

**ЗАКАРПАТСЬКИЙ УГОРСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ФЕРЕНЦА
РАКОЦІ П**

**РІЧНИЙ ПЛАН
РОБОТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ
ЗАКАРПАТСЬКОГО УГОРСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ФЕРЕНЦА
РАКОЦІ П
НА 2026–2027 НАВЧАЛЬНИЙ РІК**



2026
м. Берегове

Вступ

Психологічна служба є структурним підрозділом Закарпатського угорського університету імені Ференца Ракоці II, який здійснює організаційні, координаційні та навчально-методичні функції у сфері практичної психології та психологічного супроводу учасників освітнього процесу.

Психологічна служба Закарпатського угорського університету імені Ференца Ракоці II у своїй діяльності керується Законом України «Про вищу освіту», чинними нормативно-правовими актами України у сфері освіти та психологічного забезпечення освітнього процесу, Положенням про психологічну службу у системі освіти України, затвердженим наказом Міністерства освіти і науки України від 22.05.2018 № 509 (у чинній редакції), Положенням про психологічну службу в Закарпатському угорському університеті імені Ференца Ракоці II від 30.08.2019 р., Положенням про організацію освітнього процесу в Університеті, внутрішніми документами щодо запобігання та протидії насильству і булінгу (цькуванню), Етичним кодексом психолога та іншими актами, що регламентують діяльність Служби.

У 2026/2027 навчальному році діяльність Психологічної служби здійснюється з урахуванням Концепції розвитку психологічної служби у системі освіти на період до 2030 року, схваленої розпорядженням Кабінету Міністрів України від 15.07.2026 № 705-р, а також методичних рекомендацій Міністерства освіти і науки України, викладених у листі від 17.08.2026 № 1/17702-26 «Про організацію діяльності психологічної служби у системі освіти у 2026/2027 навчальному році». Під час планування профілактичної роботи також враховано оновлений Порядок реагування на випадки булінгу (цькування), викладений у редакції наказу МОН України від 18.06.2026 № 961.

Нормативні та методичні документи:

- [Положення про психологічну службу у системі освіти України \(наказ МОН № 509, чинна редакція\)](#)
- [Концепція розвитку психологічної служби у системі освіти на період до 2030 року \(розпорядження КМУ № 705-р\)](#)
- [Лист МОН України від 17.08.2026 № 1/17702-26 та методичні рекомендації на 2026/2027 навчальний рік](#)
- [Наказ МОН України від 18.06.2026 № 961 щодо реагування на випадки булінгу \(цькування\)](#)

У 2026/2027 навчальному році Психологічна служба продовжує та розвиває напрями роботи, ефективність яких підтверджено досвідом попереднього навчального року. Зокрема, зберігаються програми адаптації студентів-першокурсників, заходи з підтримки психічного здоров'я та психологічного благополуччя, розвитку резиліентності й навичок саморегуляції, профілактики насильства, булінгу та кібербулінгу, а також тренінгові, психоедукаційні й арттерапевтичні форми роботи.

Водночас зміст і форми діяльності Психологічної служби у 2026/2027 навчальному році оновлюються відповідно до актуальних потреб учасників освітнього процесу, досвіду попереднього року та чинних нормативно-методичних рекомендацій.

I. Цілепокладаюча частина

Мета діяльності Психологічної служби

Метою діяльності Психологічної служби є психологічне забезпечення освітнього процесу, сприяння збереженню та зміцненню психічного здоров'я і психологічного благополуччя учасників освітнього процесу, створення психологічно безпечного та підтримувального освітнього середовища, а також надання доступної професійної психологічної підтримки в межах компетентності працівників Служби.

Діяльність Служби спрямована на психологічний супровід особистісного та соціального розвитку здобувачів освіти, їх адаптацію до умов навчання, розвиток психологічної стійкості (резиліентності), навичок саморегуляції та конструктивного подолання стресу, раннє виявлення психоемоційних труднощів і чинників ризику, реалізацію профілактичних, просвітницьких, корекційно-розвиткових заходів та своєчасне перенаправлення у випадках, що виходять за межі компетенції Психологічної служби.

Особлива увага приділяється психосоціальним потребам учасників освітнього процесу в умовах тривалого впливу війни та пов'язаних із нею кризових чинників, підтримці першокурсників у процесі адаптації, профілактиці насильства, булінгу (цькування), кібербулінгу та інших форм деструктивної взаємодії, формуванню культури психічного здоров'я та своєчасного звернення по допомогу.

Важливою особливістю діяльності Психологічної служби є робота в багатомовному та полікультурному освітньому середовищі, що передбачає забезпечення мовної доступності психологічної підтримки відповідно до потреб здобувачів освіти.

