



СИЛАБУС

навчальної дисципліни

«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ КРИЗИСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ»

Кафедра юридичної психології

Статус дисципліни – обов’язкова
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)
Ступінь вищої освіти – магістр
Галузь знань – психологія (05)
Спеціальність – психологія (053)
Освітня програма – психологія
Форми здобуття вищої освіти – заочна
Мова навчання – українська
Форма підсумкового контролю – екзамен

Назва навчальної дисципліни	«Актуальні проблеми кризисної психології» «Actual problems of crisis psychology»
Науково-педагогічний працівник (-ки)	Галич Марина Юріївна
Профайл викладача (-ів)	Галич Марина Юріївна
Контактний тел.	0934270952
E-mail:	marinalukashenko@ukr.net
Сторінка навчальної дисципліни на офіційному вебпорталі НАВС	https://www.naiou.kiev.ua/zagalnoakademichni-kafedri/kafedra-yuridichnoyi-psihologiyi/navchalno-metodichna-robota/perelik-disciplin.html
Консультації	Консультативну допомогу здобувачі вищої освіти можуть отримати у науково-педагогічних працівників кафедри юридичної психології, які безпосередньо проводять заняття згідно з графіком.

1. Коротка анотація до навчальної дисципліни

Програму навчальної дисципліни «Актуальні проблеми кризисної психології» розроблено відповідно до освітньо-професійної програми підготовки ступеню вищої освіти «Магістр» спеціальності «Психологія» (053).

Предметом вивчення навчальної дисципліни є внутрішньо особистісні, пояснювальні та адаптаційні механізми життєдіяльності особистості в скрутних і кризових життєвих ситуаціях, а також особливості поведінки людини та шляхи збереження її психологічного здоров’я в критичних ситуаціях.

Міждисциплінарні зв'язки: «Психологія», «Екстремальна психологія», «Кризова психологія», «Психологія девіантної поведінки», «Вікова психологія».

Програма навчальної дисципліни складається з таких тем:

1. Методологічні основи та система принципів кризової психології. Екстрена психологічна допомога.
2. Психодіагностичний інструментарій та методи дослідження стану осіб у кризових ситуаціях.
3. Особливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях.

2. Мета та цілі навчальної дисципліни.

Мета дисципліни «Актуальні проблеми кризової психології» – поглиблене вивчення феномену «психологічна криза», ознайомлення слухачів із особливостями проживання різних видів криз, формування професійних навичок надання психологічної допомоги.

Цілі: сформувати у здобувачів вищої освіти цілісне уявлення про поняття та феноменологію критичних станів та кризових періодів в житті людини, оволодіти формами та методами психологічної допомоги і підтримки особистості в кризовому стані.

3. Формат навчальної дисципліни. Заочний

4. Результати навчання.

В результаті вивчення даного курсу здобувач вищої освіти повинен знати:

- основні поняття та категорії кризової психології;
- фактори, що впливають на особливості переживання особою психологічної кризи;
- психологічні засоби діагностики психологічної кризи особистості;
- методи та методики планування та проведення психологічних і соціально-психологічних досліджень в рамках кризової психології;
- основи надання психологічної допомоги особистості, яка переживає фрустраційні, постстресові стани під час проходження кризи.

вміти:

- діагностувати та аналізувати проблеми, скрутні та кризові життєві ситуації та емоційні стани людей;
- формувати програми соціально-психологічного супроводу особистості в кризових та посткризових ситуаціях;
- надавати психологічну допомогу, консультації та підтримку людям, що переживають нормативні та ненормативні кризи на різних вікових етапах;
- використовувати адекватні стратегії подолання критичних ситуацій та способів соціально-психологічного впливу на особистість з метою формування у неї долаючої поведінки.

Програмні компетентності відповідно до освітньо-професійної програми підготовки здобувачів вищої освіти:

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

Загальні компетентності

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Додаткові соціально-особистісні компетенції (навички):

ЗК 11. Формування «soft skills»:

- *індивідуальних*: тайм-менеджмент; гнучкість/здатність адаптуватися; організація простору; властивість ефективно приймати рішення та вирішувати проблеми; вміння чітко ставити завдання і формулювати цілі; позитивне мислення та оптимізм;

- *комунікативних*: креативність; логіка; менеджмент знань та інформації; навички формування гармонійних міжособистісних відносин; здатність чітко виражати власні думки та взаємодіяти з різними типами людей; здатність відповідати аргументовано, зрозуміло, вчасно і ввічливо; вміння працювати в команді;

- *управлінських*: володіння навичками психологічного впливу; уміння вирішувати проблемні ситуації.

