

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчально-виховної роботи, к.т.н., професор

_____ Боярчук В. М.

РІЧНИЙ ПЛАН

роботи практичного психолога

Львівського національного університету природокористування

на 2024-2025 навчальний рік

Вступ

До складу відділу з організації навчально виховної роботи студентів входить практичний психолог. У своїй діяльності практичний психолог керується Конституцією України, Законом України « Про вищу освіту», « Декларацією прав людини», нормативно-правовими актами навчального закладу, Етичним кодексом психолога та іншими нормативними документами в яких висвітлюються питання планування роботи психологічної служби вишу та спрямування на демократизацію, індивідуалізацію, спеціалізацію навчально-виховного процесу і сприяють ефективному розкриттю здібностей особистості, Законом України «Про освіту», Лист МОН від 24.07.2019 №1/9-477 «Про типову документацію працівників психологічної служби у системі освіти України.

I. Аналітична частина

На протязі минулого навчального року практичний психолог брав участь у:

- у лекційно-просвітницьких заходах в навчальному закладі з питань ознайомлення з професією психолога та його діяльністю, ознайомлення з навчально-виховним процесом у закладі освіти («Особливості адаптації студентів вищих навчальних закладів до змінених умов життєдіяльності. Соціально-психологічні проблеми», «Емоційне вигорання під час війни та психологічна втома. Як відрізнити та допомогти собі?», «Запобігання та протидія булінгу як механізм подолання конфліктів у закладах вищої освіти», «Профілактика шкідливих звичок» тощо.
- онлайн зустрічі на платформі Zoom для викладачів та здобувачів вищої освіти Вишнянського коледжу ЛНУП (виступ на тему: «Мрії та плани. Я в професії», «Моя група – правила співжиття», «Майбутнє України очима української молоді», « Сьогоднішня української молоді, мій вибір та наше майбутнє»).
- участь у засіданні комісії з надання соціально-психологічної допомоги працівникам та здобувачам вищої освіти університету
- індивідуальних консультаціях з батьками та здобувачами вищої освіти.

Протягом року психологом здійснювалась активна просвітницька робота. Бесіди та тренінги з здобувачами вищої освіти за темами: «Підсилення мотивації для навчання студентів під час воєнного стану»; у рамках Всеукраїнської програми ментального здоров'я « Ти як?» проведено семінар – тренінг для викладачів та працівників ЛНУП по емоційному вигоранню «Намагаючись світити іншим – не згори сам»; проведено семінар – тренінг з представниками ССО «Основа» - « Гармонія в колективі – успіх у справі» з метою формування сприятливого психологічного мікроклімату, згуртування колективу, доброзичливого ставлення один до одного; проведено семінар – тренінг на підвищення комунікативних навиків, формування сприятливого психологічного клімату та зняття бар'єрів у спілкуванні на тему «Ми – одна команда»; проведено семінар – тренінг « Спілкування у житті людини . Бар'єри спілкування та шляхи їх подолання»; « Подарунок собі; « Любити відкритими очима», « Комунікативні

конфлікти та їх наслідки»; « Мої цілі та цінності». Формування правової культури та правової свідомості студентської молодості задля підвищення обізнаності з питань протидії насильству, співзалежності, маніпуляціям та аб'юзивним відносинам», « Профілактика негативних явищ серед студентів (дезадаптованості, насилля, підвищення тривожності, суїцидальної поведінки тощо), «Вміння справлятися з стресовими ситуаціями сьогодення, вміння контролювати свої емоції та зберегти психічне здоров'я», «Як досягнути успіху в професії», «Стрес під час сесії .Способи його подолання», «Вплив оточення на формування власної думки», «Зрозуміти та підтримати», «Спілкування без конфліктів», «Мої цілі та цінності», « Способи саморегуляції емоцій та стійкості в кризових ситуаціях», «Молодь на роздоріжжі. Профілактика СНІДу та інших захворювань. Ведення здорового способу життя.» (тренінгові заняття).

