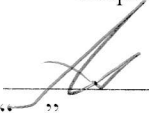


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Медичний інститут
Кафедра психології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор
Іщенко Н.М.


“ ” 2019 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ

Спеціальність 053 «Психологія»

Розробник

Амплеєва О. М.



В.о. завідувача кафедри розробника

Каневський В. І.




В.о. завідувача кафедри спеціальності

Каневський В. І.



Гарант освітньої програми

Каневський В. І.



Директор інституту

Грищенко Г. В.



Директор НН ІПО

Норд Г. Л.



В. о. начальник НМВ

Калініченко В.І.



1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Психологія кризових станів	
Галузь знань	05 – Соціальні та поведінкові науки	
Спеціальність	053 – Психологія	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Психологія	
Рівень вищої освіти	Другий (магістерський)	
Статус дисципліни	Вибіркова	
Курс навчання	6	
Навчальний рік	2019-2020	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	11	16, 17
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	5 кредитів / 150 годин	
Структура курсу: лекції семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	30 год. лекцій	8 год. лекцій
	30 год. семінарські заняття	8 год. семінарські заняття
	90 год. самостійної роботи студентів	134 год. самост. роботи студентів
Відсоток аудиторного навантаження	40%	11%
Мова викладання	українська	
Форма підсумкового контролю	іспит	

2. Мета й завдання навчальної дисципліни

Мета курсу: вивчення теоретичних підходів до визначення терміну криза та екстремальність як психологічного феномена, основних психологічних складових кризової та екстремальної ситуації, а також методів роботи з людьми, що пережили кризу або екстремальну ситуацію.

Завдання:

- ознайомлення з основними теоретичними конструктами психології кризових станів та екстремальних ситуацій;
- формування у студентів навичок і знань, що допоможуть в майбутньому консультуванні і наданні психологічної допомоги особам, що пережили травматичні ситуації;
- забезпечення тісного взаємозв'язку теоретичного та практичного курсів навчання;
- сприяння формуванню у студентів цілісного уявлення про психологію кризових станів, етапи її зародження та розвитку і т.д.;
- розширення світоглядного і професійного горизонту в результаті ознайомлення з особливостями психології кризових станів;
- свідомого самоконтролю та саморегуляції власних психічних станів та поведінки.

Основні вимоги до рівня засвоєння змісту курсу: студенти повинні знати теоретичний і практичний матеріал дисципліни, мати чітке уявлення про умови й передумови її виникнення; а також уміти користуватися базовими поняттями дисципліни для практичних цілей, бачити можливості застосування даних понять в основних сферах життя.

Отже, у результаті вивчення дисципліни «**Психологія кризових станів**» студент повинен **знати:**

- предмет і методологію дисципліни, місце дисципліни серед інших наук, структуру психології кризових станів;
- основні поняття психології кризових станів;

- теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів, види, рівні реакцій на травматичну ситуацію;
- принципи та підходи, на яких мають ґрунтуватись психологічна діагностика, консультування, психологічна допомога і корекція осіб, що пережили кризові та екстремальні ситуації;
- сутність основних психологічних проблем, з якими зіткається психолог у роботі з особами, що пережили кризові або екстремальні ситуації та шляхи їх розв'язання.

уміти:

- здійснювати первинну психологічну діагностику в осіб, після впливу екстремальних умов;
- встановлювати емпатичний і довірчий контакт, здійснювати підтримку інших людей;
- застосовувати психологічні знання в професійній роботі;
- орієнтуватись в спектрі проблем, що виникають внаслідок кризових та екстремальних ситуацій;
- обстежувати та надавати психологічні консультації особам, що пережили кризові або екстремальні ситуації.

володіти:

- навичками аналізу своєї діяльності й умінням застосовувати методи емоційної та когнітивної регуляції (для оптимізації) стану і життєдіяльності осіб, які постраждали внаслідок настання кризових та екстремальних ситуацій, а також регуляції власної діяльності і психічного стану психолога.

Міждисциплінарні зв'язки. Пропонований курс у плані змісту взаємопов'язаний із соціальною психологією, психологією особистості, конфліктологією, екстремальною психологією, психодіагностикою, сучасними напрямками практичної психології (НЛП-технології).