Фахові компетентності

ФК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

Додаткові фахові компетентності, визначені за освітньою програмою:

ФК11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги особам (групам осіб) у складних життєвих ситуаціях.

Програмні результати навчання

ПРН4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПРН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПРН6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПРН8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПРН9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120 годин, з викладачем 12 годин.

Мова навчання: українська мова.

5. Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	4 год.
практичні	8 год.
самостійна робота	108 год.

6. Ознаки навчальної дисципліни:

Рік викладання	семестр	спеціальність	рік навчання здобувачів вищої освіти	Нормативний/вибірковий
2021	1	«Психологія»	ІМАГ	нормативний (Н)

Забезпечуючі дисципліни: загальна психологія, вікова психологія, екстремальна психологія, кризова психологія, психологія девіантної поведінки.

7. Пререквізити загальна психологія, вікова психологія, екстремальна психологія, кризова психологія, психологія девіантної поведінки.

8. Технічне та програмне забезпечення/обладнання – комп'ютер, проектор.

9. Політики курсу - згідно з «ПОЛОЖЕННЯМ про академічну доброчесність у Національній академії внутрішніх справ» (затверджено Рішенням Вченої ради НАВС від 27 березня 2018 р., протокол № 5; уведено в дію Наказом НАВС від 30.03.2018 № 422)

10. Схема навчальної дисципліни

Тема заняття, кількість годин план заняття, тези	Вид навчальної заняття	Необхідне обладнання	Ресурси в інтернеті, література	Права та обов'язки здобувачів під час проведення навчального заняття	Перелік необхідних завдань, які мають виконати здобувачі на занятті	Бал (оцінки)	Примітки
<p>Тема1 Методологічні основи та система принципів кризової психології. Екстрена психологічна допомога.</p> <p>Тема2 Психологічний інструментарій та методи дослідження стану осіб у кризових ситуаціях.</p> <p>Тема3 Особливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях.</p>	Лекції, семінари, практичні заняття. Самостійна робота	Ноутбук, проектор	Ресурси в інтернеті, література	<p>Навчання впродовж життя</p> <p>якісні освітні послуги; справедливе та об'єктивне виконувати вимоги освітньої програми поважати гідність, права, свободи та законні інтереси всіх учасників освітнього процесу, дотримуватися етичних норм тощо</p>	Розглянути, вивчити питання тем, аналізувати, готувати реферат і доповіді.		

--	--	--	--	--	--	--	--

11. Система оцінювання та вимоги

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	<i>участь в роботі впродовж семестру/екзамен - 60/40</i>
Вимоги до письмової роботи (за умови наявності)	<i>вибір тематики відбувається під час занять.</i>
Семінарські заняття	<i>під час проведення семінарів здобувачі працюють у такому форматі, а саме: аналізує, розглядає, систематизує отриманні знання. ...</i>
Умови допуску до підсумкового контролю	<i>за умови виконання визначеного науково-педагогічним працівником обсягу.</i>

ПЛАН-КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕННЯ семінарських, практичних, самостійних занять.

Практичне заняття – 2

Тема 1: Методологічні основи та система принципів кризової психології. Екстрена психологічна допомога.

Навчальна мета: Формування поняттєво-категорійного апарату в межах теми, а також систематизованих стійких знань слухачів про феноменологію критичних станів, екстремальних та травмуючих подій, кризових періодів в житті людини, оволодіння формами та методами психологічної допомоги і підтримки особистості в кризовому стані.

Виховна мета: сприяти формуванню наукового світогляду.

Розвивальна мета: Розвивати професійне мислення, прагнення до постійного самовдосконалення, самоосвіти.

Навчальний час: 2 год.

Навчальне обладнання, ТЗН: мультимедійний проектор, комп'ютер.

Наочні засоби: малюнки та схеми, мультимедійні презентації.

