

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015 Екземпляр №1	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022 Арк 15 / 1

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
публічного управління та права

30 серпня 2022 р., протокол № 5

Голова Вченої ради

Димитрій ГРИЦИШЕН



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ»

для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «магістр»

спеціальності 053 «Психологія»

освітньо-професійна програма «Психологія»

факультет публічного управління та права

кафедра психології та соціального забезпечення

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального
забезпечення

29 серпня 2022 р.,

протокол № 1

Завідувач кафедри психології та
соціального забезпечення

Ірина ЛЕГАН

Розробник: доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології

та соціального забезпечення МАТЕЮК Олег

Житомир
2022 – 2023 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/2

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	05 «Соціальні та поведінкові науки»	нормативна	
Модулів – 4	053 «Психологія»	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 8		1-й	–
Загальна кількість годин – 150		Семестр	
		2	–
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4	Освітній рівень: «магістр»	Лекції	
		32 год.	–
		Практичні, семінарські	
		32 год.	–
		Лабораторні	
		–	–
		Самостійна робота	
86 год.	–		
		Вид контролю: екзамен	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної роботи становить: для денної форми навчання – 43% аудиторних занять, 57% самостійної роботи.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/3

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни «Кризова психологія» є формування у студентів системних теоретичних знань про структуру кризових ситуацій, про психологічні механізми, що забезпечують безпеку поведінки суб'єкта в життєвому просторі; засвоєння ними методів кризової психології й застосування відповідних профілактичних заходів.

Завдання вивчення дисципліни закріплені у нормативно-правових документах Міністерства освіти і науки України. Зміст курсу передбачає не тільки засвоєння студентами наукових понять про предмет і об'єкт кризових ситуацій; побудови типології екстремальних і критичних ситуацій; визначення взаємозв'язку психології діяльності в кризових ситуаціях з іншими галузями психології; розрізнення суб'єктивних і об'єктивних факторів небезпеки; але й обґрунтування необхідності організації системи активної профілактики екстремальних і критичних ситуацій. Також результатом засвоєння курсу є інформування про способи діяльності надання психологічної допомоги в критичних ситуаціях тощо.

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Кризова психологія» студенти повинні знати:

- предмет і об'єкт кризової психології;
- класифікацію кризових ситуацій;
- критеріальні підстави типології кризових ситуацій;
- режими функціонування свідомості в екстремальних і кризових ситуаціях;
- психотехніки подолання кризових ситуацій;
- детермінанти трансформації штатних і позаштатних ситуацій в екстремальні й критичні;
- суб'єктивні й об'єктивні чинники небезпеки у процесі формування й розвитку екстремальних і кризових ситуацій;
- алгоритм проведення психологічної експертизи екстремальних і кризових ситуацій;
- складові рефлексивної культури як основи подолання кризових ситуацій;
- психологічні особливості прояву стресу;
- сутність та значення саморегуляції й релаксації в успішному подоланні кризових ситуацій;
- психологічні особливості виникнення й подолання депресії;
- рефлексивну культуру осіб небезпечних професій.

в м і т и:

- розв'язувати практичні (прикладні) і дослідницькі завдання, орієнтовані на науково-дослідну роботу в сфері психологічної допомоги;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/4

– використовувати сучасні технології збору, обробки й інтерпретації отриманих емпіричних даних в галузі психології особистості й психологічної допомоги;

– конструювати, реалізовувати й аналізувати результати процесу психологічного супроводу особистості (групи), що переживає кризову/надзвичайну ситуацію;

– проектувати й реалізовувати в практиці психологічної допомоги нові психокорекційні й супровідні програми;

– діагностувати рівень психологічних ускладнень, що виникають у особистості в кризовій і/або надзвичайній ситуації;

– оцінювати особливості кризового стану особистості;

– визначати стратегію індивідуального психологічного супроводу (психокорекції) особистості дорослих і дітей, що переживають кризову ситуацію, а також стратегію групової роботи з потерпілими в результаті надзвичайних ситуацій;

– здійснювати підтримувальну, корегувальну або розвивальну діяльність у процесі роботи з особистістю й/або групою потерпілих;

– комплексно розрізняти типові психічні стани людини в ситуаціях різного ступеня складності;

– надати за необхідності «швидку психологічну допомогу» у кризових ситуаціях.

Методологія вивчення навчальної дисципліни «Кризова психологія» будується на взаємозв'язку теоретичних концепцій та тих практичних навичок, яких набувають студенти за результатами лекційних, практичних занять та самостійної роботи.