Основними видами діяльності психологічної служби є:

- психологічне консультування;
- психодіагностика;
- психопрофілактика;
- психокорекція;
- психологічна просвіта (тематичні бесіди, акції тощо)

Головною метою діяльності психологічної служби ЛНУП у 2024- 2025 році є: надання доступних і якісних послуг у сфері практичної психології, спрямованих на збереження і укріплення психологічного здоров'я всіх учасників навчально-виховного процесу; участь у забезпеченні адаптивного і комфортного освітнього простору для студентської молоді, здійснення психолого-педагогічної підтримки ставлення і розвитку особистості студента

Навчально-виховний процес передбачає роботу психологічної служби протягом навчального року.

Проблемне питання, над яким працює практичний психолог:

«Підвищення рівня стресостійкості учасників освітнього процесу у воєнний та післявоєнний час», « Мотивація для навчання студентів під час воєнного стану», « Збереження ментального здоров'я».

Основу просвітницької та консультаційної роботи практичного психолога складає діагностика стресостійкості, розвиток позитивного мислення, піклування про ментальне здоров'я, підвищення продуктивності та якості навчання, сприяння активізації процесів самопізнання, самоприйняття, саморегуляції і самоконтролю.

Основні завдання та напрямки роботи практичного психолога ЛНУП:

1. Вивчення мікроклімату в у студентському та педагогічному колективах;
2. Сприяти повноцінному й інтелектуальному розвитку здобувачів вищої освіти;
3. Профілактична робота серед студентів та викладачів, наставників академічних груп;

4. Консультування за запитом студентів та викладачів;
5. Просвітницька робота з роз'яснення актуальних питань практичної психології серед всіх учасників навчально-виховного процесу;
6. Діагностика (індивідуальна та групова) серед студентів, батьків, викладачів, співробітників;
7. Створювати умови для соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти;
8. Здійснювати профілактичні заходи щодо усунення нахилів девіантної та суїцидальної поведінки здобувачів вищої освіти;
9. Профілактика булінгу в навчальному середовищі;
10. Допомогати здобувачам вищої освіти в життєвому самовизначенні, виборі самореалізації та професійному розвитку;
11. Превентивне виховання, метою якого є формування в здобувачів вищої освіти орієнтації на здоровий спосіб життя, профілактика тютюнопаління, алкоголізму, наркоманії, венеричних захворювань та ВІЛ/СНІДу;
12. Сприяти адаптації здобувачів вищої освіти в новому соціальному середовищі;
13. Психологічна підтримка в кризових життєвих ситуаціях в умовах воєнного стану;
14. Надавати своєчасну психологічну допомогу здобувачам вищої освіти, батькам, викладачам (за запитом);
15. Формування культури та збереження піклування про ментальне здоров'я;
16. Постійне підвищення власної психологічної і професійної компетентності, самоосвіта і самовдосконалення, опанування інноваційними методами і технологіями для надання якісних психологічних і соціальних послуг.

Практичний психолог відділу з організації навчально – виховної роботи студентів реалізує такі проекти:

- психологічні години спілкування з елементами тренінгу для старост, представників ССО «Основа» та представників Профспілкової організації студентів та аспірантів – тренінги особистісного зростання, основними завданнями яких є розвиток у студентів лідерських якостей, навичок та вмінь керівника, допомога старостам у вирішенні актуальних питань. До структури тренінгу входять ігри, вправи, спрямовані на командоутворення, розвиток комунікативної компетентності, впевненості в собі та уміння конструктивно розв'язувати конфліктні ситуації;
- психологічний супровід студентів 1-х курсів – анкетування (з метою виявлення рівня адаптації, мотивації вступу тощо), тренінгові заняття зі студентськими групами щодо згуртування колективу, формування життєвих цінностей, адекватної самооцінки, позитивного мислення та активної життєвої позиції(за запитом).
- реалізація Всеукраїнської програми ментального здоров'я « ТИ ЯК?» у рамках якої будуть проведені заняття у вигляді тренінгів, лекцій, розвивальних ігор, психологічних методик.

