

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Медичний інститут

Кафедра психології



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

Т.в.о. директора НН ІПО

Начальник НМВ

І.В. Астремська

Н.І. Миропольцева

І.П. Лисенкова

Н.О. Терентьєва

К.М. Зуб

С.І. Шкірчак

Миколаїв – 2023 рік

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	Нормативна	
Курс навчання	V	
Навчальний рік	2022-2023	
Номери семестрів:	Денна форма	Заочна форма
	10-й	
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
	36 год	8 год.
	36 год	10 год.
	78 год	132 год.
Відсоток аудиторного навантаження	48 %	12%
Мова викладання	українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	-	-
Форма підсумкового контролю	Екзамен (11-й семестр)	Екзамен (16-й семестр)

1. 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 керуватися 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 орієнтуватися у теоретичних підходах та практичних напрямках сучасної психології.

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

2. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

№ з/п	Теми	Лекції	Групові заняття	СРС, в т.ч. індивідуальна
МОДУЛЬ І. ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ ЯК НАУКА ТА НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА				
Блок 1. Освоєння базового теоретичного апарату дисципліни				
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. Катастрофа. Психологія катастрофи	2	1	5
	Контрольна робота за блоком 1.	-	1	3
Усього – 30 год. Кредитів ECTS – 1		6	6	18
МОДУЛЬ ІІ. ПСИХОЛОГІЧНА ТРАВМА ТА ПТСР				
4.	Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу	2	2	10
5.	Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій	6	6	10
6.	Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація	2	1	10
	Контрольна робота за блоком 2.	-	1	10
Усього – 60 год. Кредитів ECTS – 2		10	10	40
МОДУЛЬ ІІІ. ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В РІЗНИХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ				
Блок 3. Психологічна допомога в умовах втрати особистісної цілісності				
7.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані	2	2	3
8.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані	4	4	3
9.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані	4	4	3
10.	Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію	2	2	3
11.	Основні аспекти переживання горя	4	4	3
12.	Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів	4	3	3
	Контрольна робота за блоком 3.	-	1	2
Усього – 60 год. Кредитів ECTS – 2		20	20	20
Всього за курсом – 150 год. Кредитів ECTS – 5.		36	26	78

Заочна форма:

№ з/п	Теми	Лекції	Групові заняття	СРС, в т.ч. індивідуальна
МОДУЛЬ І. ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ ЯК НАУКА ТА НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА				
Блок 1. Освоєння базового теоретичного апарату дисципліни				
	Місце кризової психології у системі психологічних знань	2	2	7
2.	Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості	2	2	7
3.	Вплив кризового стану суспільства на особистість. Катастрофа. Психологія катастрофи			8
Усього – 30 год. Кредитів ECTS – 1		4	4	22
МОДУЛЬ ІІ. ПСИХОЛОГІЧНА ТРАВМА ТА ПТСР				
4.	Поняття психологічної травми та посттравматичного стресового розладу			19
5.	Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій	2	2	15
6.	Психологія паніки та стресу. Насильство як екстремальна ситуація			22
Усього – 60 год. Кредитів ECTS – 2		2	2	56
МОДУЛЬ ІІІ. ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В РІЗНИХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ				
Блок 3. Психологічна допомога в умовах втрати особистісної цілісності				
7.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у передсуїцидальному стані			10
8.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в алкогольному стані			10
9.	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває у наркотичному стані			10
10.	Надання психологічної допомоги дітям, що пережили травматичну ситуацію			10
11.	Основні аспекти переживання горя	2	2	4
12.	Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії. Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів		2	10
Усього – 60 год. Кредитів ECTS – 2		2	4	54
Всього за курсом – 150 год. Кредитів ECTS – 5.		8	10	132

4. Зміст навчальної дисципліни

4.1. План лекцій (денна форма)

№	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. Катастрофа. Психологія катастрофи</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Природа сучасного соціального конфлікту. Специфіка соціетальних 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. 6. Поняття катастрофи у психології. 7. Особливості виникнення катастрофи. 8. Первинна реакція на катастрофу. 9. Поводження кризового психолога в умовах катастрофи.
4	<p>Тема 4. 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. 2. Оцінка рівня професійного стресу. 3. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень. 4. Коротка шкала тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу. 5. Шкала стресу.
5	<p>Тема 5. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій</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.