Програмні компетенції

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1 Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК2 Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності.

ЗК3 Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності психолога.

Фахові компетентності спеціальності (ФК):

ФК1 Знання основних термінів й понять психології кризових станів.

ФК13 Здатність встановлювати емпатичний і довірчий контакт, здійснювати підтримку інших людей та володіти навичками аналізу своєї діяльності й умінням застосовувати методи емоційної та когнітивної регуляції (для оптимізації) стану і життєдіяльності осіб, які постраждали внаслідок настання кризових та екстремальних ситуацій, а також регуляції власної діяльності і психічного стану психолога.

3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (семінарські, лабораторні, півгрупові)	Самостійна робота
1	Місце кризової психології у системі психологічних знань	2	2	6
2	Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості	2	2	6
3	Вплив кризового стану суспільства на особистість	2	2	6
4	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані	2	2	6
5	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані	2	2	6
6	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані	2	2	6
7	Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації	2	2	6
8	Основні аспекти переживання горя	2	2	6
9	Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію	2	2	6
10	Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів	2	2	6
11	Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії	2	2	6
12	Катастрофа. Психологія катастрофи	2	2	6
13	Масові явища в період екстремальних ситуацій	2	2	6

14	Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація	2	2	6
15	Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу	2	2	6
	Всього за курсом	30	30	90

Заочна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (семінарські, лабораторні, півгрупові)	Самостійна робота
1	Місце кризової психології у системі психологічних знань Історія розвитку екстремальної галузі психологічної науки.	2	2	32
2	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані, людині, яка перебуває в алкогольному та наркотичному стані	2	2	34
3	Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію	2	2	34
4	Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів	2	2	34
	Всього за курсом	8	8	134

4. Зміст навчальної дисципліни

4.1. План лекцій

Денна форма навчання

№	Тема заняття / план
1	Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань <ol style="list-style-type: none">1. Методологічні основи та система принципів кризової психології.2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.3. Задачі кризової та екстремальної психології, методи дослідження.4. Актуальність вивчення психології кризових станів як науки і навчальної дисципліни.
2	Тема 2. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості <ol style="list-style-type: none">1. Класифікація видів психологічної допомоги.2. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості.3. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем.4. Схема втручання при кризі.5. Які почуття виникають під час кризи і що з ними робити.6. Як пережити кризу.
3	Тема 3. Вплив кризового стану суспільства на особистість <ol style="list-style-type: none">1. Природа сучасного соціального конфлікту. Специфіка соцієтальних конфліктів.2. Кризовий стан суспільства та його вплив на особистість.3. Соціальні фактори екзистенціальної кризи.4. Соціально-політична нестабільність суспільства та її вплив на формування життєвої стратегії особистості.5. Соціально-політична напруженість в системі стосунків між людьми.
4	Тема 4. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані <ol style="list-style-type: none">1. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину.2. Фактори суїцидальної небезпеки.3. Індикатори суїцидального ризику.4. Допомога потенційному суїциденту
5	Тема 5. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані <ol style="list-style-type: none">1. Вплив алкоголю на організм людини.2. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь.3. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності.

	<ol style="list-style-type: none"> 4. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму. 5. Особистісні зміни при алкоголізмі. 6. Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність. 7. Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного сп'яніння
6	<p>Тема 6. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Класифікація та основні групи наркотичних речовин. 2. Основні фактори наркотичної залежності. 3. Основні критерії та стадії формування наркотичної залежності. 4. Психологічна допомога наркозалежному. 5. Мотиви вживання алкоголю та наркотичних речовин серед неповнолітніх. 6. Класифікація неповнолітніх токсикоманів у залежності від вигляду токсичної речовини та способу її вживання. 7. Психологічні типи наркоманів. 8. Як розпізнати підлітка-наркомана. 9. Візуальна діагностика людини, що знаходиться в стані наркотичного сп'яніння
7	<p>Тема 7. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога». 2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної ситуації. 3. Особливості роботи психолога МНС в зоні надзвичайної ситуації 4. «Валіза психолога» 5. Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації 6. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих 7. Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я).
8	<p>Тема 8. Основні аспекти переживання горя</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психологія горя. 2. Переживання суїциду близької людини. 3. Допомога людині, яка переживає горе. 4. Як спілкуватися з тим, хто втратив близьку людину. 5. Ускладнене горе. 6. Психокорекція горя по загиблому. 7. Етапи горя (за Л.Б. Шнейдером). 8. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем
9	<p>Тема 9. Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Діти й горе. 2. Реакція дитини на втрату. 3. Вимоги до фахівців, що проводять екстрену психологічну допомогу дітям, які

