РІЧНИЙ ЗВІТ

роботи практичного психолога

Київського фахового коледжу туризму та готельного господарства

за 2025–2026 навчальний рік

1. Загальна характеристика роботи

Упродовж 2025–2026 навчального року діяльність практичного психолога Київського фахового коледжу туризму та готельного господарства здійснювалася відповідно до затвердженого річного плану роботи та була спрямована на психологічне забезпечення освітнього процесу, збереження і зміцнення психічного здоров'я його учасників, створення безпечного, підтримувального та психологічно комфортного освітнього середовища.

Основною метою роботи було забезпечення психологічного та соціального благополуччя учасників освітнього процесу, надання психологічної підтримки здобувачам освіти, педагогічним працівникам і батькам, сприяння адаптації студентської молоді до освітнього середовища, розвиток психологічної стійкості, емоційної грамотності, навичок саморегуляції, конструктивної комунікації та відповідальної поведінки.

Особлива увага впродовж навчального року приділялася психологічній підтримці учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану, роботі з наслідками тривалого стресу, психологічних та освітніх втрат, питанням адаптації здобувачів освіти, у тому числі внутрішньо переміщених осіб та студентів із родин ветеранів, а також профілактиці ризикованої та деструктивної поведінки.

Робота здійснювалася за такими основними напрямами:

- організаційно-методична робота;
- психодіагностична робота;
- профілактична діяльність;
- корекційно-розвиткова робота;
- консультативна діяльність;
- навчальна діяльність;
- психологічна просвіта;

- взаємодія з учасниками освітнього процесу та іншими суб’єктами соціального середовища;
- професійний розвиток і самоосвіта практичного психолога.

2. Організаційно-методична робота

Організаційно-методична діяльність упродовж 2025–2026 навчального року була спрямована на планування, організацію та методичне забезпечення роботи.

На початку навчального року було підготовлено робоче місце практичного психолога, здійснено планування діяльності на 2025–2026 навчальний рік, визначено основні напрями, завдання, форми та терміни роботи відповідно до актуальних потреб учасників освітнього процесу.

Практичний психолог брав участь у роботі педагогічної та методичної рад коледжу, засіданнях циклових комісій, нарадах керівників академічних груп, батьківських зборах та інших організаційно-методичних заходах.

Протягом навчального року здійснювалася розробка та систематизація методичних і просвітницьких матеріалів: рекомендацій, пам’яток, інформаційних матеріалів, програм тренінгових занять, матеріалів для консультацій, профілактичних заходів та інших форм психологічної роботи.

Значна увага приділялася підготовці матеріалів для сторінки психологічної служби на офіційному сайті коледжу. Інформаційні матеріали охоплювали актуальні питання психічного здоров’я, психологічної підтримки в умовах війни, профілактики насильства, булінгу, ризикованої поведінки, торгівлі людьми, суїцидальної поведінки, адиктивної поведінки, стресостійкості, психогігієни, безпечної поведінки в інформаційному середовищі та культури звернення по професійну психологічну допомогу. У межах професійного розвитку здійснювалася систематична робота з психолого-педагогічною та методичною літературою, участь у професійних заходах, семінарах, конференціях, тренінгах і методичних об’єднаннях психологів.

3. Психодіагностична робота

Психодіагностична діяльність у 2025–2026 навчальному році проводилася відповідно до річного плану та була спрямована на вивчення особливостей

адаптації здобувачів освіти, їхнього психоемоційного стану, окремих психологічних труднощів і потреб у психологічній підтримці.

Одним із пріоритетних напрямів на початку навчального року стала робота зі здобувачами освіти нового набору. Було проведено тренінгові вправи на згуртування групи майже у всіх групах нового набору 2025 року. Було проведено психодіагностичне обстеження, спрямоване на визначення особливостей адаптації першокурсників до нових умов навчання та освітнього середовища коледжу. Підготовлено і розміщено на сайті коледжу звіт результатів соціально-психологічного дослідження процесу адаптації студентів нового набору 2025 року.

Проведено консиліум щодо адаптації груп нового набору за участю заступника директора з виховної роботи, практичного психолога, класних керівників та голови методичної комісії класних керівників перших курсів, медичного працівника. Отримана в процесі роботи інформація використовувалася для визначення загальних напрямів психологічної підтримки та організації подальшої роботи зі здобувачами освіти.

За запитами проводилося оцінювання рівня стресу, особливостей комунікативної сфери, самооцінки, стресостійкості та навчальної мотивації.