6	<ol style="list-style-type: none"> 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).
7	<ol style="list-style-type: none"> 8. Екстремальні ситуації. 9. Масові явища в період екстремальних ситуацій. 10. Психологія паніки та стресу. 11. Насильство як екстремальна ситуація.
8	<p>Тема 6. 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”. 2. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення. 3. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”. 4. Фактори, що посилюють вплив психічної травми. 5. Основні теорії (моделі) професійного стресу.
9	<p>Тема 7. 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. 2. Фактори суїцидальної небезпеки. 3. Індикатори суїцидального ризику. 4. Допомога потенційному суїциденту
10	<p>Тема 8. 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.
11	<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.
12	<p>Тема 9. 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.
13	<ol style="list-style-type: none"> 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.
14	<p>Тема 10. 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 казкотерапії.
15	Тема 11. Основні аспекти переживання горя <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.
16	<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
17	Тема 12. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів <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.
18	<ol style="list-style-type: none"> 4. Поняття психічного здоров'я. 5. Особливості професійного довголіття. 6. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів.

Заочна форма:

№	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	<p>Тема 5. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій</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).
	<ol style="list-style-type: none"> 8. Екстремальні ситуації. 9. Масові явища в період екстремальних ситуацій. 10. Психологія паніки та стресу. 11. Насильство як екстремальна ситуація.
4	<p>Тема 11. Основні аспекти переживання горя</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Психологія горя. 10. Переживання суїциду близької людини. 11. Допомога людині, яка переживає горе. 12. Як спілкуватися з тим, хто втратив близьку людину. 13. Ускладнене горе. 14. Психокорекція горя по загиблому. 15. Етапи горя (за Л.Б. Шнейдером). 16. Психотехніки психологічної допомоги при значних втратах. Робота з горем

4.2. План групових занять денної форми

№	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. Катастрофа. Психологія катастрофи</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Природа сучасного соціального конфлікту. Специфіка соціетальних 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. 6. Поняття катастрофи у психології. 7. Особливості виникнення катастрофи. 8. Первинна реакція на катастрофу. 9. Поводження кризового психолога в умовах катастрофи.
4	<p>Тема 4. 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. 2. Оцінка рівня професійного стресу. 3. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень. 4. Коротка шкала тривоги, депресії та посттравматичного стресового розладу. 5. Шкала стресу.
5	<p>Тема 5. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій</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
6	<ol style="list-style-type: none"> 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,

7	<p>постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій (за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я).</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Екстремальні ситуації. 9. Масові явища в період екстремальних ситуацій. 10. Психологія паніки та стресу. 11. Насильство як екстремальна ситуація.
8	<p>Тема 6. 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”. 2. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення. 3. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”. 4. Фактори, що посилюють вплив психічної травми. 5. Основні теорії (моделі) професійного стресу.
9	<p>Тема 7. 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. 2. Фактори суїцидальної небезпеки. 3. Індикатори суїцидального ризику. 4. Допомога потенційному суїциденту
10	<p>Тема 8. 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.
11	<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.
12	<p>Тема 9. 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.
13	<ol style="list-style-type: none"> 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.
14	<p>Тема 10. 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 казкотерапії.
15	Тема 11. Основні аспекти переживання горя 1. Психологія горя. 2. Переживання суїциду близької людини. 3. Допомога людині, яка переживає горе. 4. Як спілкуватися з тим, хто втратив близьку людину.
16	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
17	Тема 12. Професійна діяльність в екстремальних умовах. Екстремальні професії Збереження психічного здоров'я та професійного довголіття кризових психологів 1. Загальне поняття про екстремальні умови роботи. 2. Основні принципи та поняття екстремальної психології.
18	3. Екстремальні професії. Типи і види. 4. Поняття психічного здоров'я. 5. Особливості професійного довголіття. 6. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів.

Заочної форми навчання:

№	Тема заняття / план
1	Тема 1. Місце кризової психології у системі психологічних знань 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 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 5. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Масові явища в період екстремальних ситуацій</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. Екстремальні ситуації. 9. Масові явища в період екстремальних ситуацій. 10. Психологія паніки та стресу. 11. Насильство як екстремальна ситуація.
4	<p>Тема 11. 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
5	<p>Тема 12. 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. 3. Екстремальні професії. Типи і види. 4. Поняття психічного здоров'я. 5. Особливості професійного довголіття. 6. Використання засобів антистресового тренінгу для психологів.

4.3. Завдання для самостійної роботи

1. Підготовка до групових занять.
2. Написання есе на вибір за такими темами:
 - 2.1. Я-пряме та інвертоване
 - 2.2. «100 запитань».
 - 2.3. Життєві обмеження
 - 2.4. Нестандартні вчинки в моєму житті
 - 2.5. Травматична подія в моєму житті і вихід з неї
 - 2.6. Ресурсність особистості та її психологічні детермінанти
 - 2.7. Нетривіальні способи психологічної підтримки в моєму житті
 - 2.8. Основні ознаки та особливості кризової події.
 - 2.9. Сутність психічної травми.