Відповідно до Стандарту вищої освіти України (другий (магістерський) рівень, галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальність 053 «Психологія»), змісту освітньо-професійної програми, опанування навчальної дисципліни «Кризова психологія» забезпечуватиме формування **інтегральної компетентності** (здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог), а також таких **загальних (ЗК) та спеціальних компетентностей (СК)**:

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.

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

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/5

СК5. Здатність організувати та реалізувати 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.

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

СК11. Здатність здійснювати психологічний супровід осіб в кризових та надзвичайних ситуаціях і надавати психологічну допомогу цим категоріям населення.

СК12. Здатність використовувати психологічний інструментарій надання допомоги представникам соціально-вразливих категорій населення.

Отримані знання з навчальної дисципліни «Психологія мас» стануть складовими таких **програмних результатів** навчання:

ПР2. Вміти організувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.

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.

ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

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

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

ПРН13. Визначати напрями психологічного супроводу осіб в кризових та надзвичайних ситуаціях, розробляти та впроваджувати програми реабілітації та реадаптації цих категорій населення.

ПРН14. Вміти застосовувати інноваційні психологічні технології при роботі з соціально-вразливими категоріями населення.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/6

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Теоретичні та методологічні засади кризової психології

Тема 1. Теорія та методологія психології криз.

Психологія життєвих ситуацій. Важкі життєві ситуації. Криза як психологічна наслідок важких і екстремальних ситуацій. Науково-теоретичні основи вчень про стрес, його структура, стресори. Психотравмуючі фактори, що впливають на виникнення реакцій дезадаптації в дитячому й підлітковому віці. Теоретичні аспекти посттравматичного стресу. Емпіричні моделі посттравматичного стресу.

Співвідношення понять «середовище» і «ситуація». Визначення ситуації як відрізок життєвого шляху, систему об'єктивних і суб'єктивних елементів (зовнішніх і внутрішніх умов), які виникають при взаємодії особистості й середовища в певний період часу. Підходи до розуміння співвідношення об'єктивного й суб'єктивного в ситуації. Співвідношення особистостей і ситуації: вплив ситуації на особистість, створення особистістю ситуації, сприйняття однієї й тієї ж ситуації різними людьми й варіативність реагування на неї.

Поведінка людини у важких життєвих ситуаціях. Методи психологічного захисту. Копінг-поведінка. Адаптація особистості до ситуації. Пристосування як стратегія адаптації.

Тема 2. Уявлення про екстремальні умови та кризові стани.

Оптимальні й екстремальні умови проживання. Виникнення екстремальних умов у професійній діяльності й побуту, у спілкуванні. Когнітивні, рольові, екзистенційні й інші типи конфліктів, що визначають екстремальність умов життя й праці. Паніка як екстремальний кризовий стан.

Екстремальна або надзвичайна ситуація, де джерело загрози знеособлене (катастрофи, природні нещастя, війни, епідемії і т.д.) і де джерелом погрози виступає інша особа (потерпілі від насильницьких злочинів, терористичних актів тощо). Об'єктивні й суб'єктивні характеристики надзвичайних ситуацій.

Розгляд криз в об'єктивному контексті як частини життєвого шляху індивіда. Поняття про «нормативну психологічну кризу»: «криза 7-літнього віку», «криза підліткового віку», «криза середини життя» та ін. Результат переживання вікової кризи є переходом на новий щабель розвитку організму й психіки. Розгляд криз у суб'єктивному контексті, так звані «індивідуальні духовні кризи», наприклад, втрата сенсу життя. Розгляд криз у контексті суб'єкт-об'єктної взаємодії людини в життєвій ситуації, так звані, «індивідуальні кризи життєвого шляху».

Групи феноменів, названих у психології «переживання»: переживання як вираження суб'єктивного забарвлення відзеркаленої реальності; переживання як набір емоційних реакцій; переживання кризової ситуації як внутрішня психічна

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/7

діяльність, що сприяє переробці змісту свідомості у важкій життєвій ситуації. Динаміка переживань у період кризи.

Тема 3. Теоретичні аспекти посттравматичного стресу.

Багатозначність поняття стресу: стрес як подія, що несе додаткове навантаження; стрес як реакція; стрес як проміжна змінна; стрес як трансактний процес. Концепція адаптаційного синдрому Г. Сельє. Психофізіологія стресу.