Професійним ресурсом Служби є різнопрофільність і додаткова фахова підготовка працівників. Наявність у команді фахівця, який має також кваліфікацію лікаря-психіатра та психотерапевта, сприяє професійній міждисциплінарній взаємодії та належній маршрутизації у випадках, що потребують спеціалізованої допомоги. Окремі працівники Служби мають додаткову метод-специфічну підготовку, зокрема у сфері арттерапевтичних підходів. Зазначені професійні ресурси використовуються виключно в межах законодавчо визначених повноважень і компетентності працівників Психологічної служби; психологічне забезпечення освітнього процесу не передбачає здійснення медичної діагностики.

Основні завдання Психологічної служби

- психологічне забезпечення освітнього процесу та психологічний супровід здобувачів освіти;
- сприяння збереженню і зміцненню психічного здоров'я та психологічного благополуччя учасників освітнього процесу;
- створення і підтримка психологічно безпечного, підтримувального та здоров'язберезувального освітнього середовища;
- сприяння ефективній адаптації студентів до умов освітнього процесу, з особливою увагою до студентів першого року навчання;
- вивчення психологічних потреб студентського середовища та чинників, що впливають на адаптацію, психологічне благополуччя й освітню діяльність;
- проведення психологічної діагностики та моніторингу в межах завдань психологічного забезпечення освітнього процесу із застосуванням професійно обґрунтованих методик;
- раннє виявлення психоемоційних труднощів, кризових станів і чинників ризику та своєчасне реагування в межах професійної компетентності;

- надання індивідуальної та групової консультативної допомоги учасникам освітнього процесу;
- реалізація профілактичних, просвітницьких і корекційно-розвиткових програм відповідно до психологічних потреб здобувачів освіти;
- розвиток резиліентності, емоційної компетентності, стресостійкості, навичок саморегуляції та конструктивного подолання складних життєвих ситуацій;
- формування навичок ненасильницької комунікації, конструктивного розв'язання конфліктів та відповідальної міжособистісної взаємодії;
- формування психологічної культури та відповідального ставлення до власного психічного здоров'я;
- забезпечення психологічної та психосоціальної підтримки з урахуванням впливу воєнної ситуації, тривалого стресу, невизначеності та інших кризових чинників;
- участь у профілактиці насильства, булінгу (цькування), кібербулінгу, мобінгу та інших форм деструктивної взаємодії;
- сприяння своєчасному перенаправленню осіб, потреби яких виходять за межі компетенції Психологічної служби, до відповідних фахівців або надавачів спеціалізованої допомоги;
- розвиток професійної міждисциплінарної та міжсекторної взаємодії у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки;
- забезпечення мовної доступності психологічної підтримки відповідно до потреб учасників освітнього процесу;
- систематичний професійний розвиток працівників Психологічної служби, підвищення кваліфікації та участь у доступних формах професійної супервізійної підтримки.

Основні види та напрями діяльності Психологічної служби

Психологічне консультування – індивідуальна та групова психологічна підтримка з питань адаптації, особистісного розвитку, стресу, емоційних труднощів, міжособистісних стосунків, конфліктів, прийняття рішень і саморегуляції.

Психологічна діагностика та моніторинг – вивчення психологічних потреб, ресурсів, адаптації та психологічного благополуччя з використанням професійно обґрунтованих методів без встановлення медичного чи психіатричного діагнозу.

Профілактична робота – системні превентивні заходи щодо стресу, дезадаптації, насильства, булінгу, кібербулінгу, залежної поведінки та інших ризиків.

Корекційно-розвиткова робота – заходи, спрямовані на розвиток особистісних ресурсів, навичок саморегуляції, стресостійкості, комунікації та адаптивних стратегій поведінки.

Психологічна просвіта та навчально-розвиткова діяльність – поширення науково обґрунтованих психологічних знань, проведення тренінгів, інтерактивних занять, «годин психолога», тематичних зустрічей і психоедукаційних програм.

Психологічна та психосоціальна підтримка у кризових ситуаціях – допомога в межах компетентності та, за потреби, належне перенаправлення до профільних фахівців чи служб.

Організаційно-методична та професійна робота – планування, звітність, розроблення матеріалів, аналіз результатів, підвищення кваліфікації, професійна взаємодія і супервізійна підтримка.

III. Змістова частина

План має орієнтовний характер. Терміни окремих заходів можуть уточнюватися відповідно до освітнього процесу, актуальних запитів учасників освітнього процесу та організаційних можливостей Університету.