2.10. Психологічний зміст переживання.

3. Розробка презентації та виступу на конференції. Презентація та текст доповіді розробляються відповідно до написаних тез до умовної науково-практичної конференції. Виступ здійснюється в усній формі на семінарському занятті (7 хв.).

Теми презентацій

1. Міжнародний досвід психологічного консультування дітей з обмеженими можливостями.
2. Технології та принципи психологічного консультування.
3. Психопрофілактична робота: вітчизняний та зарубіжний досвід.
4. Технології та методи психокорекції.
5. Технології та методи психологічної допомоги проблемних сімей.
6. Роль агентів соціального контролю в становленні та розвитку дитини.
7. Концепція Е. Еріксона: загальні положення.
8. Технології та методи психологічної допомоги онкохворим дітям.
9. Психоаналітична теорія З. Фрейда та аналітичну психотерапію К.Юнга: спільне та відмінне.
10. Роль Е. Фрома в психотерапії.
11. Теорія міжособистісних стосунків Г. Саллівена.
12. Концепція транзактного аналізу Е. Берна.
13. Феноменологічні та холістичні підходи в концепції К. Роджерса.
14. Релаксація: роль, зміст, особливості.
15. Символдрама як метод психотерапії.
16. Роль А. Хілла та К. Юнга в розвитку арт-терапії.
17. Арт-терапія як метод психологічного лікування.
18. Роль А. Адлера в індивідуальній психології.
19. Сугестивні методики у психологічному консультуванні.
20. Методики поведінкової терапії в роботі з різними категоріями клієнтів
21. Технології та методи використання психодрами в психологічному консультуванні.
22. Роль гештальт-терапії в роботі з різними категоріями клієнтів: вітчизняний та зарубіжний досвід.
23. Технології та методи роботи з синдромом емоційного вигорання.
4. Підготовка до написання підсумкових контрольних робіт.
5. Підготовка до контрольної роботи для заочної форми навчання.

1. Підготовка до групових занять.

На групових заняттях викладач оцінює підготовлені здобувачами вищої освіти виступи, активність на занятті (відповіді на запитання, наведення прикладів з досвіду та обробленої літератури), вміння формулювати та відстоювати свої думки. Робота на груповому занятті оцінюється за наступними показниками:

- а) за наявність лекційного зошиту, наявність та якість відпрацювання в ньому конспектів за всіма заняттями змістового модулю;
- б) за підготовлену усну доповідь нараховується;
- в) за надання правильної усної (письмової) відповіді на поставлене запитання під час заняття, за доповнення.

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).

2. Розробка презентації та виступу на конференції. Презентація та текст доповіді розробляються відповідно до написаних тез до умовної науково-практичної конференції. Виступ здійснюється в усній формі на семінарському занятті (7 хв.).

Структура доповіді:

- 1) тема наукового дослідження;
- 2) актуальність обраної проблеми;
- 3)основний зміст;
- 4) висновки.

Доповідачу можуть бути задані питання з боку студентів і викладача. Оцінюється ступінь розкритості теми, актуальність та повнота наданих відповідей на запитання.

Теми презентацій

1. Кризові стани в житті особистості. Психологічні наслідки кризових станів.
2. Критерії відмінності стресу та ПТСР.
3. Стратегії подолання (копінг стратегії) у стресових ситуаціях.
4. Поняття кризових станів. Типологізація кризових станів, їх опис.
6. Психологічна допомога щодо запобігання та корекції кризових станів.
7. Кризова інтервенція. Етапи та специфіка кризового психологічного консультування.
8. Психологічний дебрифінг як вид кризового психологічного консультування.
9. Методи діагностики загальних характеристик кризової ситуації, типових форм реагування клієнта на неї.
10. Поняття про кризову терапію. Основні напрямки психотерапевтичної допомоги у кризових станах.
11. Основні принципи когнітивно - біхевіоральної терапії А. Бека.
12. Основні принципи клієнтцентрованої терапії К. Роджерса.
13. Короткострокова терапія орієнтована на вирішення проблеми.
14. Наративна терапія М. Уайт, Д. Епстон.
15. Характеристика можливих варіантів стереотипних форм поведінки в умовах екстремальної ситуації.
16. Основні принципи надання першої психологічної допомоги.
17. Алгоритм поведінки психолога в епіцентрі екстремальної ситуації.
18. Алгоритм переробки інформації людиною в нормальних і екстремальних ситуаціях.
19. Психотехніки підвищення рівня стресостійкості. Регуляція, саморегуляція психічних станів до, в умовах і після екстремальних ситуацій.
20. Визначення горя. Критичні періоди горя, комплекс симптомів горя за І. Малкіною-Пих.
21. Психологічні наслідки нетипового спотвореного переживання горя.

