

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Медичний інститут

Кафедра психології

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Перший проректор

Іщенко Н.М.

«14» березня 2020 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ**

Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»

Спеціальність 053 «Психологія»

Розробник програми


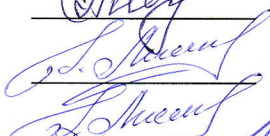
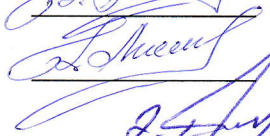
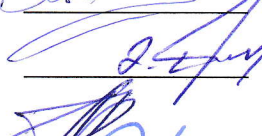
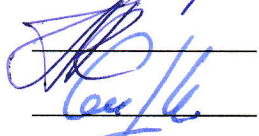
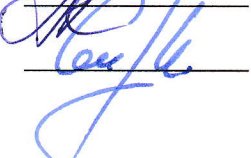
Гарант освітньої програми

Завідувач кафедри психології

Директор медичного інституту

Директор ННІ ППО

Начальник НМВ

О.М. Амплєєва

І.П. Лисенкова

І.П. Лисенкова

Г.В. Грищенко

Г.Л. Норд

С.І. Шкірчак

Миколаїв – 2020 рік

## 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	Магістр	
Статус дисципліни	Вибіркова	
Курс навчання	VI	
Навчальний рік	2020-2021	
Номери семестрів:	Денна форма	Заочна форма
	11-й	16, 17
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	5 кредитів / 150 годин	
Структура курсу: – лекції – групові заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) – годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	30 год	8 год
	30 год	8 год
	90 год	134 год
Відсоток аудиторного навантаження	40 %	11%
Мова викладання	українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	Іспит (11-й семестр)	Іспит (17-й триместр)

## 2. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Мета: 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.

Передумови вивчення дисципліни:

Одним з найважливіших завдань в підготовці студентів в межах даної дисципліни є глибоке розуміння психічної травми і психології травматичного стресу, а також володіння методами діагностики і психологічної допомоги. Особливості переживань, їх необхідність, продукти, що формуються в результаті психологічної роботи, і, відповідно, ситуації, в яких людина безсила, визначають необхідність надання допомоги, в тому числі і психологічної, яка враховує закономірності кризових і екстремальних ситуацій. Дуже важливими для фахівців є методи кризової інтервенції в ситуаціях втрати близьких, розпаду сім'ї, безробіття, невиліковних захворювань, різних видів залежностей, вимушеної міграції, релігійно-етнічних і соціальних конфліктів. Уміння працювати із засобами масової інформації та панічними реакціями людей в умовах природних, техногенних та екологічних катастроф, військових дій, терористичних актів та ін. - одна з найважливіших компетенцій.

Очікувані результати навчання:

Програма «Психологія кризових станів» передбачає формування знань та умінь в межах володіння теоретичним і практичним матеріалом дисципліни, чітке уявлення про умови й передумови її виникнення; а також вміння користуватися базовими поняттями дисципліни для практичних цілей, бачити можливості застосування даних понять в основних сферах життя.

В результаті вивчення дисципліни студент

**має 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.

***має вміти:***

- 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

## **ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНЦІЇ**

*Загальні компетентності (ЗК):*

ЗК1. Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях.

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідно та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатись до спільної мети.

ЗК11. Здатність орієнтуватися у постійно змінних умовах соціального середовища та ефективно будувати гармонійні стосунки з оточенням.

ЗК12. Здатність приймати обґрунтоване рішення, працювати в команді.

*Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК):*

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватись у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватись загальнолюдськими цінностями.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

СК11. Здатність ефективно взаємодіяти та співпрацювати з представниками інших професійних груп.

СК12. Здатність знаходити ефективні рішення в нестандартних ситуаціях під час надання психологічної допомоги.

### **ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ**

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПР10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.

ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

ПР12. Застосовувати набуті знання, уміння та навички під час організації та надання психологічної, психолого-педагогічної та соціально-психологічної допомоги різним верствам населення, професійно орієнтуватись у теоретичних підходах та практичних напрямках сучасної психології.

ПР13. Обґрунтовувати і продуктивно забезпечувати розвиток і корекцію діяльності індивіда, соціальної групи.

