МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ
Декан факультету
Права, публічного управління та національної безпеки
_____ Віталій ДАНКЕВИЧ
31 серпня 2026

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Практикум з психоедукації

Рівень вищої освіти: *Перший (бакалаврський)*

Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
Спеціальність: С4 Психологія
Освітня програма: Психологія

Житомир - 2026

Розробники: Юлія ВОЙЦЕХІВСЬКА, асистент кафедри психології.

Інформація про викладача

Викладач	Войцехівська Юлія Юріївна – асистент кафедри психології.
Профайл викладача	Войцехівська Юлія Юріївна (polissiauniver.edu.ua)
Контактна інформація	Номер телефону: +38(063) 650 20 99, E-mail: 0julianka@gmail.com
Сторінка курсу в Moodle	http://m.polissiauniver.edu.ua/course/view.php?id=4756
Консультації	*Консультації щоп'ятниці з 14.00 до 15.00* *Онлайн консультація через Zoom, Viber щоп'ятниці з 14.00 до 15.00*

Робоча програма навчальної дисципліни «Практикум з психоедукації» затверджена на засіданні кафедри психології
Протокол від «25» серпня 2026 р. № 2
Завідувач кафедри _____ (Алла ЛИТВИНЧУК)

Погоджено із гарантом освітньої програми Психологія
_____ (Ірина ГРЕЧУХА)

Схвалено навчально-методичною комісією (НМК) факультету права, публічного управління та національної безпеки
Протокол від «31» серпня 2026 р. № 1
Голова НМК _____ (Леся ВАСИЛЕНКО)

1. Опис навчальної дисципліни

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки / С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини. Спеціальність: 053 Психологія / С4 Психологія. Освітня програма: Психологія. Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський). Дисципліна обов'язкова.

Найменування показників	Денна форма	Заочна форма
Кредити ЄКТС	4	4
Загальна кількість годин	120	120
Змістові модулі	4	4
Рік підготовки	2-й	2-й
Семестр	3-й	3-й
Лекції	-	-
Практичні	-	-
Лабораторні	48	12
Самостійна робота	72	108
Підсумковий контроль	залік	залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: розвиток професійних компетентностей студентів для ефективного проведення психоедукаційної діяльності.

Завдання: розуміння сутності й змісту психоедукації; пошук і критичне опрацювання науково обґрунтованої інформації; адаптація матеріалів до потреб окремих осіб і груп; вибір ефективних форм подачі інформації; розвиток цифрової компетентності та професійної комунікації.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів таких компетентностей:

Загальні (ЗК): ЗК3 - навички використання інформаційних і комунікаційних технологій; ЗК8 - навички міжособистісної взаємодії; ЗК9 - здатність працювати в команді; ЗК13 - здатність толерантного та етичного ставлення до різноманіття.

Спеціальні (СК): СК1 - здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології; СК9 - здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну діяльність відповідно до запиту; СК11 - здатність дотримуватися норм професійної етики; СК14 - здатність визначати межі власної професійної компетентності.

Програмні результати навчання: ПРН3 - пошук інформації з різних джерел; ПРН10 - логічне й доступне формулювання думки з урахуванням співрозмовника; ПРН12 - складання і реалізація програм психопрофілактичних та просвітницьких заходів.

Знати: методи й техніки психоедукаційної роботи; особливості психоедукації в освіті, медицині та соціальній роботі; сучасні цифрові інструменти для психоедукації.

Вміти: розробляти й адаптувати психоедукаційні заходи; створювати презентації, брошури, відео та інші матеріали; здійснювати індивідуальну й групову комунікацію; використовувати цифрові технології та оцінювати ефективність заходів.

Soft skills: емпатія й активне слухання; командна взаємодія; критичне мислення; креативність; презентаційні навички; етична комунікація; цифрова грамотність; рефлексія.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Поняття про методи та техніки психоедукації

Тема 1. Методи та техніки психоедукації

Використання інтерактивних методів у психоедукаційній роботі. Розробка та проведення лекцій і семінарів. Застосування візуальних та аудіоматеріалів для підсилення ефекту. Індивідуальні та групові форми психоедукації. Техніки мотивації та залучення аудиторії. Вибір тематики психоедукації.