22. Психологічні особливості переживання горя дітьми.
23. Етапи психологічної допомоги відповідно до стадій переживання горя: психологічна допомога на стадії шоку; допомога на стадії гострого горя; допомога на стадії відновлення.
24. Тренінг «Зцілення від горя» І. Малкіна-Пих.
25. Особливості психологічного консультування в ситуації втрати.
26. Особливості психологічної допомоги дітям які переживають горе.
27. Наслідки впливу на психіку екстремальних ситуацій.
28. Основні ознаки прояву ПТСР.
29. Основні методи діагностики ПТСР.
30. Сутність, невідкладна психологічна допомога, діагностика, прийоми вирішення конфлікту викликаного посттравматичним стресовим розладом у учасників військових дій.
31. Психологічна реабілітація військовослужбовців з постстресовими психічними розладами.
32. Психологічний тренінг реадaptaції учасників військових дій. Методи когнітивно-біхавіористичної терапії, НЛП-техніки.
33. Метод десенсибілізації та переробки рухами очей (Eye Movement Desensitization and Reprocessing therapy, EMDR) Ф. Шапіро.
34. Поняття посттравматичного особистісного зростання (П. Лушин).
35. Витоки домашнього насильства. Три типи сімейної жорстокості.
36. Методи психологічної допомоги потерпілим від насильства.
37. Психологічні технології надання психологічної допомоги при професійному вигоранні.
38. Основні підходи до проблеми аутоагресивної поведінки в психологічній науці.
39. Перша психологічна допомога та подальший соціально-психологічний супровід осіб схильних до суїцидальної поведінки.
40. Методи профілактики суїцидів серед молоді.

3. Підготовка до 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.

4. Підготовка до контрольної роботи 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 (5 балів);
 - логічність і послідовність викладення матеріалу (5 балів).

4.4. Забезпечення освітнього процесу

Освітній процес повністю забезпечується «Психологія кризових станів».

I. Технічні засоби навчання:

- 1) ноутбук;
- 2) проектор.

II. Програмне забезпечення: Power Point, Microsoft Excel, SPSS, платформа дистанційного навчання Moodle.

5. Поточний контроль

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 методiku 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 недієздатності 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 методику 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 « 28 » серпня 2023 року

Завідувач кафедри, професор
Упорядник, доцент кафедри

Лисенкова І. П.
Астремська І.В.

7. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

Денна форма навчання

Форма контролю	Максимальна оцінка одиниці	Кількість заходів	Сума балів
Відповіді на групових заняттях	2	15	30
Написання есе	5	1	5
Розробка презентації та виступу на конференції	10	1	10
Написання підсумкових контрольних робіт за блоками	5	3	15
Загальна кількість балів			60
Іспит			40
Всього			100

Заочна форма навчання

Форма контролю	Максимальна оцінка одиниці	Кількість заходів	Сума балів
Відповіді на групових заняттях	10	4	40
Написання есе	5	1	5
Розробка презентації та виступу на конференції	10	1	10
Написання контрольної роботи	5	1	5
Загальна кількість балів			60
Іспит			40
Всього			100

Пояснення до умов визначення рейтингу

Денна форма

Критерії оцінювання навчальних досягнень	Бали
1. Бали за відповіді на групових заняттях	
Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних	<u>2</u>

думок, здійснює аналіз та робить висновки.	
Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.	<u>1</u>
<u>2. Бали за написання есе</u>	
Повністю розкрита тема, якісно оформлений матеріал. Містить вступ, основну частину, висновки та список літератури за останні 5 років. Захист проведений на високому рівні.	<u>5</u>
Повністю розкрита тема, якісно оформлений матеріал. Містить вступ, основну частину, висновки та список літератури не за останні 5 років. Захист проведений на середньому рівні.	<u>4</u>
Повністю розкрита тема, матеріал оформлений на середньому рівні. Структура не повна та список літератури не за останні 5 років. Захист проведений на середньому рівні.	<u>3</u>
Тема розкрита на середньому рівні, матеріал оформлений на низькому рівні. Структура не повна та список літератури не за останні 5 років. Захист проведений на низькому рівні.	<u>2</u>
<u>Тема не розкрита, вимоги не дотримані.</u> Захист проведений на низькому рівні.	<u>1</u>
<u>Розробка презентації та виступу на конференції.</u>	
Актуальність та новизна дослідження, представленого у презентації	<u>2</u>
Науковий стиль та грамотна побудова виступу на конференції	<u>3</u>
Наочність, зрозумілість і структурованість матеріалів презентації	<u>3</u>
Відповіді на питання після виступу	<u>2</u>
<u>3. Бали за написання контрольних робіт</u>	
<u>Бальна оцінка, відображена на кожному питанні варіанту контрольної</u>	
Повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки, правильне використання формул та проведення розрахунків.	<u>максимальний бал за питання</u>
<u>Відповідь не повна, не містить аргументів.</u>	<u>зниження оцінки</u>