№	Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група	Відмітка про виконання
1. ДІАГНОСТИЧНА ТА МОНІТОРИНГОВА РОБОТА				
1.1	Анкетування студентів першого року навчання з метою вивчення адаптації до університетського середовища та визначення актуальних потреб психологічної підтримки.	вересень– жовтень	студенти I курсу	
1.2	Вивчення особливостей адаптації студентів, які проживають у гуртожитку, та надання рекомендацій за результатами.	жовтень / за потреби	студенти, які проживають у гуртожитку	
1.3	Моніторинг психологічного благополуччя, стресового навантаження та актуальних потреб студентського середовища.	I та II семестри	студенти Університету	
1.4	Дослідження соціально-психологічного клімату, взаємодії та згуртованості студентських груп.	за запитом	студентські групи	
1.5	Індивідуальна психологічна діагностика за запитом із застосуванням професійно обґрунтованих методик відповідно до мети звернення та компетентності фахівця.	протягом року / за запитом	здобувачі освіти	
1.6	Вивчення навчальної мотивації, психологічної готовності до навчання, особистісних ресурсів та чинників, що можуть ускладнювати адаптацію.	за потреби	студенти Університету	
2. КОНСУЛЬТУВАННЯ ТА КРИЗОВА ПІДТРИМКА				
2.1	Індивідуальне психологічне консультування студентів з питань адаптації, стресу, емоційних труднощів, навчальної мотивації, міжособистісних стосунків, конфліктів, прийняття рішень і саморегуляції.	протягом року	студенти денної та заочної форм навчання	

№	Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група	Відмітка про виконання
2.2	Групові консультації та тематичні зустрічі за актуальними запитами (емоційна компетентність, емпатія, асертивність, комунікація, подолання стресу, конфлікти).	протягом року / за запитом	студентські групи	
2.3	Консультативна підтримка кураторів, викладачів і працівників гуртожитку з питань психологічного супроводу студентів та складних комунікативних ситуацій.	протягом року / за запитом	викладачі, куратори, працівники гуртожитку	
2.4	Консультування адміністрації з питань психологічного забезпечення освітнього процесу, адаптації студентів, психологічної безпеки та профілактичної роботи.	за запитом	адміністрація Університету	
2.5	Психологічна підтримка студентів, які проживають у гуртожитку, у питаннях адаптації до нових умов життя та міжособистісної взаємодії.	протягом року	студенти гуртожитку	
2.6	Робота з кризовими зверненнями та ознаками підвищеного ризику в межах професійної компетентності; за потреби – невідкладне інформування та перенаправлення до профільних фахівців/служб відповідно до законодавства і професійних алгоритмів.	за потреби	учасники освітнього процесу	
2.7	Консультативна взаємодія з батьками або законними представниками у випадках, коли вона має законні підстави, відповідає інтересам здобувача освіти та здійснюється з дотриманням конфіденційності.	за потреби	батьки / законні представники	
3. ПРОФІЛАКТИЧНА ТА КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИТКОВА РОБОТА				
3.1	Програма адаптації та стрес-менеджменту для першокурсників: інтерактивні заняття, знайомство з ресурсами підтримки, навички саморегуляції та звернення по допомогу.	02–04.09.2026	студенти I курсу	
3.2	Подальші адаптаційні та групозгуртувальні заняття для груп, у яких виявлено труднощі адаптації.	I семестр / за потреби	студенти I курсу	
3.3	Тренінги розвитку резиліентності, стресостійкості та навичок емоційної саморегуляції.	протягом року	студенти Університету	