**1. Програма навчальної дисципліни**  
**Денна форма:**

№ з/п	Теми	Лекції	Групові заняття	СРС, в т.ч. індивідуальна
<b>МОДУЛЬ I. ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ ЯК НАУКА ТА НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА</b>				
<b>Блок 1. Освоєння базового теоретичного апарату дисципліни</b>				
1.	Місце кризової психології у системі психологічних знань	2	2	5
2.	Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості	2	2	5
3.	Вплив кризового стану суспільства на особистість	2	2	5
4.	Катастрофа. Психологія катастрофи	2	2	5
5.	Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу	2	1	5
	<b>Підсумкова контрольна робота за блоком 1.</b>	-	1	5
<b>Усього – 45 год. Кредитів ECTS – 1,5.</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>25</b>
<b>МОДУЛЬ II. ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В РІЗНИХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ</b>				
<b>Блок 2. Психологічна допомога в умовах втрати особистісної цілісності</b>				
6.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані	2	2	7
7.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані	2	2	7
8.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані	2	2	7
9.	Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію	2	2	7
10.	Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація	2	1	6
	<b>Підсумкова контрольна робота за блоком 2.</b>	-	1	6
<b>Усього – 60 год. Кредитів ECTS – 2.</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>40</b>
<b>МОДУЛЬ III. ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ПСИХОЛОГА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ</b>				
<b>Блок 3. Особливості надання допомоги в екстремальних умовах</b>				
11.	Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації	2	2	5
12.	Масові явища в період екстремальних ситуацій	2	2	5
13.	Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії	2	2	5
14.	Основні аспекти переживання горя	2	2	5
15.	Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів	2	1	3
	<b>Підсумкова контрольна робота за блоком 3.</b>	-	1	2
<b>Усього – 45 год. Кредитів ECTS – 1,5.</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>25</b>
<b>Всього за курсом – 150 год. Кредитів ECTS – 5.</b>		<b>30</b>	<b>30</b>	<b>90</b>

**Заочна форма:**

	<b>Теми</b>	<b>Лекції</b>	<b>Практичні (семінарські, лабораторні, півгрупові)</b>	<b>Самостійна робота</b>
1	Місце кризової психології у системі психологічних знань Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів	2	2	33
2	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані, людині, яка перебуває в алкогольному та наркотичному стані	2	2	33
3	Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації	2	2	34
4	Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів	2	2	34
	<b>Всього за курсом</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>134</b>

# 1. Зміст навчальної дисципліни

## 4.1. План лекцій

№	Тема заняття / план
1	<b>Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Методологічні основи та система принципів кризової психології.</li><li>2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.</li><li>3. Задачі кризової та екстремальної психології, методи дослідження.</li><li>4. Актуальність вивчення психології кризових станів як науки і навчальної дисципліни.</li></ol>
2	<b>Тема 2. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Класифікація видів психологічної допомоги.</li><li>2. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості.</li><li>3. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем.</li><li>4. Схема втручання при кризі.</li><li>5. Які почуття виникають під час кризи і що з ними робити.</li><li>6. Як пережити кризу.</li></ol>
3	<b>Тема 3. Вплив кризового стану суспільства на особистість</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Природа сучасного соціального конфлікту. Специфіка соціетальних конфліктів.</li><li>2. Кризовий стан суспільства та його вплив на особистість.</li><li>3. Соціальні фактори екзистенціальної кризи.</li><li>4. Соціально-політична нестабільність суспільства та її вплив на формування життєвої стратегії особистості.</li><li>5. Соціально-політична напруженість в системі стосунків між людьми.</li></ol>
4	<b>Тема 4. Катастрофа. Психологія катастрофи</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Поняття катастрофи у психології.</li><li>2. Особливості виникнення катастрофи.</li><li>3. Первинна реакція на катастрофу.</li><li>4. Поводження кризового психолога в умовах катастрофи.</li></ol>
5	<b>Тема 5. Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, що можуть виникнути при виконанні задач в умовах екстремальної ситуації.</li><li>2. Оцінка рівня професійного стресу.</li><li>3. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень.</li><li>4. Коротка шкала тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу.</li><li>5. Шкала стресу.</li></ol>
6	<b>Тема 6. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані</b>