Проводилася поглиблена психодіагностична робота зі здобувачами освіти, які потребували додаткової психологічної уваги. Відповідно до плану застосовувалися методики, спрямовані на вивчення проявів агресивності, тривожності, мотиваційної сфери та інших психологічних характеристик, необхідних для визначення подальших напрямів психологічного супроводу.

Упродовж навчального року також проведено опитування з питань булінгу та насильства серед здобувачів освіти 1–4 курсів. Підготовлено і розміщено на сайті коледжу звіт результатів щодо попередження та протидії булінгу.

Проведено педагогічний консиліум щодо попередження та протидії булінгу в Київському фаховому коледжі туризму та готельного господарства за участю заступника директора з виховної роботи, практичного психолога, голів методичних комісій класних керівників 1-4-х курсів, класних керівників груп.

Отримана в процесі роботи інформація використовувалася для визначення подальшої роботи зі здобувачами освіти.

Окремий напрям діагностичної діяльності становила робота з педагогічними та науково-педагогічними працівниками, зокрема проведення психологічного оцінювання, пов’язаного із захистом психологічного здоров’я та емоційною стійкістю. Підготовлено і розміщено на сайті коледжу звіт результатів оцінки рівня емоційної стійкості педагогічних, науково-педагогічних працівників КТГГ.

Під час днів відкритих дверей проводилася профорієнтаційна діагностична робота зі вступниками за графіком — тестування щодо визначення типу майбутньої професії та надання відповідних рекомендацій за 23.10.2025, 27.11.2025, 19.12.2025; 26.02.2026; 19.03.2026; 30.04.2026; 14.05.2026; 04.06.2026. Тест «Визначення типу майбутньої професії» та написання кожному вступнику рекомендацій за результатами тестування. Написано 120 рекомендацій вступникам.

4. Профілактична робота

Профілактична діяльність у 2025–2026 навчальному році мала системний характер та охоплювала питання безпечного освітнього середовища, психічного здоров’я, профілактики насильства, булінгу, ризикованої та адиктивної поведінки, суїцидальних ризиків, торгівлі людьми, негативних інформаційних впливів та інших актуальних проблем студентської молоді.

Профілактика булінгу та кібербулінгу

У вересні–жовтні проведено профілактичну роботу з питань булінгу та кібербулінгу. Зі здобувачами освіти та педагогічними працівниками проводилися бесіди, спрямовані на підвищення рівня обізнаності щодо проявів булінгу, кібербулінгу, способів реагування та можливостей отримання допомоги.

Профілактика насильства та дискримінації

Проведено інформаційно-профілактичну роботу щодо запобігання насильству, дискримінації та іншим негативним явищам в освітньому

середовищі. Підготовлено та розміщено інформаційні матеріали для учасників освітнього процесу.

Профілактика торгівлі людьми

Упродовж навчального року здійснювалася інформаційно-просвітницька робота щодо протидії торгівлі людьми. Підготовлено матеріали про основні ризики, ознаки небезпечних ситуацій, правила безпечної поведінки та можливості звернення по допомогу.

Всеукраїнська акція «16 днів проти насильства»

У листопаді–грудні проведено комплекс інформаційно-просвітницьких заходів у межах щорічної акції **«16 днів проти насильства»**.

Для учасників освітнього процесу було підготовлено тематичні матеріали та відеоматеріали, присвячені запобіганню насильству, захисту прав людини, протидії експлуатації та формуванню ненасильницької моделі поведінки. Окрему увагу приділено психоедукації щодо домашнього насильства: його видів, ознак та алгоритмів звернення по допомогу.

Профілактика адиктивної та ризикованої поведінки

Проведено профілактичну та просвітницьку роботу щодо попередження вживання алкоголю, наркотичних та інших психоактивних речовин, формування відповідального ставлення до власного здоров’я та профілактики шкідливих звичок.

У травні відповідно до плану розміщено профілактичні матеріали, за тематикою здорового способу життя і профілактики шкідливих звичок.

Профілактика суїцидальної та самоушкоджувальної поведінки

Упродовж навчального року проводилася інформаційно-просвітницька робота, спрямована на підвищення обізнаності учасників освітнього процесу щодо ознак психологічного неблагополуччя, кризових станів, важливості своєчасного звернення по професійну допомогу та безпечної підтримки людини, яка перебуває у кризовому стані.