№ з\п	Напрями діяльності з учасниками освітнього процесу закладу освіти. Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група/аудиторія	Відмітка про виконання
1.	Діагностика			
1.1	Визначення рівня адаптації здобувачів вищої освіти до університету (анкетування)	Вересень-жовтень	I курс денної форми навчання	
1.2	Визначення обдарованих здобувачів освіти (анкетування)	Вересень	I курс денної форми навчання	
1.3	Організувати анкетування «Викладачі очима студентів»	Грудень - січень, травень - червень	Здобувачі вищої освіти ЛНУП	
1.4	Організувати індивідуальні обстеження самооцінки психічних станів, емоційної стійкості, структури психічних захисних механізмів, комунікативних особливостей, адаптивності, профорієнтації тощо.	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти I-V курсів денної та заочної форми навчання (за потребою); на консультаціях, в кабінеті психолога	
1.5	Проводити дослідження щодо мікроклімату у студентському колективі, структури взаємовідносин з метою визначення студентів з низьким статусом у групі та характеру взаємин у студентському колективі	За запитом	Здобувачі вищої освіти I-V курсів денної та заочної форми навчання (за потре-	

			бою); на консультаціях, в кабінеті психолога	
1.6	Проведення опитувань за запитом наставників академічних груп, заступників з виховної роботи та адміністрації університету.	Упродовж навчального року		
2.	Консультування			
2.1	Проводити психологічне консультування здобувачів вищої освіти за тематикою звернень: 2.1. Організація власної навчальної діяльності. 2.2. Змістовні аспекти навчальної діяльності. 2.3. Адаптація до навчання і до нового колективу. 2.4. Особливості міжособистісної комунікацій з ровесниками. 2.5. Особливості комунікації (конфлікти) з викладачами. 2.6. Міжособистісні стосунки у студентському колективі. 2.7. Особистісні (інтимні) взаємини 2.8. Взаємини з батьками. 2.9. Взаємини у власній сім'ї. 2.10. Алкогольна залежність. 2.11. Наркотична залежність. 2.12. Інтернет залежність. 2.13. Стрес та депресія в період воєнного стану. 2.14. Невпевненість у собі. Комплекси. 2.15. Внутрішні страхи. 2.16. Злість та агресія. 2.17. Професійне самовизначення 2.18. Як уникнути погіршення психологічного стану та	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої денної та заочної форми навчання	За запитом Консультування в кабінеті психолога, по телефону, онлайн

	<p>емоційного вигорання у воєнний час</p> <p>2.19. Смерть близької людини</p>			
2.2.	<p>Проведення консультування наставників академічних груп, старост груп та старост гуртожитків за тематикою звернень:</p> <p>2.1. Конфлікти з окремими студентами чи групами студентів</p> <p>2.2. Проблеми у взаєминах з колегами</p> <p>2.3. організація роботи зі здобувачами вищої освіти під час воєнного стану</p> <p>2.4. Проблеми особистого характеру</p>	Упродовж навчального року	Наставники академічних груп, старости груп, старости гуртожитків	За запитом Консультування в кабінеті психолога, по телефону, онлайн

2.3	<p>Проведення консультування викладачів за тематикою звернень:</p> <p>2.1. Методичні проблеми і проблеми педагогічної майстерності</p> <p>2.2. Конфлікти з окремими студентами чи групою студентів</p> <p>2.3. Проблеми у взаєминах з колегами</p> <p>2.4. Емоційне вигорання, емпатія</p> <p>2.5. Проблеми особистого характеру</p>	Упродовж навчального року	Викладачі	<p>За запитом</p> <p>Консультування в кабінеті психолога, по телефону, онлайн</p>
2.4.	<p>Проведення консультування з представниками Студентської самоврядної організації «Основа» та представниками Профспілкової організації студентів та аспірантів ЛНУП</p>	Упродовж навчального року		За запитом
2.5.	<p>Проведення консультування батьків студентів за тематикою звернень: організація навчального процесу, особливості комунікації, взаємини «батьки- діти», психологічне здоров'я тощо.</p>	Упродовж навчального року		За запитом Кабінет психолога
2.6.	<p>Надання групових консультацій для здобувачів першого року навчання з професією психолога та його діяльністю.</p>	Вересень	Здобувачі вищої освіти І курсу	Студентські гуртожитки, академічні групи