	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину.</li> <li>2. Фактори суїцидальної небезпеки.</li> <li>3. Індикатори суїцидального ризику.</li> <li>4. Допомога потенційному суїциденту</li> </ol>
7	<p><b>Тема 7. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вплив алкоголю на організм людини.</li> <li>2. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь.</li> <li>3. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності.</li> <li>4. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму.</li> <li>5. Особистісні зміни при алкоголізмі.</li> <li>6. Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність.</li> <li>7. Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного сп'яніння</li> </ol>
8	<p><b>Тема 8. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Класифікація та основні групи наркотичних речовин.</li> <li>2. Основні фактори наркотичної залежності.</li> <li>3. Основні критерії та стадії формування наркотичної залежності.</li> <li>4. Психологічна допомога наркозалежному.</li> <li>5. Мотиви вживання алкоголю та наркотичних речовин серед неповнолітніх.</li> <li>6. Класифікація неповнолітніх токсикоманів у залежності від вигляду токсичної речовини та способу її вживання.</li> <li>7. Психологічні типи наркоманів.</li> <li>8. Як розпізнати підлітка-наркомана.</li> <li>9. Візуальна діагностика людини, що знаходиться в стані наркотичного сп'яніння.</li> </ol>
9	<p><b>Тема 9. Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Діти й горе.</li> <li>2. Реакція дитини на втрату.</li> <li>3. Вимоги до фахівців, що проводять екстрену психологічну допомогу дітям, які пережили трагедію.</li> <li>4. Принципи й методи психокорекційної роботи з дітьми.</li> <li>5. Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації.</li> <li>6. Матеріал для проведення казкотерапії.</li> </ol>
10	<p><b>Тема 10. Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”.</li> <li>2. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення.</li> <li>3. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.</li> <li>4. Фактори, що посилюють вплив психічної травми.</li> </ol>

	5. Основні теорії (моделі) професійного стресу.
11	<p><b>Тема 11. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога».</li> <li>2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної ситуації.</li> <li>3. Особливості роботи психолога МНС в зоні надзвичайної ситуації</li> <li>4. «Валіза психолога»</li> <li>5. Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації</li> <li>6. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих</li> <li>7. Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я).</li> </ol>
12	<p><b>Тема 12. Масові явища в період екстремальних ситуацій</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Екстремальні ситуації.</li> <li>2. Масові явища в період екстремальних ситуацій.</li> <li>3. Психологія паніки та стресу.</li> <li>4. Насильство як екстремальна ситуація.</li> </ol>
13	<p><b>Тема 13. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи.</li> <li>2. Основні принципи та поняття екстремальної психології.</li> <li>3. Екстремальні професії. Типи і види.</li> </ol>
14	<p><b>Тема 14. Основні аспекти переживання горя</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологія горя.</li> <li>2. Переживання суїциду близької людини.</li> <li>3. Допомога людині, яка переживає горе.</li> <li>4. Як спілкуватися з тим, хто втратив близьку людину.</li> <li>5. Ускладнене горе.</li> <li>6. Психокорекція горя по загиблому.</li> <li>7. Етапи горя (за Л.Б. Шнейдером).</li> <li>8. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем</li> </ol>
15	<p><b>Тема 15. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття психічного здоров'я.</li> <li>2. Особливості професійного довголіття.</li> <li>3. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів</li> </ol>

## План лекцій (заочної форми навчання):

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

	<p>5. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих.</p> <p>6. 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><b>Тема 4. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</b></p> <p>1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи.</p> <p>2. Основні принципи та поняття екстремальної психології.</p> <p>4. Екстремальні професії. Типи і види. Поняття психічного здоров'я.</p> <p>5. Особливості професійного довголіття.</p> <p>6. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів</p>