	<p>пережили трагедію.</p> <ol style="list-style-type: none"> Принципи й методи психокорекційної роботи з дітьми. Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації. Матеріал для проведення казко терапії.
10	<p>Тема 10. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</p> <ol style="list-style-type: none"> Поняття психічного здоров'я. Особливості професійного довголіття. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів
11	<p>Тема 11. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії</p> <ol style="list-style-type: none"> Загальне поняття про екстремальні умови роботи. Основні принципи та поняття екстремальної психології. Екстремальні професії. Типи і види.
12	<p>Тема 12. Катастрофа. Психологія катастрофи</p> <ol style="list-style-type: none"> Поняття катастрофи у психології. Особливості виникнення катастрофи. Первинна реакція на катастрофу. Поводження кризового психолога в умовах катастрофи.
13	<p>Тема 13. Масові явища в період екстремальних ситуацій</p> <ol style="list-style-type: none"> Екстремальні ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій. Екстремальні ситуації. Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація.
14	<p>Тема 14. Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація</p> <ol style="list-style-type: none"> Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”. Фактори, що посилюють вплив психічної травми. Основні теорії (моделі) професійного стресу.
15	<p>Тема 15. Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу</p> <ol style="list-style-type: none"> Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, що можуть виникнути при виконанні задач в умовах екстремальної ситуації. Оцінка рівня професійного стресу. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень. Коротка шкала тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу. Шкала стресу.

План лекцій (заочна форма)

№	Тема заняття / план
	Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань. Методичний

1	<p>арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методологічні основи та система принципів кризової психології. 2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз. 3. Задачі кризової та екстремальної психології, методи дослідження. 4. Актуальність вивчення психології кризових станів як науки і навчальної дисципліни. 5. Класифікація видів психологічної допомоги. 6. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості. 7. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем. 8. Схема втручання при кризі. 9. Які почуття виникають під час кризи і що з ними робити. 10. Як пережити кризу.
2	<p>Тема 2. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані, людині, яка перебуває в алкогольному та наркотичному стані</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину. 2. Фактори суїцидальної небезпеки. 3. Індикатори суїцидального ризику. 4. Допомога потенційному суїциденту. 5. Вплив алкоголю на організм людини. 6. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь. 7. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності. 8. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму. 9. Особистісні зміни при алкоголізмі. 10. Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність. 11. Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного та наркотичного сп'яніння.
3	<p>Тема 3. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога». 2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної ситуації. 3. Особливості роботи психолога МНС в зоні надзвичайної ситуації 4. «Валіза психолога» 5. Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації 6. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих. 7. Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я). Надання психологічної допомоги

	дітям, що пережили травматичну ситуацію.
4	<p>Тема 4. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи. 2. Основні принципи та поняття екстремальної психології. 4. Екстремальні професії. Типи і види. Поняття психічного здоров'я. 5. Особливості професійного довголіття. 6. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів

4.2. План практичних (семінарських, лабораторних, півгрупових)