№	Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група	Відмітка про виконання
3.4	Цикл ресурсних і розвиткових арттерапевтичних групових занять (5 зустрічей) у межах метод-специфічної компетентності фахівців.	22.09; 20.10; 03.11; 17.11; 08.12.2026	учасники освітнього процесу / сформована група	
3.5	Тренінги самопізнання, асертивності та впевненості у собі.	протягом року / за запитом	студенти Університету	
3.6	Тренінги ненасильницької комунікації та конструктивного розв'язання конфліктів.	I–II семестри	студенти Університету	
3.7	Тренінги ефективної комунікації, емпатії, соціальної перцепції, стереотипів і упереджень.	протягом року / за запитом	студенти Університету	
3.8	Заняття з професійної соціалізації та адаптації до студентського життя.	протягом року	студенти I курсу	
3.9	«Психологічний кіноклуб» – тематичні перегляди з подальшим груповим обговоренням і психологічним аналізом.	протягом року / за потреби	студенти Університету	
3.10	Ресурсні заняття та заходи з профілактики емоційного і професійного виснаження.	протягом року	викладачі та працівники Університету	
3.11	«Час розслабитися» – день психічного благополуччя: стрес-менеджмент, релаксаційні, ресурсні, арттерапевтичні та спільнотні активності.	01.04.2027	учасники освітнього процесу	
4. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОСВІТА ТА НАВЧАЛЬНО-РОЗВИТКОВА ДІЯЛЬНІСТЬ				
4.1	День психічного здоров'я в Університеті Ракоці: психоедукаційні, інтерактивні, творчі та тренінгові активності.	13.10.2026	студенти, викладачі, працівники	
4.2	Програма «Скажи “ні” шкільному насильству та мобінгу (цькуванню) на робочому місці!» – профілактичні та просвітницькі заходи.	10–12.11.2026	учасники освітнього процесу	
4.3	Профілактика булінгу та кібербулінгу, цифрова безпека, ненасильницька комунікація, інформування про алгоритми звернення по допомогу.	протягом року / тематичні заходи	студенти та працівники	
4.4	Студентська конференція «Адиктивні форми поведінки» – профілактика ризиків, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин та поведінковими залежностями.	23.04.2027	студенти Університету	

№	Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група	Відмітка про виконання
4.5	Регулярні «години психолога», інтерактивні заняття та психоедукаційні зустрічі за актуальною тематикою.	протягом року	студентські групи	
4.6	Підготовка й поширення інформаційних матеріалів з питань адаптації, психічного здоров'я, саморегуляції, стрес-менеджменту, безпечної поведінки та доступних ресурсів допомоги.	протягом року	учасники освітнього процесу	
5. МІЖДИСЦИПЛІНАРНА ВЗАЄМОДІЯ ТА ПЕРЕНАПРАВЛЕННЯ				
5.1	Професійна взаємодія з фахівцями у сфері психічного здоров'я, охорони здоров'я та соціальної підтримки з дотриманням розмежування професійних повноважень.	протягом року / за потреби	працівники Служби	
5.2	Сприяння перенаправленню осіб до відповідних фахівців або надавачів послуг у випадках, що виходять за межі компетенції Психологічної служби; підтримка зрозумілої маршрутизації допомоги.	за потреби	учасники освітнього процесу	
5.3	Внутрішня координація з кафедрами, кураторами, гуртожитками, студентським самоврядуванням та іншими структурними підрозділами Університету.	протягом року	структурні підрозділи Університету	
5.4	Партнерська взаємодія під час реалізації окремих психопрофілактичних, психоедукаційних та ресурсних програм, зокрема арттерапевтичного циклу.	відповідно до календаря заходів	партнерські організації	
5.5	Співпраця з психологами інших закладів освіти та професійними організаціями, обмін досвідом і методичними матеріалами.	протягом року	працівники Служби	
6. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА ТА ПРОФЕСІЙНА РОБОТА				
6.1	Розроблення, актуалізація та ведення річного плану роботи Психологічної служби на 2026/2027 навчальний рік.	серпень– вересень 2026	працівники Служби	
6.2	Підготовка річного звіту та аналітичне узагальнення результатів діяльності Служби.	червень 2027	працівники Служби	

№	Види та форми роботи	Термін проведення	Цільова група	Відмітка про виконання
6.3	Підготовка тренінгів, психоедукаційних і практичних занять; розроблення анкет, інформаційних матеріалів та методичних рекомендацій.	протягом року	працівники Служби	
6.4	Опрацювання й аналіз результатів психологічної діагностики та моніторингу з дотриманням конфіденційності і вимог захисту персональних даних.	протягом року	працівники Служби	
6.5	Участь у фахових семінарах, конференціях, тренінгах, програмах підвищення кваліфікації та інших формах професійного розвитку.	протягом року	працівники Служби	
6.6	Участь у доступних формах професійної супервізійної та інтервізійної підтримки, професійних обговореннях складних випадків із дотриманням конфіденційності.	протягом року / за можливості	працівники Служби	
6.7	Опрацювання сучасних наукових і методичних джерел, розширення професійного інструментарію та використання науково обґрунтованих підходів.	протягом року	працівники Служби	
6.8	Оновлення інформації про діяльність Психологічної служби та доступні форми допомоги на інформаційних ресурсах Університету.	протягом року	учасники освітнього процесу	
7. ПРОФЕСІЙНА КОМУНІКАЦІЯ ТА ВЗАЄМОДІЯ З УНІВЕРСИТЕТСЬКОЮ СПІЛЬНОТОЮ				
7.1	Вийзні або групові консультаційно-просвітницькі зустрічі в гуртожитках за запитом і потребою.	протягом року	студенти гуртожитків	
7.2	Співпраця з органами студентського самоврядування під час організації профілактичних і розвиткових заходів.	протягом року	студентське самоврядування	
7.3	Участь у міжкафедральних та загальноуніверситетських програмах, спрямованих на підтримку психічного здоров'я, адаптацію та безпеку освітнього середовища.	протягом року	університетська спільнота	
7.4	За окремим погодженим запитом – консультативно-просвітницька взаємодія з партнерськими освітніми закладами та установами.	за запитом	партнерські заклади / установи	

