Семіотика порушень сексуального здоров'я	2
7	Психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я	2
8	Класифікація порушень сексуального здоров'я	2
9	Класифікація порушень сексуального здоров'я	2
10	Психогенні сексуальні розлади та психопрофілактика порушень сексуального здоров'я у практиці психолога	4
11	Психологічна діагностика порушень сексуального здоров'я	4
12	Терапія порушень сексуального здоров'я	4
	Всього:	30

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологія сексуальності як галузь психології.	8
2	Культура сексуальних взаємин	8
3	Розвиток сексуальності особистості	8
4	Соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності	8
5	Сексуальне здоров'я і сексуальна адаптація	8

6	Семіотика порушень сексуального здоров'я	8
7	Психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я	7
8	Класифікація порушень сексуального здоров'я	7
9	Класифікація порушень сексуального здоров'я	7
10	Психогенні сексуальні розлади та психопрофілактика порушень сексуального здоров'я у практиці психолога	7
11	Психологічна діагностика порушень сексуального здоров'я	7
12	Терапія порушень сексуального здоров'я	7
	Всього:	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 НУБіП України”.

8.1.Розподіл балів, які отримують студенти

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. Теоретичні засади психології сексуальності		
Лекція 1 Психологія сексуальності як галузь психології.	Знати загальні наукові уявлення про сексуальність. Розуміти загальні наукові уявлення про сексуальність. Розвиток у розумінні питань сексу, які відбулися під впливом сучасних наукових досягнень.	-
Практична 1. Психологія сексуальності як галузь психології.		10
Лекція 2 Культура сексуальних взаємин	Знати про сексуальність і любов: типи кохання. Знати про психологічні типи сексуальних партнерів. Розуміти подвійні стандарти і сексуальні табу.	-
Практична 2. Культура сексуальних взаємин		10

	Аналізувати відношення до девіантної сексуальності.	
Лекція 3 Розвиток сексуальності особистості	Знати про розвиток сексуальності особистості.	-
Практична 3. Розвиток сексуальності особистості	Аналізувати психологічні аспекти сексуальності дитини на різних періодах: парапубертатний, передпубертатний, пубертатний період, період статевої зрілості, інволюційний період. Умовно-сексуальні прояви.	10
Лекція 4 Соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності	Знати про соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності	-
Практична 4. Соціокультурні та психологічні аспекти чоловічої й жіночої сексуальності		10
Лекція 5. Сексуальне здоров'я і сексуальна адаптація	Аналізувати чотири факторну системну концепцію сексуального здоров'я. Розуміти поняття сексуального здоров'я та принципи його забезпечення. Знати системний підхід у сексуальній психології.	-
Практична 5. Сексуальне здоров'я і сексуальна адаптація		10
Самостійна робота 1.		20
Модульна контрольна робота 1.		30
Разом за модулем 1		100
Модуль 2. Порушення сексуального здоров'я		
Лекція 6 Семіотика порушень сексуального здоров'я	Знати симптоми та синдроми сексуальних розладів. Розуміти принципи терапії спрямовані на усунення основного невротичного розладу.	-
Практична 6. Семіотика порушень сексуального здоров'я		10
Лекція 7. Психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я	Знати психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я. Емоційні (афективні) розлади. Розлади процесу мислення. Імпульсивні явища. Нав'язливі явища (обсесії). Іпохондричні синдроми. Психосоматичні співвідношення при порушенні сексуального здоров'я.	-
Практична 7. Психопатологічні синдроми та розлади при порушеннях сексуального здоров'я		10
Лекція 8. Класифікація порушень сексуального здоров'я	Знати причини і умови розладу сексуального здоров'я. Розуміти роль соціально-психологічних чинників у генезі порушення сексуального здоров'я. Аналізувати роль біологічних	-
Практична 8. Класифікація порушень сексуального здоров'я		10