#### 4.2. План групових занять денної форми

№	Тема заняття / план
1	<p><b>Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань</b></p> <p>1. Методологічні основи та система принципів кризової психології.</p> <p>2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.</p> <p>3. Задачі кризової та екстремальної психології, методи дослідження.</p> <p>4. Актуальність вивчення психології кризових станів як науки і навчальної дисципліни.</p>
2	<p><b>Тема 2. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості</b></p> <p>1. Класифікація видів психологічної допомоги.</p> <p>2. Сучасні напрями й організація психологічної допомоги при кризових станах особистості.</p> <p>3. Програма кризової допомоги як моделі розв'язання проблем.</p> <p>4. Схема втручання при кризі.</p> <p>5. Які почуття виникають під час кризи і що з ними робити.</p> <p>6. Як пережити кризу.</p>
3	<p><b>Тема 3. Вплив кризового стану суспільства на особистість</b></p> <p>1. Природа сучасного соціального конфлікту. Специфіка соціетальних конфліктів.</p> <p>2. Кризовий стан суспільства та його вплив на особистість.</p> <p>3. Соціальні фактори екзистенціальної кризи.</p> <p>4. Соціально-політична нестабільність суспільства та її вплив на формування життєвої стратегії особистості.</p> <p>5. Соціально-політична напруженість в системі стосунків між людьми.</p>
4	<p><b>Тема 4. Катастрофа. Психологія катастрофи</b></p> <p>1. Поняття катастрофи у психології.</p> <p>2. Особливості виникнення катастрофи.</p>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Первинна реакція на катастрофу.</li> <li>4. Поводження кризового психолога в умовах катастрофи.</li> </ol>
5	<p><b>Тема 5. Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, що можуть виникнути при виконанні задач в умовах екстремальної ситуації.</li> <li>2. Оцінка рівня професійного стресу.</li> <li>3. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень.</li> <li>4. Коротка шкала тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу.</li> <li>5. Шкала стресу.</li> </ol>
6	<p><b>Тема 6. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальнотеоретичні передумови аналізу проблеми суїцидальної поведінки в контексті основних наук про людину.</li> <li>2. Фактори суїцидальної небезпеки.</li> <li>3. Індикатори суїцидального ризику.</li> <li>4. Допомога потенційному суїциденту</li> </ol>
7	<p><b>Тема 7. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вплив алкоголю на організм людини.</li> <li>2. Психологічні особливості людини, яка вживає алкоголь.</li> <li>3. Особливості надання психологічної допомоги людям, що перебувають у алкогольній залежності.</li> <li>4. Специфічні поведінкові та психологічні прояви алкоголізму.</li> <li>5. Особистісні зміни при алкоголізмі.</li> <li>6. Позиція людини, у структурі особи якої переважає алкогольна залежність.</li> <li>7. Візуальна діагностика людини що знаходиться в стані алкогольного сп'яніння</li> </ol>
8	<p><b>Тема 8. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Класифікація та основні групи наркотичних речовин.</li> <li>2. Основні фактори наркотичної залежності.</li> <li>3. Основні критерії та стадії формування наркотичної залежності.</li> <li>4. Психологічна допомога наркозалежному.</li> <li>5. Мотиви вживання алкоголю та наркотичних речовин серед неповнолітніх.</li> <li>6. Класифікація неповнолітніх токсикоманів у залежності від вигляду токсичної речовини та способу її вживання.</li> <li>7. Психологічні типи наркоманів.</li> <li>8. Як розпізнати підлітка-наркомана.</li> <li>9. Візуальна діагностика людини, що знаходиться в стані наркотичного сп'яніння.</li> </ol>
9	<p><b>Тема 9. Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Діти й горе.</li> <li>2. Реакція дитини на втрату.</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Вимоги до фахівців, що проводять екстрену психологічну допомогу дітям, які пережили трагедію.</li> <li>4. Принципи й методи психокорекційної роботи з дітьми.</li> <li>5. Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації.</li> <li>6. Матеріал для проведення казкотерапії.</li> </ol>
10	<p><b>Тема 10. Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”.</li> <li>2. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення.</li> <li>3. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.</li> <li>4. Фактори, що посилюють вплив психічної травми.</li> <li>5. Основні теорії (моделі) професійного стресу.</li> </ol>
11	<p><b>Тема 11. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Семантичний та феноменологічний аналіз поняття «екстрена психологічна допомога».</li> <li>2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної ситуації.</li> <li>3. Особливості роботи психолога МНС в зоні надзвичайної ситуації</li> <li>4. «Валіза психолога»</li> <li>5. Основні засоби психологічної підтримки потерпілого в умовах надзвичайної ситуації</li> <li>6. Основні правила поведінки психолога МНС з родичами загиблих</li> <li>7. Загальні принципи надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я).</li> </ol>
12	<p><b>Тема 12. Масові явища в період екстремальних ситуацій</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Екстремальні ситуації.</li> <li>2. Масові явища в період екстремальних ситуацій.</li> <li>3. Психологія паніки та стресу.</li> <li>4. Насильство як екстремальна ситуація.</li> </ol>
13	<p><b>Тема 13. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи.</li> <li>2. Основні принципи та поняття екстремальної психології.</li> <li>3. Екстремальні професії. Типи і види.</li> </ol>
14	<p><b>Тема 14. Основні аспекти переживання горя</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологія горя.</li> <li>2. Переживання суїциду близької людини.</li> <li>3. Допомога людині, яка переживає горе.</li> <li>4. Як спілкуватися з тим, хто втратив близьку людину.</li> <li>5. Ускладнене горе.</li> <li>6. Психокорекція горя по загиблому.</li> <li>7. Етапи горя (за Л.Б. Шнейдером).</li> <li>8. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем</li> </ol>