Групи психотравмувальних подій залежно від джерела й масштабу їх впливу: страх війни, екологічних нещасть; переживання, пов'язані із вступом у школу або іншу установу, труднощами освоєння професії, з атмосферою відкидання або ворожості з боку однокласників або співробітників; переживання щодо неправильного виховання; психічна травматизація, обумовлена перебуванням в умовах відриву від близьких тощо. Короткочасно діючі стресори. Тривало діючі стресори. Стресори активної діяльності. Стресори оцінок. Стресори неузгодженості діяльності. Фізичні й природні стресори.

Психодинамічна модель посттравматичного стресу. Когнітивні концепції психічної травми. Співвідношення наслідків посттравматичного стресу й психосоціальних умов. Двофакторна теорія виникнення посттравматических стресових розладів. Теорія патологічних асоціативних емоційних мереж. Мультифакторна концепція посттравматичних стресових розладів.

Бойова психічна травма. Фактори й механізми розвитку бойової психічної травми. Реакції бойового стресу: гострі стресові реакції, преневротичні й невротичні реакції, стійкі зміни особистості й патохарактерологічні реакції, реактивні психози. Суїцидальна поведінка як реакція бойового стресу. Аддиктивна поведінка. Бойові стресові розлади в поранених і контужених. Віддалені наслідки бойової психічної травми. Посттравматичні розлади в жертв злочинів і сексуального насильства. Посттравматичні наслідки терористичної погрози і її наслідки.

Модуль 2

Технології психологічного супроводу

Тема 4. Технології психологічного супроводу в кризових станах.

Вступ у проблематику психологічного супроводу особистості в кризовому стані. Основні поняття й методи. Процес психологічного консультування. Кризова інтервенція. Екстрена психологічна допомога. Психологічний супровід у ситуації суїцидальних намірів. Технології психологічної допомоги в ситуації насильства. Психологічний супровід у ситуації втрати й помирання. Методи психологічної допомоги при посттравматичному стресі. Психопрофілактика вторинної травматизації фахівців.

Кризова інтервенція як метод психологічної допомоги в кризовій ситуації. Модель кризової ерозії. Методи й завдання кризової інтервенції.

Дебрифінг як групова форма кризової інтервенції й захід екстреної психологічної допомоги. Ціль і завдання дебрифінга; особливості проведення.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/8

Основні фази дебрифінга: вступна фаза, фаза опису фактів, фаза опису думок, фаза опису переживань, фаза опису симптомів, фаза навчання, завершальна фаза. Особливості проведення дебрифінгу на кожній фазі.

Методи самодопомоги в кризових ситуаціях: самоспостереження, ведення щоденника, автобіографія, релаксація, робота зі своїми сновидіннями, медитація.

Тема 5. Психологічний супровід у ситуації суїцидальних намірів.

Фактори суїцидальної небезпеки: соціально-демографічні, медичні, біографічні, а також зовнішні обставини й внутрішні установки. Основні аспекти суїцидальної ситуації. Ознаки суїцидальної поведінки: ситуаційні, поведінкові, когнітивні, емоційні індикатори суїцидального ризику, комунікативні сигнали суїцидального ризику. Оцінка суїцидального ризику.

Основні принципи роботи із запобігання суїциду: встановлення контакту, одержання інформації, оцінка суїцидального потенціалу, оцінка й мобілізація ресурсів, вироблення терапевтичного плану. Психологічні стратегії, спрямовані на зниження ризику суїциду. Особисте вставлення консультанта до проблеми суїциду та смерті.

Консультування суїцидальних клієнтів. Консультування вцілілих після самогубства. Можливості групової кризової психотерапії й реорієнтаційного тренінгу.

Тема 6. Технології психологічної допомоги в ситуації насильства.

Поняття й види насильства: фізичне, психологічне, сексуальне, домашнє. Цикл насильства. Ознаки насильства в дітей і підлітків. Наслідку насильства; наслідку насильства в дітей.

Методи психологічної допомоги потерпілим від насильства. «Стадії зцілення від насильства» (за С. Брукер). Особливості консультування жертв сімейного й сексуального насильства. Тренінг з ритмо-рухової терапії й тренінг позитивного сприйняття себе й асертивної поведінки у психологічному супроводі потерпілих від насильства. Особливості психологічного супроводу (консультування, психотерапії й тренінгів) з дітьми, що постраждали від насильства: тренінг саморозвитку й самовизначення; консультування в ситуації мобінга.

Модуль 3

Основи кризової психології дитинства

Тема 7. Психологія неблагополучного дитинства.