Міжпредметні та міждисциплінарні зв'язки: загальна психологія, психофізіологія,

Навчальні питання:

1. Поняття кризи та кризової ситуації. Динаміка кризи.
2. Кризові ситуації та їх характеристика.
3. Екстремальні ситуації. Типологія екстремальних ситуацій.
4. Відпрацювання навичок невідкладної допомоги при кризових та екстремальних ситуаціях.
5. Відпрацювання навичок надання першої психологічної допомоги особам, які мали посттравматичний стресовий розлад в анамнезі.

Література:

1. Агазаде Н. В. И др. Оказание психологической и психиатрической помощи при чрезвычайных ситуациях: учеб. Пособие, Бишкек, 2013. – 366 с.

2. Белашева И. В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / Белашева И.В., Суворова А.В., Польшако-ва И.Н., Осипова Н.В., Ершова Д.А – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015. – 262 с.

3. Власова О.І., Никоненко Ю.В. Соціальна психологія організацій та управління. Підручник. – Центр учбової літератури, 2010. – 398с.

4. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. Ред.. проф.. О.В.Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.

5. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.

Методичні поради з викладання теми:

1. До першого питання: Знати суть понять та зміст діяльності кризової психології.

Кризова психологія – відносно нова, але така, що інтенсивно розвивається, сфера психологічної практики. Вона є однією з форм духовної практики, що спрямована на оптимізацію індивідуального розвитку людини та збереження її індивідуальності. *Кризова психологія* – це галузь професійної діяльності, яка має на меті визначення психологічних особливостей життєвої ситуації та індивідуальності людини або групи, внесення позитивних змін у процес взаємодії між ними і профілактику небажаних форм поведінки для найбільш повного розкриття сутнісних сил людини.

Психологічна проблема – це стан невизначеності, що виникає в процесі життєдіяльності індивіда між його намірами, уявленнями, мотивами й цілями поведінки та об'єктивними й суб'єктивними умовами її реалізації як протиріччя між очікуваними та реальними результатами дій людини. *Змістом діяльності кризової психології* є надання психологічної допомоги особистості, яка знаходиться в кризовому стані.

До другого питання: Знати *поняття «Криза»* (від греч. «krisis» – рішення, поворотний пункт, результат) трактується як переломний момент, важкий перехідний стан, загострення, небезпечний нестійкий стан.

Криза - це ситуація емоційного й розумового стресу, що вимагає значної зміни уявлень про світ і про себе за короткий проміжок часу. *Критична ситуація* - це така ситуація, у якій суб'єкт не може реалізувати основні потреби свого життя і яка ставить його перед необхідністю зміни способу буття. Криза - це реакція особистості на критичну ситуацію, що виражається в нездатності особистості розв'язати цю ситуацію в короткий час і звичний спосіб.

До третього питання: Екстремальні ситуації розглядаються і як надзвичайні ситуації, ситуації порушення нормальних умов життя і діяльності людини, спричинені аварією, катастрофою, стихійним лихом або іншими чинниками, що призводить (або може призвести до загибелі людей або значних матеріальних втрат).

До четвертого питання: Особливості надання невідкладної психологічної допомоги працівникам у кризових та екстремальних ситуаціях. Головними принципами надання екстреної психологічної допомоги постраждалим є такі: 1. Невідкладність. 2. Наближення до місця події. 3. Очікування, що нормальний стан відновиться. 4. Єдність та простота психологічних дій.

До п'ятого питання: Розкрити суть особливостей надання першої психологічної допомоги особам, які у минулому мали посттравматичний стресовий розлад. Фрази які необхідно озвучити особі при наданні ППД.

Тема 2: Психодіагностичний інструментарій та методи дослідження стану осіб у кризових ситуаціях

Навчальна мета: Формування поняттєво-категорійного апарату в межах теми, а також систематизованих стійких знань слухачів про феноменологію критичних станів, екстремальних та травмуючих подій, кризових періодів в житті людини, оволодіння формами та методами психологічної допомоги і підтримки особистості в кризовому стані.

Виховна мета: сприяти формуванню наукового світогляду.

Розвивальна мета: Розвивати професійне мислення, прагнення до постійного самовдосконалення, самоосвіти.

Навчальний час: 2 год.