	(анатомо-фізіологічних) чинників у генезі порушення сексуального здоров'я	
Лекція 9. Класифікація порушень сексуального здоров'я	Знати труднощі в реалізації сексуальних потребностей.	-
Практична 9. Класифікація порушень сексуального здоров'я	Розуміти порушення течії сексуального життя (у чоловіків, у жінок, у чоловіків та жінок).	10
Лекція 10. Психогенні сексуальні розлади та психопрофілактика порушень сексуального здоров'я у практиці психолога	Знати психосоматичні розлади сексуального життя жінки. Знати психосоматичні розлади статевого життя чоловіка.	-
Практична 10. Психогенні сексуальні розлади та психопрофілактика порушень сексуального здоров'я у практиці психолога	Розуміти загальні принципи і напрями психопрофілактики. Психопрофілактика сексуальної дисфункції у чоловіків і жінок.	10
Лекція 11. Психологічна діагностика порушень сексуального здоров'я	Знати основи психологічної діагностики порушень сексуального здоров'я.	-
Практична 11. Психологічна діагностика порушень сексуального здоров'я		10
Лекція 12. Терапія порушень сексуального здоров'я	Знати психотерапію порушень сексуального здоров'я. Знати принципи психотерапії сексуальних розладів. Комплексність психотерапії. Диференційовані й характер психотерапії. Послідовність психотерапевтичних заходів. Індивідуалізація способу проведення психотерапії.	-
Самостійна робота 2.		20
Модульна контрольна робота 2.		20
Разом за модулем 2		100
Навчальна робота		$(M1 + M2)/2 * 0,7 \leq 70$
Екзамен/залік		30
Разом за курс		$(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100$
Курсовий проєкт/робота (за наявності)		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

8.3. Політика оцінювання

<p>Політика щодо дедлайнів та перескладання</p>	<p>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.</p>
<p>Політика щодо академічної доброчесності</p>	<p>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.</p>
<p>Політика щодо відвідування</p>	<p>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).</p>

9. Навчально-методичне забезпечення

Яшник С. В. Психологія сексуальності: ЕНК [для студентів спеціальності «Психологія»]. URL: <https://elearn.nubip.edu.ua/enrol/index.php?id=4633>

10. Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Акімова Л. Н. Психологія сексуальності. Одеса: СМІЛ, 2005. 198с.
2. Бочелюк В.Й., Черепехіна О.А. Психологія сексуальності. Навч. посібник. К.: Видавничий дім "Скіф", 2021. 312 с.
3. Гульман Б.Л., Калайтан Н.Л., Півень М. А., Свиначенко Ю.В. Основи нормальної сексуальності: метод. посібник. Х.: Нац. аерокосм. ун-т ім. М. Є. Жуковського "Харків. авіац. ін-т", 2018. 92 с.
4. Говорун Т.В., Ворник Б.М. Сексуальність та статеве поведінка в Україні: Проблеми сьогодення та перспективи. К., 1995. 104 с.
5. Говорун Т.В., Кікінежді О.Г. Стать та сексуальність: психологічний ракурс. Тернопіль: навчальна книга – Богдан, 1999. 384 с.
6. Діденко С.В. Психологія сексуальності та сексуальних стосунків. Навч. посібник. К.: Арістей, 2003.

7. Діденко С.В., Козлова О.С. Психологія сексуальності: Навч. посібник. К.: Академвидав, 2009. 304 с.
8. Станчишин В. Для створення стосунків потрібні двоє. Київ: Віхола, 2025. 279 с
9. Федик О.В. Психологічні основи сексуальності: матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія». Івано-Франківськ: Плай, 2010. 159 с.