Специфіка психотравми у дітей. Види несприятливих психосоціальних чинників, що призводять до розвитку психотравми у дітей і підлітків: несприятливі чинники, пов'язані з дитячими установами; сімейні несприятливі чинники.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/9

Співвідношення зовнішніх і внутрішніх домінант відношення до психологічної травми у дитини й батьків. Залежність ваги травми від порога витривалості, психічної організації дитини і її фіксації на травмі.

Основні проблеми неблагополучного дитинства: соціальне сирітство, безпритульність і бездоглядність, змушені переселенці, біженці, важке фізичне захворювання, перебування в зоні воєнних дій, стихійні лиха й катастрофи, втрата близької людини.

Насильство як особливий вид травматичної ситуації. Зневага інтересами й потребами дитини. Наслідки насильства у дітей. Психологічне насильство. Фізичне насильство. Сексуальне насильство.

Розлучення батьків як один з видів травматизації дитини.

Системний підхід у психологічній допомозі дітям і членам їх родин. Системна сімейна психотерапія: основні цілі, стратегічні завдання, рівні діагностики й відповідні їм теоретичні підходи.

Сімейне психологічне консультування. Ігрова сімейна психотерапія. Казкотерапія. Арт-терапія. Психодрама. Сімейне розміщення Б. Хелінгера.

Техніки психодинамічного підходу й корекції. Відмінність психоаналізу від інших видів психологічної допомоги. Робота із клієнтом у руслі глибинної психології. Предмет аналітичної психології в роботах З. Фройда, К. Юнга, Е. Берна. Метод Юнгіанської піскової терапії як ефективний спосіб корекції в посткризовий період. Корекція психологічних захистів, психологічного рекету й ігор за Е. Берном.

Тема 8. Психотравмувальні чинники, що впливають на виникнення реакцій дезадаптації в дитячому й підлітковому віці.

Шоківі психічні травми; психотравмувальні ситуації щодо короткочасної дії, але психологічно дуже значимі; хронічно діючі психотравмувальні ситуації, що зачіпають основні ціннісні орієнтації дитини; фактори емоційної депривації. Типи кризових ситуацій у ранньому, дошкільному віці й шкільному віці. Характерологічні й патохарактерологічні реакції. Реакції, властиві переважно дітям. Реакції, властиві переважно підліткам. Профілактика дезадаптацій у дітей і підлітків.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/10

4. Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Змістовні модулі і теми	Кількість годин			
	усього	лекції	практичні	самостійна робота
Модуль 1				
Теоретичні та методологічні засади кризової психології				
Тема 1. Теорія та методологія психології криз.	18	4	4	10
Тема 2. Уявлення про екстремальні умови та кризові стани.	18	4	4	10
Тема 3. Теоретичні аспекти посттравматичного стресу.	18	4	4	10
Разом за модуль 1	54	12	12	30
Модуль 2				
Технології психологічного супроводу				
Тема 4. Технології психологічного супроводу в кризових станах	18	4	4	10
Тема 5. Психологічний супровід у ситуації суїцидальних намірів	18	4	4	10
Тема 6. Технології психологічної допомоги в ситуації насильства.	18	4	4	10
Разом за модуль 2	54	12	12	30
Модуль 3				
Основи кризової психології дитинства				
Тема 7. Психологія неблагополучного дитинства.	22	4	4	14
Тема 8. Психотравмувальні, що впливають на виникнення реакцій дезадаптації в дитячому й підлітковому віці.	20	4	4	12
Разом за змістовий модуль 3	42	8	8	26
УСЬОГО	150	32	32	86

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/11

5. Теми практичних занять

№ теми	Назва теми заняття	Кількість годин
1	Кризові ситуації в житті людини, типологія	4
2	Психотравмувальні чинники, що впливають на виникнення реакцій дезадаптації в дитячому й підлітковому віці	4
3	Теоретичні аспекти посттравматичного стресу	4
4	Діагностика ПТСР	4
5	Методи дослідження стресу й «синдрому вигорання» у професійній діяльності	4
6	Оцінка суїцидального ризику	4
7	Особливості консультування жертв сімейного й сексуального насильства	4
8	Системна сімейна психотерапія	4
РАЗОМ		32

6. Завдання для самостійної роботи

Основними завданнями самостійної роботи слухачів є підготовка і виконання поточних навчальних завдань, а також самостійне вивчення окремих питань навчальної дисципліни. Самостійна робота передбачає підготовку навчально-наукового есе (згідно визначених вимог) за однією із запропонованих тем.