Навчальне обладнання, ТЗН: мультимедійний проектор, комп'ютер.

Наочні засоби: малюнки та схеми, мультимедійні презентації.

Міжпредметні та міждисциплінарні зв'язки: загальна психологія, психофізіологія,

Навчальні питання:

1. Загальні принципи діагностичної роботи із особами, що постраждали внаслідок психотравмуючої ситуації.
2. Особливості проведення клінічного інтерв'ю.
3. Особливості проведення діагностичної бесіди.
4. Використання психодіагностичних методик в роботі із працівниками організацій, які пережили психологічну кризу (методики добираються на вибір здобувачів, достатньо 1 методики в межах заняття).
5. Поняття посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Скринінг-діагностика ознак ПТСР (методики добираються на вибір здобувачів, достатньо 1 методики в межах заняття).

Література:

1. Лебедев В.И. Личность в экстремальных ситуациях. — М., Медицина, 1989. — 366 с.
2. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях.- Х.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007, - 276 с.
3. Александровский Ю.А. Психогении в экстремальных условиях. — М.: Здоровье, 1991. — 412 с.

Методичні поради з викладання теми:

1. До першого питання. Знати основні принципи психодіагностики.

До основних принципів психодіагностики відносять: Принцип безпеки. Принцип зацікавленості. Принцип мінімізації травми. Принцип відповідальності. Принцип конфіденційності. Принцип професіоналізму та професійної відповідальності. Принцип достатнього мінімуму. Принцип чіткого розуміння меж професійної компетентності.

До другого питання. Знати особливості проведення клінічного інтерв'ю.

До третього питання: Знати особливості__особливості проведення діагностичної бесіди

До четвертого питання: Орієнтовний перелік методик:

- Методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності, настрою (САН). Спрямована на визначення особливостей психічного стану клієнта на момент обстеження.

- Методика вивчення рівня тривожності Тейлора (адаптація Т. Немчинова).
- Методика діагностики суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассела, М. Фергюсона).
- Диференційна діагностика депресивних станів Зунге (адаптація Т. Балашової).
- Методика діагностики депресивних станів В. Жмурова.
- Шкала депресії Бека.
- Методика «Незакінчені речення» (Сакса, Леві).
- Торонтська алекситимічна шкала.
- Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості (Л. Вассермана).
- Методика діагностики рівня емоційного вигорання (В. Бойко).
- Методика діагностики рівня невротизації (Л. Вассермана).
- Методика діагностики типу емоційної реакції на дію стимулів оточуючого середовища (В. Бойко).
- Методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера.
- Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі.
- Способи копінг-поведінки (Р. Лазарус, С. Фолкман) та ін..

До п'ятого питання: Орієнтовний перелік методик:

- Опитувальник для скринінгу посттравматичного стресового розладу.
- Контрольний перелік питань для оцінки ПТСР (PCL-5).
- Шкала самооцінки наявності ПТСР (PCL-C). Цивільна версія. Якщо наявність ознак ПТСР у клієнта ви пов'язуєте не з подіями, які трапилися в організації, а з тим, що ваш клієнт є учасником ООС, то потрібно застосувати Шкалу самооцінки наявності ПТСР (PCL-M) – військову версію.
- Для виявлення типу травмивної події, яку пережила людина, можна застосувати «Контрольний перелік життєвих подій» (LEC).
- Визначити вплив пережитої події на особу можна за допомогою «Шкали оцінювання впливу травматичної події» (IES-R).
- Для діагностики ознак ПТСР широко використовують Місісіпську шкалу, проте важливо пам'ятати, що у осіб у яких відсутній ПТСР вона викликає ретравматизацію.

6. Поняття суїцидального ризику. Робота із картою суїцидального ризику.

Практичне заняття – 4

Тема 3. Особливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях.

Навчальна мета: Формування поняттєво-категорійного апарату в межах теми, а також систематизованих стійких знань слухачів про феноменологію критичних станів, екстремальних та травмуючих подій, кризових періодів в житті людини, оволодіння формами та методами психологічної допомоги і підтримки особистості в кризовому стані.

Виховна мета: сприяти формуванню наукового світогляду.

Розвивальна мета: Розвивати професійне мислення, прагнення до постійного самовдосконалення, самоосвіти.

