

Державний вищий навчальний заклад
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Кафедра загальної та клінічної психології



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

КРИЗОВА ТА ЕКСТРЕМАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

за освітньо-професійною програмою «Психологія»

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Галузь знань – 05 Соціальні і поведінкові науки

Спеціальність – 053 Психологія

.....факультет

Івано-Франківськ – 2020 рік

Робоча програма із «Кризова та екстремальна психологія» для студентів за спеціальністю 053 «Психологія». 2020 р. – 31 с.

Розробник: доцент кафедри загальної та клінічної психології, кандидат психологічних наук Іванцев Н.І.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної та клінічної психології. Протокол від

“28” серпня 2020 р. № 2

Завідувач кафедри загальної та клінічної психології



(Москалець В.П.)

Схвалено методичною комісією факультету психології

Протокол від “10” вересня 2020 р. № 2

Голова



(Пілецька Л. С.)

© Прикарпатський національний
університет імені Василя
Стефаніка, 2020 р.

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки	вибіркова	
Модулів – 1	Спеціальність : 053 Психологія	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		2-й	2-й
		Семестр	
Загальна кількість годин – 90		3-й	3-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 6 Мова навчання: Українська	Освітній рівень: другий (магістр)	Лекції	
		12 год.	2 год.
		Практичні, семінарські	
		18 год.	4 год.
		Лабораторні	
		год.	год.
		Самостійна робота	
		60 год.	84 год.
Індивідуальні завдання: год.			
Вид контролю: залік			

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 33% / 67%

для заочної форми навчання – 11% / 89%

МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ.

Метою викладання навчальної дисципліни є озброєння студентів знаннями основ кризової та екстремальної психології: основних категорій, базових принципів і методів роботи психолога в кризових та екстремальних ситуаціях.

Завдання вивчення дисципліни:

- ознайомити студентів із основними поняттями, що використовуються в межах кризової та екстремальної психології, на основі їх семантичного та феноменологічного аналізу;
- розкрити діагностичні критерії різних кризових та екстремальних станів;
- показати основні напрямки розвитку і динаміку кризових та екстремальних станів;
- ✓ дати уявлення про методи психологічної допомоги постраждалим в умовах надзвичайної, екстремальної ситуації та психологічного супроводу особистості в скрутних і кризових життєвих ситуаціях, шляхів збереження її психологічного здоров'я в критичних ситуаціях і на поворотних етапах життєвого шляху.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- ✓ основні поняття, категорії, базові принципи кризової та екстремальної психології;
- ✓ ознаки кризової, екстремальної, надзвичайної ситуації;
- ✓ діагностичні критерії різних психофізіологічних станів, що розвиваються у суб'єктів екстремальних та кризових життєвих ситуацій;
- ✓ динаміку розвитку екстремальних станів;
- ✓ методи екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах надзвичайної, екстремальної ситуації та психологічного супроводу особистості в скрутних і кризових життєвих ситуаціях, шляхів збереження її психологічного здоров'я в критичних ситуаціях і на поворотних етапах життєвого шляху.

вміти:

- ✓ визначати тип несприятливої ситуації (екстремальна, кризова тощо);

- ✓ визначати специфіку психофізіологічного стану людини, котра перебуває в скрутних, екстремальних, кризових життєвих ситуаціях;
- ✓ формулювати прогноз розвитку екстремального стану;
- ✓ застосовувати методи екстреної психологічної допомоги.

Передумови вивчення дисципліни

Вивчення даного курсу сприятиме формуванню у студентів цілісного уявлення про поняття та феноменологію критичних станів, екстремальних та травмуючих подій, кризових періодів в житті людини, оволодіння формами та методами психологічної допомоги і підтримки особистості в умовах кризових та екстремальних ситуацій.

Дисципліна «Кризова та екстремальна психологія» поєднує теоретичні та прикладні аспекти таких галузей знань як «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Вікова і педагогічна психологія», «Психодіагностика», «Психологічне консультування», «Психологія конфлікту», «Психологія життєвих криз», «Клінічна психологія», «Психологія суїцидальної поведінки», «Психотерапія».