1. Життєва криза особистості.
2. Нормативна та ненормативна криза особистості.
3. Соціально-психологічні та індивідуально-психологічні передумови виникнення життєвої кризи.
4. Динаміка кризового процесу.
5. Типи кризових ситуацій.
6. Можливості розв'язання життєвої кризи.
7. Нормативні і ненормативні кризи.
8. Криза і психотравматизація, посттравматичний стрес
9. Вікові кризи дорослості. Криза ранньої дорослості як особливий етап становлення особистості.
10. Гендерні особливості переживання вікових криз.
11. Вікові кризи та їх роль у структуруванні життєвого шляху особистості.
12. Психологічний вік особистості та можливості його визначення.
13. Ресурси віку. Гендерні особливості переживання вікових криз.
14. Криза вмирання: психологічна готовність до завершення життя.
15. Особливості консультування людини у віковій кризі.
16. Перша криза ранньої зрілості: шляхи подолання.
17. Психологічна допомога під час переживання кризи 30-ти років.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/12

18. Консультування клієнтів, що долають кризу середини життя. Гендерні особливості.

19. Криза «я-ідентифікації» – супровід людини похилого віку.
20. Професійні кризи особистості.
21. Нормативні та ненормативні професійні кризи особистості.
22. Гендерні особливості переживання професійної кризи.
23. Психологічний супровід професійної кризи особистості.
24. Кризи становлення сім'ї.
25. Нормативні та ненормативні сімейні кризи.
26. Гендерні особливості переживання сімейних криз.
27. Батьківство як криза становлення особистості.
28. Ненормативні кризи батьківства.
29. Особливості консультування сім'ї у період кризи.
30. Консультування пари під час проживання кризи
31. Взаємозв'язок сімейного стресу та сімейної кризи.
32. Стресори, що спричинюють виникнення сімейного стресу.
33. «Еластичність» як особливість сім'ї, що ефективно долає стреси.
34. Особливості побудови психологічного супроводу життєвих криз особистості.
35. Технології побудови групової роботи супроводу життєвих криз.
36. Особливості індивідуальної роботи по супроводу життєвих криз особистості.
37. Кризове консультування як галузь практичної психології.
38. Поняття кризового консультування. Завдання консультування.
39. Принципи психологічного консультування. Етичні принципи консультування.
40. Форми консультування та його тривалість .
41. Особистість кризового консультанта.
42. Сучасні вимоги до підготовки кризового консультанта.
43. Життєва криза і психосоматичні захворювання.
44. Психологічні портрети психосоматичних хворих та особливості їх консультування.
45. Різні типи ставлення до здоров'я і можливості впливу на них.
46. Психологічний супровід термінально хворого.
47. Переживання термінально хворого.
48. Підтримка рідних і близьких людини, що переживає термінальний період життя.
49. Стан гострого горя, викликаний тяжкою втратою.
50. Віддалені наслідки переживання втрати. Психологічні способи завершення роботи трауру.

7. Індивідуальні завдання

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/13

Метою виконання індивідуальних завдань є: закріплення, поглиблення й узагальнення знань, отриманих студентами на теоретичних і практичних заняттях.

Індивідуальна робота студентів з навчальної дисципліни «Психологія мас» включає:

- анотування вивченої додаткової літератури;
- опрацювання визначених проблемних питань та їх обговорення на практичних заняттях;
- написання есе за визначеною тематикою;
- складання психодіагностичного інструментарію тощо.

8. Методи навчання

Словесні методи (традиційна лекція, лекція-візуалізація, лекція-конференція); методи проблемного навчання (створення проблемних ситуацій); інтерактивні методи (інтерактивна бесіда, дискусія, обговорення у міні-групах, творчі завдання); інформаційно-комунікаційні технології навчання; самостійна робота (написання рефератів).

9. Методи контролю

Контроль складається з поточного контролю виконання студентами самостійної роботи та модульного контролю, контролю виконання індивідуальних завдань та семестрового контролю.

Модульний контроль здійснюється шляхом перевірки графіку відвідування студентами лекційних та практичних занять та опрацювання відповідного матеріалу (у випадку пропуску занять), перевірки домашніх завдань, усного та письмового опитування і завершується написанням есе за визначеною темою.

Семестровий контроль здійснюється шляхом складання екзамену.