Навчальний час: 4 год.

Навчальне обладнання, ТЗН: мультимедійний проектор, комп'ютер.

Наочні засоби: малюнки та схеми, мультимедійні презентації.

Міжпредметні та міждисциплінарні зв'язки: загальна психологія, психофізіологія,

Навчальні питання:

1. Загальна характеристика методів психологічної допомоги особам, які пережили психотравмуючі події.
2. Робота із методом дебрифінгу.
3. Психологічне консультування при травмі із застосуванням метафоричних асоціативних карт (МАК).
4. Оглядова характеристика методу EMDR.
5. Арт-терапія та особливості її застосування при психологічних травмах.
6. Психотерапевтична робота із піском та глиною.
7. Особливості психологічної допомоги при переживанні горя.

Література:

6. Агазаде Н. В. И др. Оказание психологической и психиатрической помощи при чрезвычайных ситуациях: учеб. Пособие, Бишкек, 2013. – 366 с.
7. Белашева И. В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / Белашева И.В., Суворова А.В., Польшако-ва И.Н., Осипова Н.В., Ершова Д.А – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015. – 262 с.
8. Власова О.І., Никоненко Ю.В. Соціальна психологія організацій та управління. Підручник. – Центр учбової літератури, 2010. – 398с.
9. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. Ред.. проф.. О.В.Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
10. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.

Методичні поради з викладання теми:

До першого питання: Знати загальну характеристику методів психологічної допомоги особам, які пережили психотравмуючі події.

До другого питання: Знати визначення поняття «дебрифінг» та особливості роботи з методом. Дебрифінг – це особливим чином організоване групове обговорення, призначене для того, щоб допомогти учасникам кризового інциденту подолати психологічні наслідки стресу, а також виробити навички, що можуть знадобитися у випадку повторної зустрічі з подібною ситуацією.

До третього питання: Визначити особливості використання метафоричних асоціативних карт (МАК) при роботі із травмою.

До четвертого питання: Розглянути метод_метод десенсибілізації та переробки травм рухом очей (Eye Movement Decensitization and Reprocessing або EMDR) та особливості його застосування.

До п'ятого питання: Розглянути поняття «арт-терапії». Визначити переваги та недоліки методу арт-терапії при роботі із травмою. Види та форми проведення арт-терапії. (Терапія малюнком. Медитативне малювання. Візуальна терапія (терапія образами). Мультимедійна (інтеграційна) терапія та ін.

До шостого питання: Знати особливості проведення психотерапевтичної робота із піском та глиною за К. Мілютіна.

До сьомого питання: Охарактеризувати особливості психологічної допомоги при переживанні горя. Стадії переживання горя (Заперечення. Гнів. Торг. Депресія.

Прийняття). Допомога на стадії шоку. Допомога на стадії гострого горя. Допомога на стадії відновлення. Трьохступенева модель допомоги у випадку гострої реакції втрати (М. Вайтхед). Розглянути деструктивні твердження, що

негативно впливають на переживання втрати.

Вимоги до організації самостійної роботи студентів та структура навчальних завдань визначаються робочими навчальними програмами дисципліни.

Основними завданнями самостійної роботи студентів є підготовка і виконання поточних навчальних завдань, а також самостійне вивчення окремих питань дисципліни. Самостійна робота передбачає також підготовку відповідей на наступні запитання.

Рейтингова система оцінювання результатів навчання

Поточний контроль –60			Підсумковий контроль	Сума
Розділ 1			40	100
T1	T2	T3,		

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
90-100	відмінно	A	відмінне виконання
85–89	добре	B	вище середнього рівня
75–84		C	загалом хороша робота
66–74		D	непогано
60–65	задовільно	E	виконання відповідає мінімальним критеріям
35–59	незадовільно	Fx	необхідне перескладання
1–34		F	необхідне повторне вивчення курсу

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Державна служба з надзвичайних ситуацій. Офіційний веб-сайт. Режим доступу: <http://www.mns.gov.ua>
2. Сборник научных трудов: «Проблемы чрезвычайных ситуаций». – Режим доступу: http://nuczu.edu.ua/rus/science/y_pns/
3. Електронні репозитарії ХНУ імені В.Н.Каразіна.