Заочна форма

Критерії оцінювання навчальних досягнень	Бали
<u>1. Бали за відповіді на групових заняттях</u>	
Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки.	<u>6-10</u>
Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.	<u>1-5</u>
<u>2. Бали за написання есе</u>	
Повністю розкрита тема, якісно оформлений матеріал. Містить вступ,	<u>5</u>

основну частину, висновки та список літератури за останні 5 років. Захист проведений на високому рівні.	
Повністю розкрита тема, якісно оформлений матеріал. Містить вступ, основну частину, висновки та список літератури не за останні 5 років. Захист проведений на середньому рівні.	<u>4</u>
Повністю розкрита тема, матеріал оформлений на середньому рівні. Структура не повна та список літератури не за останні 5 років. Захист проведений на середньому рівні.	<u>3</u>
Тема розкрита на середньому рівні, матеріал оформлений на низькому рівні. Структура не повна та список літератури не за останні 5 років. Захист проведений на низькому рівні.	<u>2</u>
Тема не розкрита, вимоги не дотримані. Захист проведений на низькому рівні.	<u>1</u>
<u>Розробка презентації та виступу на конференції.</u>	
Актуальність та новизна дослідження, представленого у презентації	<u>2</u>
Науковий стиль та грамотна побудова виступу на конференції	<u>3</u>
Наочність, зрозумілість і структурованість матеріалів презентації	<u>3</u>
Відповіді на питання після виступу	<u>2</u>
<u>3. Бали за написання контрольних робіт</u>	
<u>Бальна оцінка, відображена на кожному питанні варіанту контрольної</u>	
Повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки, правильне використання формул та проведення розрахунків.	<u>максимальний бал за питання</u>
<u>Відповідь не повна, не містить аргументів.</u>	<u>зниження оцінки</u>

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 пропущені. 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. Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту. 2018. 244 с.
2. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості. Харків: Фоліо. 2019.
3. Дубравська Д.М. Основи психології: навч. посіб. Львів: Світ. 2018. 280 с.
4. Дуткевич Т.В. Практична психологія: вступ до спеціальності: навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури. 2019. 255 с.
5. Максименко С.Д. Загальна психологія: навч. посібник. Київ: Центр учбової літератури. 2020. 272 с.
6. Тімченко О.В. Екстремальна психологія: підручник. Х.: УЦЗУ. 2020. 502 с.
7. Тімченко О.В. Кризова психологія: навчальний посібник. Х.: НУЦЗУ. 2019. 401 с.
8. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у екстремальній ситуації: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ: Кушнір Г. М. 2020. 72 с.
9. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник: за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ “Видавництво “Логос”. 2019. 207 с.
10. Психологічна підтримка в умовах екстремальних ситуацій: підхід резилієнс: навч.- метод. Посіб.: за заг. ред. Н. Гусак. Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». Київ : НаУКМА. 2019. 150 с.
11. Психологія стресостійкості особистості: монографія. К.: Ніка-Центр. 2018. 432 с.

8.2. Додаткові:

1. Козяр М.М. Екстремально-професійна підготовка до діяльності у надзвичайних ситуаціях. Львів: «СПОЛОМ». 2019. 376с.
2. Кулеша-Любінець М.М. Психологічне благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту. *Актуальні проблеми практичної психології: збірник статей III Всеукраїнської науковопрактичної конференції*. Глухів : РВВ ГНПУ ім. О.Довженка. 2019. С.104-108.
3. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник. К. : Агентство “Україна”. 2018. 265 с.
4. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію. Львів: Видавництво УКУ, Свічадо. 2017. 120 с.
5. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика: навч. посіб. К.: Либідь. 2018. 255 с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь. 2019. 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.
3. <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
4. <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/246>