Змістовий модуль 2. Психоедукація в роботі з дітьми, підлітками та дорослими

Тема 2. Психоедукація в роботі з дітьми

Адаптація психоедукаційних матеріалів до вікових особливостей дітей. Використання ігрових та казкотерапевтичних методів. Розвиток емоційного інтелекту через психоедукацію. Співпраця з батьками та педагогами в процесі психоедукації. Демонстраційна психоедукація для дитячої цільової аудиторії.

Тема 3. Психоедукація в роботі з підлітками

Врахування специфіки підліткового віку у психоедукації. Обговорення актуальних для підлітків тем (ідентичність, стосунки, самооцінка). Використання технологій та соціальних мереж у роботі з підлітками. Демонстраційна психоедукація для підліткової аудиторії.

Тема 4. Психоедукація в роботі з дорослими

Особливості навчання та сприйняття інформації дорослими. Розробка програм з управління стресом та емоціями. Психоедукація щодо міжособистісних стосунків та комунікації. Підтримка особистісного росту та професійного розвитку клієнтів. Використання коучингових методик у психоедукації дорослих. Практична психоедукація для дорослих.

Змістовий модуль 3. Особливості психоедукації при роботі з групами

Тема 5. Групова психоедукація

Переваги групових форм психоедукації. Структурування та динаміка психоедукаційних груп. Розвиток групової взаємодії та підтримки серед учасників. Техніки фасилітації та ведення групових дискусій. Відпрацювання умінь психоедукаційної роботи в групах.

Змістовий модуль 4. Технології розробки та застосування психоедукаційних матеріалів

Тема 6. Розробка психоедукаційних матеріалів

Принципи створення ефективних роздаткових матеріалів. Використання візуальних елементів для покращення сприйняття. Адаптація матеріалів до потреб різних цільових аудиторій. Розробка презентацій, брошур, буклетів та інфографіки. Застосування сучасних програм та сервісів для дизайну матеріалів. Презентація розроблених психоедукаційних матеріалів.

Тема 7. Використання цифрових технологій у психоедукації

Онлайн-платформи та ресурси для проведення психоедукації. Створення та розповсюдження психоедукаційного контенту в інтернеті. Ведення вебінарів та онлайн-семінарів. Психоедукація через соціальні мережі та блоги. Етичні аспекти онлайн-взаємодії з клієнтами. Захист персональних даних та конфіденційність у цифровому середовищі. Ведення соціальних мереж з метою психоедукації.

Тема 8. Оцінювання ефективності психоедукаційної діяльності

Методи збору та аналізу зворотного зв’язку від клієнтів. Використання опитувальників та тестів для оцінювання знань. Аналіз досягнутих результатів та планування подальших кроків. Самоаналіз та професійний розвиток психолога на основі оцінювання.

4. Структура навчальної дисципліни

Назва теми	Денна: всього	Лек.	Практ.	Лаб.	Сам.	Заоч.: всього	Лек.	Практ.	Лаб.	Сам.
Змістовий модуль 1. Поняття про методи та техніки психоедукації										
Тема 1. Методи та техніки психоедукації	14	-	-	6	8	14	-	-	2	12
Разом за змістовим модулем 1	14	-	-	6	8	14	-	-	2	12
Змістовий модуль 2. Психоедукація в роботі з дітьми, підлітками та дорослими										
Тема 2. Психоедукація в роботі з дітьми	14	-	-	6	8	14	-	-	2	12
Тема 3. Психоедукація в роботі з підлітками	16	-	-	6	10	16	-	-	2	14
Тема 4. Психоедукація в роботі з дорослими	16	-	-	6	10	16	-	-	2	14
Разом за змістовим модулем 2	46	-	-	18	28	46	-	-	6	40
Змістовий модуль 3. Особливості психоедукації при роботі з групами										
Тема 5. Групова психоедукація	16	-	-	6	10	16	-	-	-	16
Разом за змістовим модулем 3	16	-	-	6	10	16	-	-	0	16
Змістовий модуль 4. Технології розробки та застосування психоедукаційних матеріалів										
Тема 6. Розробка психоедукаційних матеріалів	16	-	-	6	10	16	-	-	2	14
Тема 7. Використання цифрових технологій у психоедукації	14	-	-	6	8	14	-	-	2	12
Тема 8. Оцінювання ефективності психоедукаційної діяльності	14	-	-	6	8	14	-	-	-	14
Разом за змістовим модулем 4	44	-	-	18	26	44	-	-	4	40
Усього годин	120	-	-	48	72	120	-	-	12	108