У березні підготовлено інформаційні публікації з профілактики суїцидальної поведінки серед здобувачів освіти та попередження негативних

проявів поведінки. Відповідні профілактичні матеріали також систематично розміщувалися на сайті коледжу.

Психологічна стійкість та профілактика емоційного вигорання

Для педагогічних і науково-педагогічних працівників проведено тематичну роботу, спрямовану на розвиток навичок стресостійкості, саморегуляції, збереження психологічного ресурсу та профілактику емоційного вигорання.

5. Корекційно-розвиткова робота

Корекційно-розвиткова робота здійснювалася протягом навчального року відповідно до звернень та визначених психологічних потреб здобувачів освіти.

Проводилися індивідуальні та групові заняття, спрямовані на стабілізацію емоційного стану, розвиток навичок саморегуляції, конструктивного подолання стресу, зниження емоційного напруження та формування адаптивних способів реагування на складні життєві й навчальні ситуації.

Окрему увагу приділено здобувачам освіти, які мали труднощі у соціалізації та взаємодії з однолітками, а також внутрішньо переміщеним здобувачам освіти, для яких зміна місця проживання та освітнього середовища могла створювати додаткове адаптаційне навантаження.

Проводилися тренінги та тренінгові вправи, спрямовані на розвиток навичок ефективної комунікації, конструктивної взаємодії з іншими людьми та адаптації в соціальних групах.

6. Консультативна робота

Консультативна діяльність здійснювалася протягом навчального року за зверненнями здобувачів освіти, педагогічних працівників та батьків, а також за результатами психодіагностичної роботи.

Основними питаннями звернень були:

- труднощі адаптації до навчання та освітнього середовища;
- емоційне напруження, тривога та стрес;
- труднощі у навчанні;
- міжособистісні взаємини;
- конфліктні ситуації;

- труднощі соціалізації;
- підтримка у кризових ситуаціях;
- питання дитячо-батьківських взаємин;
- психологічна підтримка в умовах війни;
- питання булінгу, насильства та дискримінації;
- психологічна компетентність та професійне благополуччя педагогічних працівників.

Консультативна робота за необхідності здійснювалася у взаємодії з педагогами, адміністрацією закладу освіти та іншими фахівцями відповідно до потреб конкретної ситуації.

7. Навчальна та просвітницька діяльність

Протягом 2025–2026 навчального року здійснювалася системна психологічна просвіта учасників освітнього процесу.

Проводилися інтерактивні та тренінгові заняття, бесіди, інформаційні заходи, готувалися пам’ятки, рекомендації, презентації та матеріали для офіційного сайту коледжу. «Як швидко заспокоїтися та зосередитися на роботі після повітряної тривоги»; «Вправи для заспокоєння» з матеріалів посібника «Аптечка психологічної самодопомоги» з Всеукраїнської програми ментального здоров’я «Ти як?» за ініціативою Олени Зеленської; Психічне здоров’я дітей: що мають знати батьки. Як помітити тривожні сигнали; «Сексуальні домагання в кіберпросторі». Як розпізнати, уникнути та захистити себе. Як уникнути таких ситуацій?»; До Кампанії 16 днів проти насильства; «Як підтримувати себе, своїх рідних, друзів, - у складних ситуаціях?»тощо.

Просвітницька робота охоплювала питання:

- збереження психічного здоров’я;
- психологічної підтримки в умовах війни;
- психогігієни;
- розвитку стресостійкості та емоційної грамотності;
- саморегуляції та самопідтримки;
- профілактики булінгу і насильства;
- безпечної поведінки в інтернеті;

- медіаграмотності;
- профілактики ризикованої поведінки;
- протидії інформаційно-психологічному впливу та ризикам вербування дітей і молоді;
- формування позитивного ставлення до професійної психологічної допомоги;
- реагування на виклики війни, евакуацію, втрату, травматичний досвід та адаптацію до нових умов життя.

Окремо здійснювалася інформаційна робота для педагогічних працівників щодо методів психологічної підтримки учасників освітнього процесу в кризових умовах та профілактики професійного вигорання.

Для здобувачів освіти проводилися розвивальні й тренінгові заходи з розвитку емоційного інтелекту, стресостійкості, саморегуляції, ефективної комунікації та навичок конструктивного розв'язання конфліктів. У червні проведено інформаційно-психологічну роботу з підготовки здобувачів освіти до іспитів, зокрема щодо психологічних аспектів підготовки, організації діяльності та зниження надмірного емоційного напруження.