Допоміжні

1. Голоцван О.А. Інтегративна гештальт-терапія дезадаптивних форм порушення сексуального здоров'я: Автореф. дис... канд. мед. наук: 14.01.16. К., 2000. 20 с.
2. Кравець В.П. Психофізіологічні та психолого-педагогічні аспекти формування усвідомленого батьківства. К.: Видавничий центр "Академія", 2001. 244 с.
3. Кравець В.П., Говорун Т.В., Кікінежді О.М. Стратегія статевого виховання дітей (Метод. рекомендації). Тернопіль.: Навч. книга – Богдан, 2000. 40 с.
4. Саприкін О.В. Порушення подружньої комунікації за невідповідності статевої конституції подружжя та його психотерапевтична корекція : Автореф. дис... канд. мед. наук: 14.01.16. К., 2003. 20 с.
5. Седих К., Зозуль Т. Індивідуальний еротичний код у роботі з подружньою парою. *Психологічне консультування і психотерапія*. 2017. № 7 (1). С. 38-45.
6. Синєокий О.В. Основи кримінальної сексопатології: Навч. посібник для студ. ВНЗ. Суми.: Навч. книга, 2010. 572 с.
7. Mintz Lori. Richtig kommen: Aufregende Wege zum klitoralen. Orgasmus - let's have sex!. Goldmann Verlag, 2018. 253 p.
8. Mintz Lori. Becoming a clitoris: why equality of orgasms matters - and how to achieve it. Goldmann Verlag, 2017. 288 p.
9. Augustine's Use in Modern Sexual Ethics: A Response to Gilbert Meylander. Lisa Soul Cahill. 2001. *Journal of Religious Ethics* 29 (1): 25-33.

Інформаційні ресурси

1. Вебінар "Як розмовляти з дітьми про сексуальність"<https://www.facebook.com/watch/?v=352978479452987> (дата звернення 11.06.2026)
2. Вебінар «Робота із постраждалими від сексуального насильства» <https://www.youtube.com/watch?v=hqane5-ekdA> (дата звернення 11.06.2026)
3. Відео-проект на тему "Сексуальні фантазії"<https://www.facebook.com/watch/?v=1163912577406316> (дата звернення 11.06.2026)

4. Зігмунд Фройд – Психологія сексуальності. [Аудіокнига]. https://www.youtube.com/watch?v=3AjLfv3ja_E (дата звернення 11.06.2026)
5. Іванченко С. М. Трансгендерність, гендерна ідентичність і гендерні стереотипи». <http://psystudy.ru/index.php/num/2009n6-8/259-ivanchenko8.html> (дата звернення 11.06.2026)
6. Книги про секс і сексуальність: що варто читати. Блог сексолога <https://life.nv.ua/ukr/blogs/knigi-pro-seks-i-seksualnosti-shcho-var-to-chitati-blog-seksologa-1501142.html> (дата звернення 11.06.2026)
7. Курс "Сексологія для життя: Мистецтво взаємостосунків у парі"<https://sexology.education/kurs-seksologiya-dlya-zhittya-> (дата звернення (дата звернення 11.06.2026)
8. Профілактика насилля <http://ps-nemysh-osvita.kh.sch.in.ua/videomateriali/> (дата звернення 11.06.2026)
9. Розробка відео кампанії на тему сексуальної освіти для підлітків <https://ukraine.unfpa.org/uk/sex-education-videos> (дата звернення 11.06.2026)
10. Сексуальність це лише тіло чи щось більше? <https://www.youtube.com/watch?v=29r4UQUtp20> (дата звернення 11.06.2026)
11. Серія лекцій “Культура психологічного виживання” від психіатрині Мирослави Дзись <https://www.lvivart.center/kultura-psyhologichnogo-vyzhyvannya-seksualne-nasylstvo-pid-chas-vijny-18-video/>(дата звернення 11.06.2026)
12. Соціальна робота з людьми, які практикують одностатеві сексуальні стосунки: Теорія. Методики. Кращі практики/ укл. Л. Гейдар; під ред. М. Андрущенко. Київ: Міжнародний Альянс по ВІЛ/СНІД в Україні, 2019. 196 с. https://aph.org.ua/wp-content/uploads/2016/08/lgbt_manual.pdf (дата звернення 11.06.2026)