2.7.	Надання групових консультацій серед студентів I -IV курсів на теми: «Запобігання та протидія булінгу як механізм подолання конфліктів у закладах вищої освіти», «Здоровий спосіб життя. Профілактика шкідливих звичок», «Формування адекватної поведінки шляхом пізнання особистості».	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти I-V курсів денної форми навчання (за потребою)	
3.	Корекція			
3.1.	Проведення тренінгового заняття «Ми одна команда»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти I-V курсів денної форми навчання	
3.2.	Проведення тренінгового заняття «Зрозуміти та підтримати»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти I курсів денної форми навчання	
3.3.	Проведення тренінгового заняття «Спілкування у житті людини . Бар'єри спілкування та шляхи їх подолання»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти ЛНУП	
3.4.	Проведення тренінгового заняття для педагогів «Як керувати своїми емоціями?»	Упродовж навчального року	Викладачі ЛНУП	
3.5.	Тренінгове заняття «Стрес та способи його подолання»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти	

3.6.	Проведення тренінгового заняття « Комуникативні конфлікти та їх навички»	Листопад	Здобувачі вищої освіти	
3.7.	Проведення тренінгового заняття « Любити відкритими очима»	Лютий	Здобувачі вищої освіти	
3.8.	Проведення тренінгового заняття « Як дбати про своє ментальне здоров'я»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти, викладачі	
3.9.	Проведення тренінгового заняття « Мої цілі та цінності»	Березень	Здобувачі вищої освіти	
3.10.	Проведення тренінгового заняття для педагогів « Намагаючись світити іншим – не згори сам»	Грудень, Травень (за запитом)	Викладачі, адміністрація закладу	
3.11.	Проведення тренінгового заняття для представників ССО «Основа» на тему « Розвиток лідерських якостей та вміння ними управляти»	Листопад	ССО «Основа»	
3.12.	Проведення тренінгового заняття « Як зберегти своє ментальне здоров'я в умовах війни?»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти, викладачі	
3.13	Проведення курсу тренінг- лекцій « Психологія спілкування»	Жовтень- липень	Здобувачі вищої освіти ЛНУП (за запитом)	

3.14.	Проведення курсу бесід «Запобігання та протидія булінгу в закладах вищої освіти»	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти	Світлиці студентських гуртожитків
3.15.	Проведення тренінгового заняття «адаптація студентів до нових соціальних умов»	Жовтень	Здобувачі вищої освіти I курсу	
3.16.	Тренінгове заняття « Крок у самостійне доросле життя»	Березень	Здобувачі вищої освіти III-IV курсів	
3.17.	Проведення тренінгового заняття « Стрес під час сесії. Способи його подолання»	Грудень, травень	Здобувачі вищої ЛНУП	
3.18.	Проведення тренінгових занять на різну тематику (за запитом)	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої ЛНУП, викладачі	
4.	Навчальна діяльність			
4.1.	Розвиток навичок самопомоги та надання допомоги здобувачам вищої освіти в стресовій ситуації в умовах освітнього простору.	Упродовж навчального року		
4.2.	Курс « Психологія стресу та способи боротьби з ним»	Упродовж навчального року		

4.3.	Курс «Нова професія: від навчання до працевлаштування»	Упродовж навчального року		
4.4.	Розвиток комунікативних вмінь і навичок. Вправи, що розвивають комунікативні вміння і навички.	Упродовж навчального року		
4.5.	Курс « Культура толерантності: як побудувати суспільство, комфортне для всіх»	Упродовж навчального року		
5.	Просвіта			
5.1.	Ознайомлення з професією психолога та його діяльністю	Вересень-жовтень	Здобувачі вищої освіти	
5.2.	Участь у круглих столах, кафедральних нарадах. Ознайомлення з поняттями стресостійкості, формами прояву стресу, його впливу на здоров'я. Ознайомлення з принципами педагогічної етики.	Упродовж навчального року	Адміністрація закладу, педагогічний колектив	
5.3.	Профілактика правопорушень серед студентської молоді	Упродовж навчального року		
5.4.	Провести акцію до Всесвітнього дня без тютюну	31 травня	Здобувачі вищої освіти спільно з ССО «Основа»	