8. Психологічний гурток «Сходинки до свого "Я"»

Упродовж 2025–2026 навчального року продовжено роботу психологічного гуртка **«Сходинки до свого "Я"».** Було проведено тренінгові заняття на теми: «Знайомство з собою та іншими. Я – особистість»; «Самооцінка: кроки до впевненості в собі»; «Стрес і я: як залишатися в ресурсі»; «Конфлікти без агресії: конструктивні стратегії»; «Як підтримувати себе, своїх рідних, друзів, … у складних ситуаціях?»; «Мої цінності та життєві пріоритети»; «Емоційний інтелект: вчуся керувати емоціями»; «Мистецтво спілкування: слухати й бути почутим»; «Життєстійкість: як бути сильним у будь-яких обставинах»; «Командна робота і лідерство».

Заняття гуртка були спрямовані на психологічний розвиток здобувачів освіти, поглиблення самопізнання, формування навичок усвідомлення власних емоцій і потреб, розвиток комунікативних умінь, психологічної стійкості,

відповідального ставлення до власних рішень та конструктивної взаємодії з іншими.

9. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах війни

Одним із наскрізних напрямів роботи практичного психолога у 2025–2026 навчальному році залишалася психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану.

Робота була спрямована на підтримку психологічної стійкості, сприяння адаптації до змінених умов життя і навчання, формування навичок саморегуляції та самопідтримки, зниження негативного впливу тривалого стресу та підвищення культури своєчасного звернення по психологічну допомогу.

Особлива увага приділялася здобувачам освіти, які пережили евакуацію, вимушене переміщення, втрати, інші кризові або травматичні події, а також студентам із родин ветеранів.

Для учасників освітнього процесу готувалися та поширювалися рекомендації щодо зниження впливу стресу, відновлення психологічного ресурсу, збереження психічного здоров’я під час війни, реагування на кризові ситуації, втрати, евакуацію та адаптацію до нових умов життя.

Психологічна підтримка здійснювалася у формі індивідуальних і групових консультацій, інформаційно-просвітницької роботи, годин психолога, тренінгових та розвивальних занять, рекомендацій і матеріалів для самодопомоги.

10. Робота з педагогічними працівниками та батьками

Упродовж навчального року здійснювалася системна взаємодія з педагогічними працівниками та батьками здобувачів освіти.

Для педагогів проводилися виступи, консультації, тематичні зустрічі та інформаційно-просвітницькі заходи з питань психічного здоров’я здобувачів освіти, адаптації, емоційної підтримки, психологічної допомоги в умовах кризових ситуацій, стресостійкості та профілактики професійного вигорання.

Практичний психолог брав участь у педагогічних і методичних радах, методичних комісіях класних керівників та інших формах внутрішньої взаємодії педагогічного колективу.

Робота з батьками здійснювалася через індивідуальні консультації, виступи на батьківських зборах та інформаційно-просвітницьку діяльність. Основна увага приділялася питанням адаптації здобувачів освіти, психічного здоров'я, підтримки підлітків і молоді, дитячо-батьківських взаємин, безпечної поведінки та своєчасного звернення по психологічну допомогу.

11. Взаємодія з громадськістю та іншими суб'єктами

У межах професійної діяльності забезпечувалася взаємодія психологічної служби з адміністрацією коледжу, педагогічним колективом, батьківською спільнотою та іншими суб'єктами освітнього і соціального середовища.

За необхідності здійснювалася співпраця із соціальними службами, медичними працівниками, службами у справах дітей, інклюзивно-ресурсними центрами, правоохоронними органами та іншими установами з метою забезпечення комплексної підтримки здобувачів освіти.

Також підтримувалася професійна взаємодія з психологами та соціальними працівниками інших закладів освіти, спрямована на обмін досвідом та вдосконалення форм і методів психологічної роботи. / Інтерактивна групаЛариси Рибик «Терапіч горя»; Практичні психологи закладів фахової передвищої освіти (ЗФПО) Ірина Лепеха, Ірина Степанова.