15	<p><b>Тема 15. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття психічного здоров'я.</li> <li>2. Особливості професійного довголіття.</li> <li>3. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів</li> </ol>
----	---

### План групових занять (заочна форма)

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

3	<p>допомога».</p> <p>2. Особливості підготовки психолога МНС до виїзду в зону надзвичайної 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><b>Тема 4. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів</b></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.</p> <p>4. Поняття психічного здоров'я.</p> <p>5. Особливості професійного довголіття.</p> <p>6. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів</p>

### 4.3. Завдання для самостійної роботи

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

1. Відповіді на групових 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
3. Написання підсумкових контрольних робіт.
4. Контрольна робота для заочної форми навчання.

**1. Відповіді на групових заняттях.** Всього для студентів *денної форми*, навчальним планом передбачено 15 групових занять. Відповідь на кожному груповому занятті оцінюється максимум в 2 бали, в результаті працюючи плідно протягом семестру, студент має змогу отримати **30 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.

Індивідуальне завдання оцінюється за такими критеріями:

- самостійність виконання ( 5 балів);
- якість оформлення( 5 балів);
- логічність і послідовність викладення матеріалу (5 балів).

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

**3. Написання підсумкових контрольних робіт.** Написання контрольної роботи є одним із засобів оцінки знань студентів. Контрольні роботи проводяться відповідно до завершення вивчення модуля дисципліни. Всього робочою програмою передбачено 3 контрольні роботи, кожна з яких має декілька варіантів завдань. Студенти отримують питання відповідно до варіанту і мають 40 хв. на виконання завдань. Максимальна кількість балів – 15 (3\*5).

#### **4. Контрольна робота для заочної форми навчання.**

Для отримання балів за контрольну роботу студентам треба обрати одну з запропонованих на вибір тем, опрацювати матеріали лекцій і за допомогою отриманих на заняттях знань написати есе. Список літератури повинен включати не тільки підручники та посібники (українською мовою за останні 5 років), але й монографії та інформаційні джерела (не менше 3). При цитуванні обов'язково вказати джерело і сторінку, на якій поміщено цитату.

##### **Теми для написання есе:**

1. Сутність поняття «психологічна проблема».
2. Особливості та зміст діяльності кризової психології.
3. Основні принципи, що використовуються при наданні постраждалому екстреної психологічної допомоги
4. Особливості надання психологічної допомоги постраждалим.
5. Характеристика критичних ситуацій
6. Основні ознаки та особливості кризової події.
7. Сутність психічної травми.
8. Психологічний зміст переживання.
9. Сутність психологічної допомоги постраждалим.
10. Основні види психологічної допомоги.
11. Особливості вивчення предмету екстремальної психології.
12. Охарактеризуйте основні задачі сучасної екстремальної психології.
13. Охарактеризуйте основні методи дослідження, що використовуються в межах екстремальної психології.
14. Процедура послідовної динамічної оцінки ситуації.
15. Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”.
16. Порівняльний аналіз стресу, емоційних станів та стомлення.
17. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.
18. Характеристика основних підходів щодо аналізу професійного стресу, які склалися на сьогодні в сучасній психологічній науці.

19. Основні джерела професійного стресу.

20. Професійне довголіття та емоційне вигорання.

Контрольна робота оцінюється за такими критеріями:

- самостійність виконання ( 10 балів);
- логічність і послідовність викладення матеріалу (10 балів).

Таким чином, максимальна кількість балів для студентів *заочної* форми навчання становить **20 балів** .

#### **4.4. Забезпечення освітнього процесу**

Освітній процес повністю забезпечується «Психологія кризових станів».

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.

1) За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.

- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

- Практичні: вправи.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

1) Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; інтерактивні методи навчання, створення ситуацій пізнавальної новизни та зацікавленості.

Для оцінки знань, умінь і навичок студентів при вивченні даного курсу використовуються наступні методи контролю: фронтальне опитування, письмове опитування, практичні заняття, модульні контрольні роботи, творчі завдання.