IV. Календар ключових запланованих заходів на 2026/2027 навчальний рік

Дата	Захід	Місце	Організатори	Час
02–04.09.2026	Програма адаптації та стрес-менеджменту для першокурсників	Ракоці Університет	Психологічна служба та кафедра	за розкладом
22.09.2026	Арттерапевтичне групове заняття (1)	Ракоці Університет	Психологічна служба спільно з ГО «Закарпатська угорська асоціація збереження психічного здоров'я»	17:00
13.10.2026	День психічного здоров'я в Університеті Ракоці	Ракоці Університет	кафедра та Психологічна служба	08:00–17:00
20.10.2026	Арттерапевтичне групове заняття (2)	Ракоці Університет	Психологічна служба спільно з ГО «Закарпатська угорська асоціація збереження психічного здоров'я»	17:00
03.11.2026	Арттерапевтичне групове заняття (3)	Ракоці Університет	Психологічна служба спільно з ГО «Закарпатська угорська асоціація збереження психічного здоров'я»	17:00
10–12.11.2026	«Скажи “ні” шкільному насильству та мобінгу (цькуванню) на робочому місці!»	Ракоці Університет	Психологічна служба та кафедра	15:10–16:50
17.11.2026	Арттерапевтичне групове заняття (4)	Ракоці Університет	Психологічна служба спільно з ГО «Закарпатська угорська асоціація збереження психічного здоров'я»	17:00
08.12.2026	Арттерапевтичне групове заняття (5)	Ракоці Університет	Психологічна служба спільно з ГО «Закарпатська угорська асоціація збереження психічного здоров'я»	17:00
01.04.2027	«Час розслабитися» – день психічного благополуччя	Ракоці Університет	кафедра та Психологічна служба	08:00–12:00
23.04.2027	Студентська конференція «Адиктивні форми поведінки»	Ракоці Університет	кафедра та Психологічна служба	08:00–11:10

V. Орієнтовна тематика психологічних тренінгів та інтерактивних занять

- Адаптація та психологічна стійкість першокурсників.
- Згуртування студентської групи та формування підтримувального середовища.
- Резилієнтність у складних життєвих обставинах.
- Стрес-менеджмент: навички саморегуляції та відновлення.
- Емоційна компетентність та емоційна саморегуляція.
- Впевненість у собі та асертивна поведінка.
- Ефективна міжособистісна взаємодія.
- Емпатія та підтримувальна комунікація.
- Ненасильницька комунікація та конструктивне розв'язання конфліктів.
- Механізми виникнення та прояву агресії.
- Соціальні стереотипи та упередження у сприйманні іншої людини.
- Профілактика булінгу, кібербулінгу, насильства та мобінгу.
- Безпечна поведінка та психологічне благополуччя у цифровому середовищі.
- Психологічні ресурси особистості в умовах тривалої кризи.
- Психологічна самопоміа після стресових і травмувальних подій.
- Професійна соціалізація та адаптація до студентського життя.
- Профілактика емоційного та професійного виснаження для викладачів і працівників.
- Ресурсні та розвиткові арттерапевтичні групові заняття в межах професійної та метод-специфічної компетентності фахівців.
- «Психологічний кіноклуб» – тематичний перегляд із подальшим груповим обговоренням та психологічним аналізом.
- Психічне здоров'я: як розпізнати потребу в допомозі та куди звернутися.

Тематика та формат окремих занять можуть уточнюватися відповідно до актуальних потреб студентських груп, запитів структурних підрозділів, результатів моніторингу та календаря освітнього процесу. Усі психологічні заходи проводяться з дотриманням принципів добровільності, конфіденційності, етичних стандартів, доказовості та меж професійної компетентності.

м. Берегове, вересень 2026 року

Склала:

Бергауер-Олас Емьоке Ласлівна, доктор філософії з галузі соціальних та поведінкових наук, практичний психолог, арттерапевт, доцент кафедри педагогіки, психології, початкової, дошкільної освіти та управління закладом освіти Закарпатського угорського університету імені Ференца Ракоці II.