Відбувалася тісна співпраця з проєктом ТатоХаб щодо проведення тренінгів сертифікованими практикуючими експертами Фонду ООН у галузі народонаселення в Україні з багатолітнім досвідом на безоплатній основі. Організовані та проведені зустрічі зі здобувачами освіти КТГГ: 26 лютого з тренеркою проєкту ТатоХаб Ольгою Сербіною на тему: Ментальне здоров'я та стрес: як зберігати рівновагу в неспокійні часи;13 березня з тренером проєкту ТатоХаб Василем Купцовим, на тему: «Асертивність – як відстоювати свої кордони, поважаючи інших»; 8 квітня з тренером проєкту ТатоХаб Олексієм Карачинським психотерапевтом, військовим психологом, PhD на тему: «Асертивність: як відстоювати свої кордони, поважаючи інших»; 28 квітня з

тренеркою проєкту ТатоХаб Ольгою Сербовою та здобувачами освіти відділення ТіГО на тему: «Асертивність - це стиль спілкування, при якому людина впевнено і чесно відстоює свої думки, почуття та кордони, водночас поважаючи права й кордони інших»; 30 квітня 2026 з тренером проєкту ТатоХаб Олексієм Карачинським психотерапевтом, військовим психологом, PhD на тему: «Гострі емоційні стани під час екстремальних ситуацій».

12. Професійний розвиток і самоосвіта

Упродовж навчального року практичний психолог систематично здійснював професійну самоосвіту, опрацьовував психолого-педагогічну та методичну літературу, актуальні нормативно-правові й методичні матеріали.

Здійснювалося підвищення професійної компетентності шляхом участі у семінарах, конференціях, тренінгах, методичних об’єднаннях психологів та інших професійних заходах.

З метою підвищення професійного рівня і розвитку творчого потенціалу брала участь у: онлайн-семінарі “Психологічна підтримка як інструмент захисту від булінгу, насильства та небезпечної поведінки” НМЦ вищої та фахової передвищої освіти - жовтень 2025; Другому форумі практичних психологів закладів освіти «Ментальна варта: психосоціальна підтримка в системі освіти Києва» в авторській студії, експертки Їзраїльської коаліції по роботі з травмою, практикуючою психологинею, директоркою Міського Центру дитини Ресурси психологічної стійкості. Самодопомога та допомога оточуючим - 16.10.2025; навчаннях за програмою «Підтримка та допомога дитині та класу у переживанні процесу горя в школі – Підтримка школи». Ізраільська каоліція з питань травм в Київському центрі стресостійкості тренерка Тетяна Мельничук, кандидатка психологічних наук, провідна наукова співробітниця Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, психологиня, експертка ІТС - 15.12.2025 і 16.12.2025; навчаннях з психологічної першої допомоги, самодопомоги та пом'якшення вигорання для освітніх установ, створений на основі програми ізраїльських фахівців, який проводила психологиня Ярослава Попович у Київському центрі стресостійкості - січень 2026; циклі практичних майстер-класів «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу: від

апробованого кейса до генерації психоедукаційного контенту за допомогою ШІ» НМЦ вищої та фахової передвищої освіти - 07, 14, 21 квітня 2026; форумі практичних психологів закладів освіти «Ментальна варта: Київ.UA - 2026» Студія «Бути в ресурсі як зберігати енергію та внутрішню опору» - 23 квітня 2026; тренінгу “Коли ресурси на нулі: що таке вигорання і як йому протистояти?” в рамках проєкту Психологічної служби КДПЮ “Психоедукація для освітян” - 26 травня 2026; Циклі вебінарів за результатами Всеукраїнського конкурсу «Педагогічний ОСКАР – 2026» «Школа педагогічної майстерності» - травень 2026.

Отримані знання та методичні матеріали використовувалися для вдосконалення консультативної, просвітницької, профілактичної, діагностичної та корекційно-розвиткової роботи.

13. Аналіз виконання річного плану

За результатами роботи у 2025–2026 навчальному році можна констатувати, що діяльність практичного психолога здійснювалася відповідно до визначених річним планом напрямів та охоплювала основні психологічні потреби учасників освітнього процесу.

Проведена робота сприяла підтриманню безпечного та психологічно сприятливого освітнього середовища, підвищенню психологічної обізнаності учасників освітнього процесу та забезпеченню доступності психологічної підтримки в коледжі.

У наступному навчальному році практичний психолог продовжить системну роботу щодо збереження психічного здоров’я та психологічної стійкості учасників освітнього процесу, психологічної підтримки в умовах війни, адаптації здобувачів освіти нового набору, профілактики булінгу, насильства, адиктивної та ризикованої поведінки, формування навичок безпечної поведінки в цифровому середовищі, підтримки педагогічних працівників та розвитку культури своєчасного звернення по психологічну допомогу.