занять

Денна форма навчання

№	Тема заняття / план
1	<p>Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методологічні основи та система принципів кризової психології. 2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз. 3. Задачі кризової та екстремальної психології, методи дослідження. 4. Актуальність вивчення психології кризових станів як науки і навчальної дисципліни.
2	<p>Тема 2. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Класифікація видів психологічної допомоги. 2. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості. 3. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем. 4. Схема втручання при кризі. 5. Які почуття виникають під час кризи і що з ними робити. 6. Як пережити кризу.
3	<p>Тема 3. Вплив кризового стану суспільства на особистість</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Природа сучасного соціального конфлікту. Специфіка соцієтальних конфліктів. 2. Кризовий стан суспільства та його вплив на особистість. 3. Соціальні фактори екзистенціальної кризи. 4. Соціально-політична нестабільність суспільства та її вплив на формування життєвої стратегії особистості. 5. Соціально-політична напруженість в системі стосунків між людьми.
4	<p>Тема 4. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Фактори суїцидальної небезпеки. 3. Індикатори суїцидального ризику. 4. Допомога потенційному суїциденту
5	<p>Тема 5. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вплив алкоголю на організм людини. 2. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь. 3. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності. 4. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму. 5. Особистісні зміни при алкоголізмі. 6. Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність. 7. Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного сп'яніння
6	<p>Тема 6. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Класифікація та основні групи наркотичних речовин. 2. Основні фактори наркотичної залежності. 3. Основні критерії та стадії формування наркотичної залежності. 4. Психологічна допомога наркозалежному. 5. Мотиви вживання алкоголю та наркотичних речовин серед неповнолітніх. 6. Класифікація неповнолітніх токсикоманів у залежності від вигляду токсичної речовини та способу її вживання. 7. Психологічні типи наркоманів. 8. Як розпізнати підлітка-наркомана. 9. Візуальна діагностика людини, що знаходиться в стані наркотичного сп'яніння
7	<p>Тема 7. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога». 2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної ситуації. 3. Особливості роботи психолога МНС в зоні надзвичайної ситуації 4. «Валіза психолога» 5. Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації 6. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих 7. Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я).
8	<p>Тема 8. Основні аспекти переживання горя</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психологія горя. 2. Переживання суїциду близької людини. 3. Допомога людині, яка переживає горе. 4. Як спілкуватися з тим, хто втратив близьку людину.

	<ol style="list-style-type: none"> 5. Ускладнене горе. 6. Психокорекція горя по загиблому. 7. Етапи горя (за Л.Б. Шнейдером). 8. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем
9	<p>Тема 9. Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Діти й горе. 2. Реакція дитини на втрату. 3. Вимоги до фахівців, що проводять екстрену психологічну допомогу дітям, які пережили трагедію. 4. Принципи й методи психокорекційної роботи з дітьми. 5. Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації. 6. Матеріал для проведення казко терапії.
10	<p>Тема 10. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття психічного здоров'я. 2. Особливості професійного довголіття. 3. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів
11	<p>Тема 11. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи. 2. Основні принципи та поняття екстремальної психології. 3. Екстремальні професії. Типи і види.
12	<p>Тема 12. Катастрофа. Психологія катастрофи</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття катастрофи у психології. 2. Особливості виникнення катастрофи. 3. Первинна реакція на катастрофу. 4. Поводження кризового психолога в умовах катастрофи.
13	<p>Тема 13. Масові явища в період екстремальних ситуацій</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Екстремальні ситуації. 2. Масові явища в період екстремальних ситуацій. 3. Екстремальні ситуації. 4. Психологія паніки та стресу. 5. Насильство як екстремальна ситуація.
14	<p>Тема 14. Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”. 1. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення. 2. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”. 3. Фактори, що посилюють вплив психічної травми. 4. Основні теорії (моделі) професійного стресу.
15	<p>Тема 15. Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, що можуть виникнути при виконанні задач в умовах екстремальної ситуації.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Оцінка рівня професійного стресу. 3. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень. 4. Коротка шкала тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу. 5. Шкала стресу.
--	---

План семінарських занять **(заочна форма)**

№	Тема заняття / план
1	<p>Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методологічні основи та система принципів кризової психології. 2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз. 3. Задачі кризової та екстремальної психології, методи дослідження. 4. Актуальність вивчення психології кризових станів як науки і навчальної дисципліни. 5. Класифікація видів психологічної допомоги. 6. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості. 7. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем. 8. Схема втручання при кризі. 9. Які почуття виникають під час кризи і що з ними робити. 10. Як пережити кризу.
2	<p>Тема 2. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані, людині, яка перебуває в алкогольному та наркотичному стані</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину. 2. Фактори суїцидальної небезпеки. 3. Індикатори суїцидального ризику. 4. Допомога потенційному суїциденту. 5. Вплив алкоголю на організм людини. 6. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь. 7. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності. 8. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму. 9. Особистісні зміни при алкоголізмі. 10. Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність. 11. Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного та наркотичного сп'яніння.
3	<p>Тема 3. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога». 2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної

	<p>ситуації.</p> <p>3. Особливості роботи психолога МНС в зоні надзвичайної ситуації</p> <p>4. «Валіза психолога»</p> <p>5. Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації</p> <p>6. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих.</p> <p>7. Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я). Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію.</p>
4	<p>Тема 4. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії</p> <p>Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</p> <p>1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи.</p> <p>2. Основні принципи та поняття екстремальної психології.</p> <p>3. Екстремальні професії. Типи і види. Поняття психічного здоров'я.</p> <p>4. Особливості професійного довголіття.</p> <p>5. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів</p>

4.3. Завдання для самостійної роботи

Під час вивчення дисципліни студенти отримають бали за такі види робіт:

1. Відповіді на семінарських заняттях.
2. Написання есе на вибір за такими темами:
 - Я-пряме та інвертоване
 - 100 запитань
 - Життєві обмеження
 - Нестандартні вчинки в моєму житті
 - Травматична подія в моєму житті і вихід з неї
 - Ресурсність особистості та її психологічні детермінанти
 - Нетривіальні способи психологічної підтримки в моєму житті

1. Відповіді на семінарах. Всього для студентів *денної форми*, навчальним планом передбачено 15 семінарських занять. Відповідь на кожному семінарі оцінюється максимум в 3 бали, в результаті працюючи плідно протягом семестру, студент має змогу отримати **45 балів**.

Для студентів *заочної форми* навчання максимальна кількість балів за відповіді на семінарах становить **40 (4*10 балів)**.

2. Написання есе. Студентові пропонується на вибір одна з тем. Необхідно опрацювати матеріали лекцій і за допомогою отриманих на заняттях знань написати есе. Список літератури повинен включати не тільки підручники та посібники, але й монографії та джерела (не менше 2). При цитуванні обов'язково вказати джерело і сторінку, на якій поміщено цитату. **Термін подання матеріалу на кафедру для заочної форми навчання – за тиждень до залікової сесії.**

Індивідуальне завдання оцінюється за такими критеріями:

- самостійність виконання (5 балів);
- якість оформлення(5 балів);
- своєчасність здачі есе на кафедру(для заочної форми навчання) (5 балів);
- логічність і послідовність викладення матеріалу (5 балів).

Таким чином, максимальна кількість балів для студентів *денної* форми навчання – **15 балів, для заочної – 20 балів.**

Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

Денна форма навчання:

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на семінарах	45 (15*3)
2	Написання есе	15
3	Складання іспиту	40
	Всього	100

Заочна форма навчання:

16, 17 триместр (для магістрів)

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на семінарах	40 (4*10 балів)
2	Написання доповіді (презентації)	20
3	Складання іспиту	40
	Всього (разом з балами за 16 і 17 триместри)	100

5. Підсумковий контроль (іспит)

1. Методологічні основи та система принципів кризової психології.
2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.
3. Криза й критична ситуація. Кризова подія.
4. Психічна травма. Психологічний зміст переживання.
5. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості.
6. Класифікація видів психологічної допомоги.
7. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості.
8. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем.
9. Психологічна допомога в умовах втрати особистісної цілісності.
10. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані.
11. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину.
12. Фактори суїцидальної небезпеки. Індикатори суїцидального ризику
13. Допомога потенційному суїциденту
14. Причини та приводи суїцидальної поведінки персоналу МНС України
15. Основні групи факторів, що сприяють виникненню аутодеструктивної поведінки серед персоналу МНС України
16. Основні фази в динаміці передсуїцидальної поведінки людини
17. Психологічні характеристики потенційного суїцидента
18. Медико-психологічна структура надання допомоги після суїцидальної спроби
19. Візуальна діагностика людини, яка знаходиться в передсуїцидальному стані
20. Особливості проведення бесіди з людиною, яка знаходиться в передсуїцидальному стані
21. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані
22. Вплив алкоголю на організм людини.
23. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь.
24. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності
25. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму
26. Особистісні зміни при алкоголізмі