### **5.1. Питання до підсумкової контрольної роботи № 1.**

1. Розкрийте сутність поняття «психологічна проблема».
2. Що є змістом діяльності кризової психології?
3. Які принципи є основними при наданні постраждалому екстреної психологічної допомоги?
4. Яку ситуацію називають критичною?
5. Назвіть основні ознаки кризової події.
6. Що є психічною травмою?
7. В чому полягає психологічний зміст переживання?
8. У чому полягає сутність психологічної допомоги постраждалим?
9. Які є види психологічної допомоги?
10. У чому полягає головний принцип психологічної допомоги?
11. Що вивчає екстремальна психологія?
12. Охарактеризуйте основні задачі сучасної екстремальної психології.
13. Охарактеризуйте основні методи дослідження, що використовуються в межах екстремальної психології.
14. Як структурно побудувати програму і методичку вивчення психологічних особливостей працівників МНС України?
15. Розкрийте процедуру послідовної динамічної оцінки ситуації
16. Проведіть семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”.
17. Проведіть порівняльний аналіз стресу, емоційних станів та стомлення.
18. Проведіть семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.
19. Дайте характеристику кожному з трьох основних підходів щодо аналізу професійного стресу, які склалися на сьогодні в сучасній психологічній науці.
20. Спробуйте виділити основні джерела професійного стресу.

#### **Чорноморський національний університет імені Петра Могили**

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Галузь знань: 05 – Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність - 053 «Психологія»

Навчальна дисципліна – **ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ**

#### **Підсумкова контрольна робота № 1.**

##### **Варіант № 1.**

1. Розкрийте сутність поняття «психологічна проблема» (1 б)
2. Що вивчає психологія кризових станів? Розкрийте питання в широкому сенсі (2 б).
3. Які експрес-методики можливо використовувати для визначення загального балансу симпатичної і парасимпатичної регуляції у конкретного працівника? (2 б)

## 5.2. Питання до підсумкової контрольної роботи № 2.

1. На яких позиціях ґрунтується алгоритм вивчення професійного стресу працівника МНС України?
2. Спробуйте побудувати модель вивчення професійного стресу серед фахівців конкретного виду діяльності.
3. З яких основних етапів повинен складатися організаційний підхід до вирішення проблеми професійного стресу серед персоналу МНС України?
4. Охарактеризуйте основні психічні стани та реакції, що можуть виникнути у персоналу МНС України при виконанні задач в умовах екстремальної ситуації.
5. Наведіть перелік найбільш характерних психічних реакцій, що позитивно позначаються на діяльності персоналу МНС України в умовах екстремальної ситуації.
6. Наведіть перелік найбільш характерних психічних реакцій, що знижують ефективність вирішення службових задач.
7. На основі яких особливостей працівника слід розглядати його індивідуальну варіабельність реакцій на стрес?
8. Спробуйте виділити та охарактеризувати основні типи поведінки персоналу МНС України, що із великою ймовірністю виникають в умовах екстремальної ситуації.
9. Охарактеризуйте поняття “надзвичайна ситуація” в межах діяльності персоналу МНС України.
10. На основі наведеної психологічної класифікації екстремальних ситуацій, що із високою ймовірністю можуть виникнути у діяльності персоналу Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи, визначте стрес-фактори, що впливають на персонал МНС України.
11. Охарактеризуйте основні категорії, що можуть використовуватися при вимірюванні професійного стресу персоналу МНС України.
12. За допомогою яких психодіагностичних методик можливо встановити наявність посттравматичних стресових порушень серед персоналу МНС України?
13. Охарактеризуйте сучасну систему професійного відбору в МНС України.
14. З чого необхідно починати розробку психологічного аспекту фахового відбору?
15. Спробуйте упорядкувати план складання професіограми фахівця конкретного виду діяльності в межах МНС України.
16. Що є основою професійної надійності персоналу МНС України?
17. Як доцільно проводити оцінку професійної надійності персоналу МНС України?
18. Що таке функціональна надійність персоналу МНС України?
19. Що розуміють під стресоусталеністю персоналу МНС України?
20. Які експрес-методики можливо використовувати для визначення загального балансу симпатичної і парасимпатичної регуляції у конкретного працівника?