5.5.	Провести акцію до всесвітнього дня психічного здоров'я	10 жовтня	Здобувачі вищої освіти спільно з ССО «Основа»	
5.6.	Провести акцію до дня щастя	20 березня	Здобувачі вищої освіти спільно з ССО «Основа»	
5.7.	Проводити психологічну просвіту студентів (на семінарах, виступах, консультаціях) на тему культивування цінності життя, успішній адаптації в ЗВО, створення позитивного психологічного клімату, мотивування до активності в громадському житті, навчанні та безумовних можливостей подолання особистих проблем, фрустраційних станів	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти ЛНУП	
5.8.	Забезпечення функціонування та постійного оновлення психологічної просвітницької інформації та психологічної роботи на сайті університету lnau.edu.ua у розділі «Виховна діяльність» підрозділ «психологічна допомога»	Упродовж навчального року		

5.9.	Проводити індивідуальну роботу з батьками та викладачами (за потребою)	Упродовж навчального року		
6.	Організаційно - методична робота			
6.1.	Розробка плану роботи практичного психолога на 2024-2025 навчальний рік	Серпень		Кабінет психолога
6.2.	Заповнення робочої документації	Упродовж навчального року		Кабінет психолога
6.3.	Підготовка виступів, лекцій, практично-інформаційних занять, тренінгів для студентів, викладачів, вихователів; розробка анкет, опитувальників	Відповідно до плану роботи на 2024/2025 навчальний рік		Кабінет психолога
6.4.	Методична робота (відвідування бібліотеки, обмін досвідом з колегами по роботі), участь у семінарах, конференціях, онлайн-курсах, підвищення професійного рівня кваліфікації, самоосвіта.	Упродовж навчального року		
6.5.	Підготовка звітів про виконану роботу (щоквартально)	Упродовж навчального року		Кабінет психолога

6.6.	Обробка результатів діагностичних обстежень студентів, викладачів, батьків	Упродовж навчального року		Кабінет психолога
6.7.	Створення розробок тренінгів, циклів занять, спрямованих на саморозвиток, самоактуалізацію і самореалізацію особистості студентської молоді	Упродовж навчального року		Кабінет психолога
6.8.	Підготовка та написання інформаційних матеріалів психологічного спрямування про виконану роботу психолога на сайт університету Inau.edu.ua у розділі «Виховна діяльність» підрозділ «психологічна допомога»	Упродовж навчального року		Кабінет психолога
6.9	Участь у засіданні комісії з надання соціально- психологічної допомоги працівникам та здобувачам вищої освіти університету	За вимогою		
6.10.	Аналітичний та статистичний звіт	Травень		Кабінет психолога
7.	Зв'язки з громадськістю			

7.1.	Відвідування студентських гуртожитків для надання групових психологічних консультацій студентам.	За запитом	Здобувачі вищої освіти які проживають в гуртожитках	
7.2.	Відвідування самоврядної студентської організації «Основа»	Упродовж навчального року (ост. п'ятниця місяця)	Студенти ССО «Основа»	
7.3.	Відвідування первинної профспілкової організації студентів та аспірантів ЛНУП для надання індивідуальних та групових психологічних консультацій	Упродовж навчального року(ост. п'ятниця місяця)	Студенти ППО студентів та аспірантів ЛНУП	
7.4.	Участь в конференціях та заходах	Упродовж навчального року		
8.	Профілактична робота			
8.1.	<p>Проведення бесід, виховних годин та лекцій-тренінгів:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формування конструктивних способів вирішення складних життєвих ситуацій для студентів та працівників ЛНУП; - стабілізація емоційної сфери особистості, формування позитивної життєвої перспективи; - формування психосоціальної стійкості до стресу; 	Упродовж навчального року	Здобувачі вищої освіти та працівники ЛНУП	

	<ul style="list-style-type: none">- запобігання емоційному вигоранню у студентів і педагогів;- профілактика суїцидальної поведінки, вживання психоактивних речовин та алкогольних напоїв серед молоді			
--	--	--	--	--

Практичний психолог
відділу з організації виховної роботи студентів _____ М.В. Ходакова

ПОГОДЖЕНО:

Керівник відділу з організації виховної роботи студентів _____ О.В. Качмар