- 27.Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність
- 28.Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного сп'яніння
- 29.Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані
- 30.Класифікація та основні групи наркотичних речовин.
- 31.Основні фактори наркотичної залежності.
- 32.Основні критерії та стадії формування наркотичної залежності.
- 33.Психологічна допомога наркозалежному.
- 34.Мотиви вживання алкоголю та наркотичних речовин серед неповнолітніх
- 35.Класифікація неповнолітніх токсикоманів у залежності від вигляду токсичної речовини та способу її вживання
- 36.Психологічні типи наркоманів
- 37.Візуальна діагностика людини, що знаходиться в стані наркотичного сп'яніння
- 38.Попередження та подолання психологічних наслідків надзвичайних ситуацій
- 39.Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації
- 40.Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога»
- 41.«Валіза психолога»
- 42.Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації
- 43.Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих
- 44.Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я)
- 45.Рекомендації психологу МНС з усунення стану втоми
- 46.Особливості надання екстреної психологічної допомоги при маренні та галюцинаціях
- 47.Особливості надання екстреної психологічної допомоги при нервовому тремтінні
- 48.Особливості надання екстреної психологічної допомоги при плачу
- 49.Особливості надання екстреної психологічної допомоги при апатії.
- 50.Особливості надання екстреної психологічної допомоги при руховому збудженні.

51. Особливості надання екстреної психологічної допомоги при агресії.
52. Візуальна діагностика агресивних намірів особистості.
53. Особливості надання екстреної психологічної допомоги при істеричі.
54. Особливості надання екстреної психологічної допомоги при страху.
55. Глазні сигнали доступу.
56. Рука як джерело інформації
57. Типові помилки при сприйнятті. Психофізіологічні аспекти сприйняття
58. Експрес - методика оволодіння основами психічної саморегуляції
59. Психопатологічні прояви серед цивільного населення в умовах надзвичайної ситуації
60. Різні ознаки фізіологічного й патологічного афектів
61. Візуальна діагностика фактичних переживань людини за її зовнішніми проявами
62. Дії, що рекомендуються, відносно психічно хворих людей
63. Рекомендації по встановленню контакту з психічно хворою людиною
64. Візуальна діагностика осіб із психічними аномаліями
65. Типологія чуток. Класифікація причин та умов появи чуток
66. Принципи створення чуток. Основні напрями використання чуток
67. Психологічні прийоми припинення чуток. Основні принципи та завдання профілактики поширення чуток
68. Стратегія організації протидії чуткам. Форми роботи по контролю над чутками і інформуванню громадян в умовах кризи.
69. Етапи психологічного контакту при спілкуванні
70. Чинники, що визначають міжособистісну привабливість при спілкуванні.
71. Умови успішного встановлення психологічного контакту.
72. Міжособистісний простір. Стимулятори психологічних бар'єрів
73. Основні аспекти переживання горя.
74. Психологія горя.
75. Переживання суїциду близької людини.
76. Допомога людині, яка переживає горе
77. Психокорекція горя по загиблому
78. Етапи горя (за Л.Б. Шнейдером).
79. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем
80. Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію.
81. Реакція дитини на втрату.

- 82.Вимоги до фахівців, що проводять екстрену психологічну допомогу дітям, які пережили трагедію.
- 83.Принципи й методи психокорекційної роботи з дітьми
- 84.Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації
- 85.Матеріал для проведення казкотерапії
- 86.Як спілкуватися з дітьми, якщо в сім'ї відбувся суїцид
- 87.Рекомендації вчителям стосовно організації роботи з дитиною, яка переживає горе втрати близької людини
- 88.Найбільш типові порушення у дітей при постравматичному стресі
- 89.Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів
- 90.Використання антистресового тренінгу для психологів

Приклад білету до іспиту

Форма № Н-5.05

Чорноморський національний університет ім. Петра Могили

Освітньо-кваліфікаційний рівень – магістр

Галузь знань: 05 – Соціально-поведінкові науки

Спеціальність: 053 «Психологія»

Навчальна дисципліна – **ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ**

ІСПИТОВИЙ БІЛЕТ

1. Методологічні основи та система принципів кризової психології (13 балів).
2. Попередження та подолання психологічних наслідків надзвичайних ситуацій (13 балів).
3. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем. (14 балів).

Затверджено на засіданні кафедри психології. Протокол №1 від «__» серпня 20__ року

В.о. завідувача кафедри, доцент

Каневський В.І.