**Чорноморський національний університет імені Петра Могили**  
Другий (магістерський) рівень вищої освіти  
Галузь знань: 05 – Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність - 053 «Психологія»  
Навчальна дисципліна – **ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ**

**Підсумкова контрольна робота № 2.**

**Варіант № 1.**

1. Охарактеризуйте поняття “надзвичайна ситуація” в межах психологічної діяльності (2 б)
2. Назвіть основні ознаки кризової події (1 б).
3. Наведіть перелік найбільш характерних психічних реакцій, що знижують ефективність вирішення службових задач (2 б)

**5.3. Питання до підсумкової контрольної роботи № 3.**

1. Охарактеризуйте основні підходи щодо підвищення адаптивних можливостей персоналу МНС України.
2. Як підрахувати коефіцієнт індивідуальної успішності виконання задач в умовах надзвичайної ситуації?
3. Розкрийте сутність екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу МНС України.
4. Охарактеризуйте основні задачі та методи сучасної екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу МНС України.
5. Розкрийте основні засоби моделювання психологічних чинників ризиконебезпечних ситуацій службової діяльності в межах екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу МНС України.
6. За якими основними критеріями можливо визначити психологічну підготовленість персоналу МНС України до виконання складних задач службової діяльності?
7. Розкрийте основні напрями діяльності практичних психологів щодо зниження рівня психічних втрат та психічної неадекватності серед персоналу МНС України.
8. Охарактеризуйте запропоновану модель профілактики професійного стресу, що виникає у працівника МНС України при виконанні різноманітних за складністю службових та службово-бойових задач.
9. Які основні стратегії регуляції професійного стресу?
10. Що включає до себе психологічне забезпечення відновлювального періоду діяльності персоналу МНС України?
11. Проведіть порівняльний аналіз стресу, емоційних станів та стомлення.
12. Проведіть семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.
13. Дайте характеристику кожному з трьох основних підходів щодо аналізу професійного стресу, які склалися на сьогодні в сучасній психологічній науці.

14. Спробуйте виділити основні джерела професійного стресу.
15. У чому полягає головний принцип психологічної допомоги?
16. Що вивчає екстремальна психологія?
17. Охарактеризуйте основні методи дослідження, що використовуються в межах екстремальної психології.
18. Як структурно побудувати програму і методикку вивчення психологічних особливостей працівників МНС України?
19. Розкрийте процедуру послідовної динамічної оцінки ситуації.
20. За допомогою яких психодіагностичних методик можливо встановити наявність посттравматичних стресових порушень серед персоналу МНС України?

**Чорноморський національний університет імені Петра Могили**

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Галузь знань: 05 – Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність - 053 «Психологія»

Навчальна дисципліна – **ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ**

**Підсумкова контрольна робота № 3.**

**Варіант № 1.**

1. Проведіть семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”(2 б)
2. Розкрийте процедуру послідовної динамічної оцінки ситуації (1 б).
3. Дайте характеристику кожному з трьох основних підходів щодо аналізу професійного стресу, які склалися на сьогодні в сучасній психологічній науці (2 б)

## **6. Підсумковий контроль (іспит)**

### **Питання до іспиту:**

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 посттравматичному стресі.
89. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів.
90. Використання антистресового тренінгу для психологів.

## Приклад білету до іспиту

**Чорноморський національний університет ім. Петра Могили**

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

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 «\_27\_» серпня 2020 року*

Завідувач кафедри, професор

Лисенкова І. П.

Упорядник, ст. викл. кафедри

Амплеєва О.М.

## 7. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

### Денна форма навчання

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на семінарах	30 (15*2 б)
2	Написання есе	15
3	Написання підсумкових контрольних робіт	15 (3*5б)
4	Складання іспиту	40
	<b>Всього</b>	<b>100</b>

### Заочна форма навчання:

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на семінарах	40 (4*10 балів)
2	Контрольна робота	20
3	Складання іспиту	40
	<b>Всього (разом з балами за 16 і 17 триместри)</b>	<b>100</b>

Оцінювання знань студента під час заліку чи екзамену здійснюється за 100-бальною шкалою, прийнятою у ЧНУ імені Петра Могили.

Оцінка «**Відмінно**» - **90-100 балів** ставиться за умов, якщо студент дав лаконічні і ґрунтовні відповіді на всі запропоновані йому питання. Відповідь свідчить, що студент вільно володіє всім матеріалом курсу, передбаченим робочою програмою, при тому, він має не розрізненні знання окремих тем курсу, а володіє ним комплексно. Студент уміє аргументувати свою відповідь, навести необхідні докази, приклади; аналізувати запропоновані ситуації, посилаючись на джерела інформації. Студент розуміє значимість відповідних знань для особистого життя та для майбутньої професійної діяльності, підтверджуючи це конкретними прикладами.

Найвища оцінка ставиться також за вміння наводити протилежні підходи до оцінки тих чи інших феноменів, співставлення різних наукових позицій, уміння вести полеміку з дослідниками. Під час відповіді студент має продемонструвати не репродуктивну, а творчу розумову діяльність.