10. Розподіл балів

Поточне тестування та самостійна робота								Сума
Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2			Змістовий модуль 3			
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	100
11	13	13	13	12	12	13	13	

Підсумковий контроль

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/14

1. Оцінювання якості засвоєння дисципліни за всіма видами навчальних занять проводиться без участі студента на підставі усіх попередніх модульних контролів, що передбачені навчальним планом шляхом визначення середньозваженого балу (округленого до сотих) результатів модульних контролів.

2. Загальна кількість балів та результати семестрового контролю доводяться до відома студента. При проведенні підсумків семестрового контролю необхідно враховувати наступне:

- у разі, якщо студент погоджується з результатом контролю, відповідна кількість балів та оцінка (за національною шкалою та шкалою ECTS) виставляються у відомість;

- у разі, якщо студент отримав від 0 до 59 балів, то у відомість за національною шкалою виставляється оцінка «незадовільно» («F» та «FX» відповідно до шкали ECTS);

- у разі, якщо студент, який отримав позитивну оцінку за результатами модульного контролю, має бажання підвищити результати семестрового контролю, то він складає залік зі всього курсу під час сесії (за розкладом), результати якого виставляються у відомість.

Шкала оцінювання

За шкалою	Залік	Залік	Бали
A	Відмінно	Зараховано	90-100
B	Добре	Зараховано	82-89
C			74-81
D	Задовільно	Зараховано	64-73
E			60-63
FX	Незадовільно	Не зараховано	35-59
F		Не зараховано	0-34

11. Рекомендована література

Основна література:

1. Психологічна допомога в клініці: навчально-методичний посібник. (2018) / Р. П. Федоренко та інші. Луцьк: Вежа-Друк. 224 с.

2. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій методичний посібник (2019) / З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос, Л. Литвиненко... Л. Царенко; за ред. З. Кісарчук. К. : ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.

3. Психосоціальна підтримка в кризовій ситуації : методичний посібник для педагогів / С. Богданов, О. Залеська. К. : Пульсари. 2018. 76 с.

4. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій (2019). Практичний посібник / за наук. ред. Т. Титаренко / НАПН України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький :

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-21.08- 05.01/053.00.1/М/ОК13 - 2022
	Екземпляр №1	Арк 15/15

Імекс-ЛТД. 220 с. // <https://www.academia.edu/40028931/>

5. Федоренко, Р., Мушкевич, М., Магдисюк, Л., Дучимінська Т. (2020). Психологія молодшої сім'ї: монографія. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк: ВежаДрук. 392 с.

6. Черезова, І. О. (2018). Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / І.О. Черезова. Бердянськ, БДПУ. 193 с.

Допоміжна література:

1. Магдисюк, Л., Павлова, Б. (2020). Психологічна допомога дитині та сім'ї у подоланні девіантної поведінки. Актуальні ідеї К. Д. Ушинського в контексті навчання й виховання української молоді: збірник матеріалів Четвертих педагогічних читань здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності «Початкова освіта» та науковців-дослідників психолого-педагогічної спадщини Ушинського. Луцьк: Волиньполіграф. С. 57–60.

2. Магдисюк, Л., Мельник, А. (2020). Психологія роботи з групами ризику: методичні рекомендації до курсу «Психологія роботи з групами ризику». Луцьк: Вежа-Друк. 20 с.

3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. (2018). Навчальний посібник. Том 1. / Загальна ред.: Н. Пророк. Київ. 208 с.

4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. (2018). Навчальний посібник. Том 2. / Загальна ред.: Л. Царенко. Київ. 240 с.

5. Психологія кризових станів: наука і практика. (2021) / Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 4-6 листопада 2021 року) / за ред. С. Д. Максименка, В. В. Турбан. Київ, Інститут психології імені Г. С. Костяка НАПН України. 226 с.

6. Bounoua, N., Hayes, J., & Sadeh, N. (2020). Identifying suicide typologies among trauma-exposed veterans. *Crisis*, 41(4), 288-295. doi:<https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000637>.

7. U.S. Department of Veterans Affairs. National Center for PTSD. Phases of traumatic stress reactions in a disaster. Impact phase [online]. 2018 Jan. [cited 2019 Feb]. Available from URL: <https://cutt.ly/DMeajgv>.

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>.

2. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>.

3. Психологічна бібліотека Псі-фактор: <http://psyfactor.org>.

4. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>.

5. Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова: <http://hklib.npu.edu.ua/>.

6. Портал професійних психологів України «У психолога»: <http://upsihologa.com.ua/>.