

**КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
ЛІНГВІСТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



**ФАКУЛЬТЕТ**  
**туризму, бізнесу і психології**



**Кафедра психології і туризму**

**СИЛАБУС**

**вибіркової навчальної дисципліни**

**«Психологічний комфорт подорожі»**

**спеціальність 242 Туризм і рекреація**

**освітня програма**  
**Туристичне обслуговування**

|                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Рівень вищої освіти</b>                                             | перший (бакалаврський)                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Кафедра</b>                                                         | психології і туризму                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Факультет</b>                                                       | туризму, бізнесу і психології                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Викладач</b>                                                        |  Зінченко<br>Віктор Анатолійович,<br>кандидат історичних наук,<br>доцент кафедри психології і<br>туризму                                                  |
| <b>Статус дисципліни</b>                                               | вибіркова дисципліна професійної і практичної<br>підготовки                                                                                                                                                                                  |
| <b>Курс, семестр</b>                                                   | II курс, IV семестр                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Обсяг дисципліни у кредитах ЄКТС /<br/>загальна кількість годин</b> | 3 кредити ЄКТС / 90 годин                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Мова викладання</b>                                                 | українська                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Коротка анотація дисципліни<br/>(Що я вивчатиму?)</b>               | У межах дисципліни студенти вивчатимуть психологічні аспекти, що впливають на комфорт і задоволення під час подорожей. Основна увага приділяється розумінню факторів, які формують емоційний та психологічний стан туристів, а також методам |

|                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                               | підтримки їхнього благополуччя.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Мета вивчення дисципліни</b><br><i>(Чому це цікаво й потрібно вивчати?)</i>                | Метою навчальної дисципліни є формування у студентів теоретичних знань і практичних навичок, необхідних для розуміння та забезпечення психологічного комфорту туристів під час подорожей, що сприятиме підвищенню їх задоволеності, безпеки та загального емоційного благополуччя.                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Результати навчання</b><br><i>(Чому я навчуся на цій дисципліні?)</i>                      | У ході вивчення дисципліни студенти навчатимуться: <ul style="list-style-type: none"> <li>- аналізувати психологічні потреби та очікування туристів у процесі подорожі;</li> <li>- розпізнавати основні стресові фактори та конфлікти, що можуть виникати під час подорожі, і ефективно їх долати;</li> <li>- враховувати міжкультурні особливості та адаптувати підхід до різних категорій туристів;</li> <li>- оцінювати рівень психологічного комфорту туристів та збирати зворотний зв'язок для покращення сервісу.</li> </ul>                               |
| <b>Компетентності</b><br><i>(Яку сукупну користь я отримаю від вивчення цієї дисципліни?)</i> | Вивчення дисципліни дозволить студентам сформувати: <ul style="list-style-type: none"> <li>- системне розуміння психологічних аспектів комфорту в туристичних подорожах;</li> <li>- навички аналізу психологічних потреб різних категорій туристів;</li> <li>- здатність ідентифікувати та ефективно управляти стресовими ситуаціями під час подорожі;</li> <li>- уміння застосовувати психологічні методи підтримки та релаксації для туристів;</li> <li>- здатність оцінювати та покращувати рівень психологічного комфорту у туристичних послугах.</li> </ul> |
| <b>Види занять і їхній розподіл за годинами</b>                                               | Лекції – 14 годин, семінарські заняття – 16 годин.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Тематика (змістові модулі) навчальної дисципліни</b>                                       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття психологічного комфорту та його роль у туризмі.</li> <li>2. Психологічні потреби та очікування туристів у процесі подорожі.</li> <li>3. Стреси і конфлікти під час подорожі: причини, прояви та способи подолання.</li> <li>4. Вплив міжкультурних відмінностей на психологічний комфорт.</li> <li>5. Психологічна адаптація до нових умов і середовищ.</li> <li>6. Методи підвищення психологічного комфорту туристів (техніки релаксації, мотиваційні стратегії, підтримка).</li> </ol>                      |

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                           | 7. Роль туроператорів, гідів та інших фахівців у забезпеченні психологічного комфорту.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Політика оцінювання (розподіл балів і критерії)</b>    | <p>Семестровий рейтинговий бал є сумою рейтингового бала за аудиторну та самостійну роботу протягом семестру (максимум 50 балів) і бала за МКР (максимум 50 балів). Максимальний рейтинговий бал становить 100 балів.</p> <p>Студенти, які мають семестровий рейтинговий бал з дисципліни 60 і вище, отримують оцінку «зараховано» і відповідну оцінку в шкалі ЄКТС без складання заліку. Студенти, які мають семестровий рейтинговий бал з дисципліни 59 і нижче, складають залік і в разі успішного складання отримують оцінку «зараховано» в національній шкалі, а в шкалі ЄКТС – «Е» та бал 60.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Пререквізити (передумови вивчення дисципліни)</b>      | Для ефективного засвоєння матеріалу дисципліни «Психологічний комфорт подорожі» студентам необхідно мати базові знання з таких дисциплін: Основи туризмознавства; Основи психології.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Навчально-методичне й інформаційне забезпечення</b>    | <p>Калініченко, О. О., &amp; Деньгіна, І. С. (2017). Туризм як засіб корекції психоемоційного стану учасників АТО. <i>Вісник Київського національного торговельно-економічного університету</i>, (4), 120–126.<br/> <a href="https://knute.edu.ua/file/MjIxBw==/7b5590f55477bc3a88cdeb9e00622f7f.pdf">https://knute.edu.ua/file/MjIxBw==/7b5590f55477bc3a88cdeb9e00622f7f.pdf</a></p> <p>Крупський, О. П., Шевяков, О. В., Ярошкевич, О. М., &amp; Євдокимова, Н. О. (2015). <i>Психологія туризму: навчальний посібник</i>.<br/> <a href="https://philpapers.org/archive/KRU-3.pdf">https://philpapers.org/archive/KRU-3.pdf</a></p> <p>Мілютіна, К. Л., &amp; Пащенко, С. Ю. (2022). <i>Психологія дозвілля та рекреації: навчальний посібник</i>.<br/> <a href="https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi79/0058847.pdf">https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi79/0058847.pdf</a></p> <p>Омельченко, Н. В., &amp; Кучер, О. М. (2022). Можливості поєднання туризму та психології для відновлення психологічного здоров'я громадян України. <i>Електронне наукове фахове видання «Економіка і суспільство»</i>, (43), 143–148.<br/> <a href="https://ir.kneu.edu.ua/bitstreams/2409adbe-aa0b-439a-9854-5735428b28d1/download">https://ir.kneu.edu.ua/bitstreams/2409adbe-aa0b-439a-9854-5735428b28d1/download</a></p> |
| <b>Форми і способи поточного та семестрового контролю</b> | Семінарські заняття передбачають усне опитування, виконання письмових практичних                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>завдань, захист індивідуальних і групових завдань / проєктів. Самостійна робота включає вивчення теоретичних питань, виконання індивідуальних завдань з метою закріплення теоретичного матеріалу.</p> <p>Наприкінці семестру виконується модульна контрольна робота.</p> <p>Підсумкова форма контролю – залік в усній формі.</p> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Затверджено** на засіданні кафедри психології і туризму

протокол № 12 від «10» квітня 2025 р.

Завідувач кафедри



Олександр БОНДАРЕНКО