Оцінка «**Добре**» - **75-89 балів** ставиться за умов, якщо студент викладає відповідь на кожне питання логічно, розкриваючи основний зміст. Разом з тим,

відповіді не вистачає ґрунтовності, всебічності, деякі важливі нюанси пропущенні. При доборі та наведенні фактів та прикладів студент припускається незначних помилок. В той же час, студент не розуміє актуальності висвітлюваних питань. У висловлюванні власної думки зустрічаються певні неточності. Висновки не носять повного та логічного підсумку.

Оцінка **«Задовільно» - 60-74 балів** виставляється студенту в разі, якщо він не повністю розкрив питання, або не відповів на деякі з них, що свідчить про відсутність повного комплексного засвоєння матеріалів курсу (знає лише певні теми). Відсутня ґрунтовність у розгляді питань, порушується логіка викладу питання. Студент не вміє аналізувати матеріал, не розуміє актуальність проблеми для сьогодення. Аргументація відповіді слабка, вибіркова, мають місце суттєві помилки у використанні фактичного матеріалу. Висновки не відбивають суті питання, або відсутні.

Оцінка **«Незадовільно» - 21-60 балів** виставляється студенту в разі, коли кожне з питань висвітлено поверхнево, або не висвітленими залишаються більшість питань. В процесі висвітлення питань допущенні значні помилки, студент не знає, або плутає фактичний матеріал, не здатний аналізувати основні проблеми, не демонструє творчої розумової діяльності. Власна думка і висновки відсутні.

## 8. Рекомендовані джерела інформації

### 8.1. Основні:

1. Байер О. О. Життєві кризи особистості : навчальний посібник / О. О. Байер. – Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. – 244 с.
2. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості. – Харків: Фоліо, 1996.
3. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тімченка - Х.: УЦЗУ, 2007. - 502 с.
4. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у екстремальній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. 72 с.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін. за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. 207 с.
7. Психологічна підтримка в умовах екстремальних ситуацій: підхід резилієнс: навч.- метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобривкіна, В. Чернобривкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Кієво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017.
8. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т. М. Титаренко. — К.: Агропромвидав України, 1998.
9. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001.- 320 с.
10. Психологія стресостійкості особистості: Монографія. - К.: Ніка-Центр, 2007. - 432 с.

### 8.2. Додаткові:

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг.ред. проф.. О.В.Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502с.
2. Козяр М.М. Екстремально-професійна підготовка до діяльності у надзвичайних ситуаціях. – Львів: «СПОЛОМ», 2004. – 376с.
3. Корнієнко І. Психологічна допомога дітям, що зазнали травми внаслідок катастрофи // Психолог. 2004. № 46 (грудень). С.8-12.
4. Кулеша-Любінець М.М. Психологічне благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту // Актуальні проблеми практичної психології: збірник статей III Всеукраїнської науковопрактичної конференції (Глухів, 10-11 листопада 2016 року) / МОНУ, ГНПУ ім. О.Довженка [та ін.]; відп. ред. В.М.Поліщук. Глухів : РВВ ГНПУ ім. О.Довженка, 2016. С.104-108.
5. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник / Левченко К.Б., Панок В.Г., Трубавіна І.М. К. : Агентство “Україна”. 2015.
6. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер. Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. 120 с.

7. Овсяннікова Я.О. Психологічна допомога дітям, які пережили психічну травму внаслідок екстремальної ситуації // Право і безпека. 2012. №1 (43). С. 317-321.
8. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика: Навч. посіб. – К.: Либідь, 2015. – 255 с.
9. Психологічне забезпечення професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: [навчальний посібник]/ Микола Андрійович Кришталь. – Черкаси: Академія пожежної безпеки імені Героїв Чорнобіля, 2011. – 226с.
10. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / Під кер. В. Б. Шапаря. — Х. : Прапор, 2009. — 672 с.
11. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Титаренко Т.М. – К.: Либідь, 2003. 376 с

### ***8.3. Інформаційні ресурси***

1. <http://extrpsy.nuczu.edu.ua/sites/all/books/kryzova.pdf>.
2. [http://20151023114554\\_simyi\\_z\\_ditmy\\_v\\_period\\_viysk\\_konfliktu.pdf](http://20151023114554_simyi_z_ditmy_v_period_viysk_konfliktu.pdf).
3. <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
4. <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/246>