5. Теми лабораторних занять

Назва теми	Денна форма	Заочна форма
Тема 1. Методи та техніки психоедукації	6	2
Тема 2. Психоедукація в роботі з дітьми	6	2
Тема 3. Психоедукація в роботі з підлітками	6	2
Тема 4. Психоедукація в роботі з дорослими	6	2
Тема 5. Групова психоедукація	6	-
Тема 6. Розробка психоедукаційних матеріалів	6	2
Тема 7. Використання цифрових технологій у психоедукації	6	2
Тема 8. Оцінювання ефективності психоедукаційної діяльності	6	-
Всього	48	12

6. Самостійна робота

Назва теми та види завдань	Денна форма	Заочна форма
Тема 1. Методи та техніки психоедукації Завдання: Створити порівняльну схему інтерактивних методів та підготувати план психоедукаційного заняття.	8	12
Тема 2. Психоедукація в роботі з дітьми Завдання: Розробити ілюстрований матеріал і сценарій психоедукаційної вправи для дітей.	8	12
Тема 3. Психоедукація в роботі з підлітками Завдання: Підготувати аналіз психоедукаційного контенту для підлітків і мініпрезентацію.	10	14

Тема 4. Психоедукація в роботі з дорослими Завдання: Розробити програму короткого заняття для дорослої аудиторії щодо керування стресом.	10	14
Тема 5. Групова психоедукація Завдання: Проаналізувати кейс групової взаємодії та скласти план фасилітації дискусії.	10	16
Тема 6. Розробка психоедукаційних матеріалів Завдання: Створити буклет або інфографіку з обраної психоедукаційної теми.	10	14
Тема 7. Використання цифрових технологій у психоедукації Завдання: Підготувати серію дописів для соціальних мереж з урахуванням етичних вимог.	8	12
Тема 8. Оцінювання ефективності психоедукаційної діяльності Завдання: Розробити форму зворотного зв'язку й провести самоаналіз результатів психоедукаційного заходу.	8	14
Всього	72	108

7. Методи навчання

Практичні та лабораторні методи; аналіз кейсів; дискусії та мозковий штурм; моделювання психоедукаційних занять; рольові ігри; робота в малих групах; проєктні та індивідуальні завдання; самоаналіз, рефлексія; використання цифрових платформ і мультимедійних інструментів.

8. Форми контролю і методи оцінювання

Поточний контроль: оцінювання лабораторних завдань, презентацій, тематичних виступів, розроблених психоедукаційних матеріалів та результатів групової роботи. Періодичний контроль: тематичне тестування й контрольні роботи. Підсумковий контроль: залік.

Критерії: наукова обґрунтованість, точність і доступність викладу, адаптація до цільової аудиторії, практична придатність, дотримання професійної етики, самостійність та своєчасність виконання. Відвідування занять саме по собі не оцінюється.

Визнання результатів неформальної освіти здійснюється відповідно до чинних нормативних документів університету. Усі роботи виконуються з дотриманням принципів академічної доброчесності.

9. Питання для підсумкового контролю

1. Використання інтерактивних методів у психоедукаційній роботі.
2. Розробка та проведення лекцій і семінарів.
3. Застосування візуальних та аудіоматеріалів для підсилення ефекту.
4. Індивідуальні та групові форми психоедукації.
5. Техніки мотивації та залучення аудиторії.
6. Вибір тематики психоедукації.
7. Адаптація психоедукаційних матеріалів до вікових особливостей дітей.
8. Використання ігрових та казкотерапевтичних методів.
9. Розвиток емоційного інтелекту через психоедукацію.
10. Співпраця з батьками та педагогами в процесі психоедукації.
11. Демонстраційна психоедукація для дитячої цільової аудиторії.
12. Врахування специфіки підліткового віку у психоедукації.
13. Обговорення актуальних для підлітків тем (ідентичність, стосунки, самооцінка).
14. Використання технологій та соціальних мереж у роботі з підлітками.