Упорядник, ст. викл. кафедри

Амплеєва О.М.

6. Система оцінювання роботи студентів

Вся робота студента за період вивчення курсу оцінюється у 100 балів максимум. Сума 90 балів і вище оцінюється оцінкою «відмінно», 75-89 – «добре», 60-74 – «задовільно». Загальна кількість балів визначається за формулою: $100=60+40$ (іспит). До заліку студент має змогу набрати 60 максимальних балів.

Студент здає індивідуальні завдання на перевірку відповідно до планових термінів їх виконання. На іспиті студент може отримати додаткові запитання за змістом його індивідуальних завдань.

Іспитовий білет складається з 3 питань. Питання іспитового білету оцінюється у 13, 13 і 14 балів відповідно (1,2-теоретичні питання, 3-практично орієнтоване питання). При відмінному складанні іспиту студент отримує 40 балів. Якщо проходження підсумкового контролю оцінюється добре або задовільно, то бали виставляються в залежності від правильності відповідей на одне з трьох запитань білету. Максимальна сума 60 балів може бути зарахована до загальної суми балів тільки за умов успішного складання іспиту.

7. Рекомендовані джерела інформації

Основна:

1. Байєр О. О. Життєві кризи особистості : навчальний посібник / О. О. Байєр. – Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. – 244 с.
2. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості. – Харків: Фоліо, 1996.
3. Бурлачук Л.Ф. Психология жизненных ситуаций / Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Учебное пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1998. - 263с.
4. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф.Е. Василюк. — М.: Изд-во МГУ, 1984. – 126 с.
5. Василюк Ф. Е. . Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций / Ф.Е. Василюк // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2013. - №4. – С. 46 – 57.
6. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология. Учебное пособие / Пергаменщик Л.А. - Мн.: Выш. шк., 2004. - 288 с.
7. Проективная психология / Пер. с англ. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 456 с.
8. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика: Навч. посіб. – К.: Либідь, 2015. – 255 с.
9. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001.- 320 с.
10. Романова Е.С. Графические методы в практической психологии. – СПб.: Речь, 2001. – 416 с.
11. Собчик Л.Н. Стандартизованный многофакторный метод исследования личности СМИЛ. –СПб.: Речь, 2000. – 219 с.
12. Сонин В.А. Классики мировой психологии: Биографический энциклопедический словарь / В.А. Сонин, Л.М. Шлионский. – СПб., 2001. – 288 с.
13. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. — СПб: Питер, 2014. — 272 с.
14. Теория личности / К. Холл, Г. Линдсей; Пер. с англ. И.Б. Гриншпун. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2015. – 592 с.
15. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. – СПб.: Питер, 2002. – 608 с.

Додаткова:

1. Мягких Н.И. Теория и практика психологии кризисных ситуаций / Н.И.Мягких, Н.И.Ларина // Психология и право. - 2011. - №2. URL: <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2011/n2/40903.shtml> (дата обращения: 08.01.2017)
2. Кровяков В. М. Психотравматология / В. М. Кровяков. — Екатеринбург : Изд- во УМЦ УПИ, 2006. — 442 с.
3. Непомнящая Н.И. Психодиагностика личности: Теория и практика: Учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 192 с.
4. Обозов Н. Н. Типы личности, темперамент и характер. – СПб, 1995.
5. Осипова А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. – Ростов н/Д: Феникс, 2005 – 315 с.
6. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т. М. Титаренко. — К.: Агропромвидав України, 1998.
7. Психология личности: Тесты, опросники, методики / Сост.: Н. В. Киршева, Н. В. Рябчикова. – М.: Геликон, 1995
Черепанова Е. М. Психологический стресс: Помогите себе и ребенку. Книга для школьных психологов, родителей и учителей / Черепанова Е. М.— М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 96 с.
8. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2002. – 1024 с.
9. Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. – Самара: Изд. Дом «БАХРАХ – М», 2000. – 234 с.
10. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / Ирвин Ялом ; пер. с англ. А. Петренко. – М. : Эксмо, 2010. – 352 с.
11. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом ; пер. с англ. Т. С. Драбкиной. – М. : Независимая фирма «Класс», 2005. – 576 с.