15. Демонстраційна психоедукація для підліткової аудиторії.
16. Особливості навчання та сприйняття інформації дорослими.
17. Розробка програм з управління стресом та емоціями.
18. Психоедукація щодо міжособистісних стосунків та комунікації.
19. Підтримка особистісного росту та професійного розвитку клієнтів.
20. Використання коучингових методик у психоедукації дорослих.
21. Практична психоедукація для дорослих.
22. Переваги групових форм психоедукації.
23. Структурування та динаміка психоедукаційних груп.
24. Розвиток групової взаємодії та підтримки серед учасників.
25. Техніки фасилітації та ведення групових дискусій.
26. Відпрацювання умінь психоедукаційної роботи в групах.
27. Принципи створення ефективних роздаткових матеріалів.
28. Використання візуальних елементів для покращення сприйняття.
29. Адаптація матеріалів до потреб різних цільових аудиторій.
30. Розробка презентацій, брошур, буклетів та інфографіки.
31. Застосування сучасних програм та сервісів для дизайну матеріалів.
32. Презентація розроблених психоедукаційних матеріалів.
33. Онлайн-платформи та ресурси для проведення психоедукації.
34. Створення та розповсюдження психоедукаційного контенту в інтернеті.
35. Ведення вебінарів та онлайн-семінарів.
36. Психоедукація через соціальні мережі та блоги.
37. Етичні аспекти онлайн-взаємодії з клієнтами.
38. Захист персональних даних та конфіденційність у цифровому середовищі.
39. Ведення соціальних мереж з метою психоедукації.
40. Методи збору та аналізу зворотного зв’язку від клієнтів.
41. Використання опитувальників та тестів для оцінювання знань.
42. Аналіз досягнутих результатів та планування подальших кроків.
43. Самоаналіз та професійний розвиток психолога на основі оцінювання.

10. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти

Для заліку застосовується 100-бальна шкала. Нижче наведено робочий варіант розподілу балів, який потребує погодження кафедрою.

Вид роботи	Максимум балів
8 лабораторних тем (по 7 балів)	56
Модульні контрольні роботи (4 × 6 балів)	24
Індивідуальний психоедукаційний проєкт	20
Разом	100

Шкала: 90–100 - зараховано; 75–89 - зараховано; 60–74 - зараховано; менше 60 - не зараховано.

11. Ключові терміни навчальної дисципліни

№	Термін	Англійський відповідник

1	Психоедукація	Psychoeducation
2	Психопрофілактика	Psychoprevention
3	Цільова аудиторія	Target audience
4	Групова психоедукація	Group psychoeducation
5	Психоедукаційні матеріали	Psychoeducational materials
6	Фасилітація	Facilitation
7	Психологічна грамотність	Psychological literacy
8	Зворотний зв'язок	Feedback
9	Цифрова психоедукація	Digital psychoeducation
10	Ефективність психоедукації	Psychoeducation effectiveness

12. Рекомендована література

Основна література

1. Андрушко Я. Емоційна психоедукація особистості. Соціальна робота: становлення, перспективи, розвиток. 2020.

2. Борисова О. О. Психоедукація в психореабілітаційному процесі учасників/учасниць бойових дій російсько-української війни: психоедукаційна модель «Архів пам'яті». Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 2. С. 9–16.

3. Журавльова Н. Ю. Навчальний текст як засіб психоедукації з питань особистісного розвитку людини: різновіковий аспект. 2023.

4. Заяць А. Р. Психоедукація як засіб попередження емоційного вигорання вчителів. 2023.

5. Костюкова Н. В. Психоедукація в медіапросторі як напрямок діяльності військового психолога. World science: problems, prospects and innovations. 2021.

6. Маслюк А. М. Психоедукація освітян під час війни. Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми. 2023.

7. Олексенко С. Психоедукація як засіб формування культури психологічного здоров'я у педагогічних працівників. Технології розвитку інтелекту. 2020. Т. 4, № 1 (26).

Бібліографічний перелік перенесено зі старої робочої програми; перед затвердженням бажано перевірити повноту бібліографічних даних і додати найновіші публікації.

13. Електронні інформаційні ресурси

Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» - https://howareu.com/

Центр «Коло сім'ї»: матеріали психологічної допомоги - https://k-s.org.ua/resources/coping-war/

Canva (інструмент створення психоедукаційних матеріалів) - https://www.canva.com/uk_ua/

Prometheus - https://prometheus.org.ua/

Дія.Освіта - https://osvita.diia.gov.ua/

Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського - https://nbuv.gov.ua/