Програмні компетентності

<i>Інтегральна компетентність</i>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, клінічної та реабілітаційної психології, професійної підготовки у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів психологічної науки і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.
<i>Загальні компетентності (ЗК)</i>	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї та приймати обґрунтовані рішення (креативність). ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

	ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)	<p>СК4. Здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну, профілактично-просвітницьку) з використанням науково верифікованих методів та технік.</p> <p>СК6. Налагоджувати та підтримувати контакти з фаховими спільнотами, ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.</p> <p>СК8. Оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.</p> <p>СК9. Дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.</p>
Програмні результати навчання	
<p>ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.</p> <p>ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.</p> <p>ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.</p> <p>ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.</p> <p>ПР10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.</p>	

Критерії оцінювання

Основними критеріями, що характеризують рівень компетентності студента при оцінюванні результатів навчання з навчальної дисципліни є:

- своєчасне і у повному обсязі виконання всіх навчальних завдань, що

передбачені робочою програмою навчальної дисципліни;

- глибина і характер знань навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься в основних та додаткових рекомендованих літературних джерелах;
- вміння самостійно аналізувати явища, що вивчаються, у їх взаємозв'язку та розвитку;
- вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач.

Засоби оцінювання

Оцінювання навчальних досягнень студентів за усіма видами навчальних робіт проводиться за *поточними та модульними* контролюями. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни проводиться в усній та письмовій формі.

Оцінювання знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою (включає оцінку усних та письмових відповідей студентів, підсумкового тестування до *ЗМ 1 і ЗМ 2*, виконання завдань самостійної роботи та написання контрольної роботи).

На семінарських заняттях студенти за *усну відповідь* максимально можуть отримати *5 балів*. При цьому, студенти здійснюють огляд літератури за ключовими поняттями теми, анотують та конспектують першоджерела, оформляють відповіді на питання семінару у вигляді конспектів, дискутують з приводу напрямків психологічної допомоги в умовах надзвичайних, екстремальних і кризових життєвих ситуаціях, шляхів збереження психологічного здоров'я особистості в критичних ситуаціях і на поворотних етапах життєвого шляху.

Усне опитування студентів може здійснюватись індивідуально або фронтально. Відповідь передбачає чіткий, аргументований, розгорнутий виклад студентом одного з питань плану семінарського заняття, винесених до обговорення. При цьому недопустиме дослівне зачитування матеріалу та використання ксерокопій. Якщо відповідь відповідає висунутим вимогам, то оцінюється в *5 балів*. Студент повинен бути готовий відповісти на будь-які

запитання кожного семінарського заняття. Максимальна кількість балів за даним видом роботи становить *40 балів*.

Для письмового опитування студентів на семінарських заняттях використовують *тестовий контроль знань* з теми. Для цього передбачені 10 завдань до теми семінарського заняття з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих. Сукупна кількість балів за тест – *5 балів*.

Підсумкове тестування до змістових модулів (ЗМ 1 та ЗМ 2) здійснюється на основі підготовлених викладачем *20 тестових завдань* до тем кожного із цих модулів. Для цього передбачені тестові завдання з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих. Сукупна кількість балів за тест – *10 балів*.

Контроль самостійної роботи проводиться шляхом перевірки виконаних завдань. Усі контрольні заходи включено до 100-бальної шкали оцінювання. Максимальний бал за виконання завдань до курсу, які відводяться для самостійної роботи - *20 балів*. *Самостійна робота* студентів ділиться на базову і додаткову. *Базова самостійна робота* забезпечує підготовку студента до аудиторних занять і контрольних заходів. Результати цієї підготовки виявляються в активності студента на заняттях, при виконанні ним контрольних робіт, тестових завдань й інших видів робіт. *Базова самостійна робота* студентів включає: опрацювання лекційного матеріалу і рекомендованої літератури; пошук (підбір), огляд літератури і електронних джерел інформації; вивчення матеріалу, винесеного на самостійне опрацювання; підготовка до семінарських занять; підготовка до написання контрольних робіт, інших форм поточного контролю (розробки схем, складання таблиць, роботи з діагностичним інструментарієм); систематизація вивченого матеріалу перед підсумковим контролем. *Додаткова самостійна робота* спрямована на поглиблення і закріплення знань студента, розвиток аналітичних навичок з проблематики навчальної дисципліни. *Самостійна робота* виконується студентом в ході вивчення відповідної теми і здається на перевірку викладачеві після семінарського заняття по даній темі.

Контрольна робота студентів максимально оцінюється у 10 балів.

Зразок завдань до виконання контрольної роботи по темі «Екстремальні стани: поняття та диференціальна діагностика».

Варіант 1.

1. Фрустрація і конфлікт як складові екстремального стану.
2. Діагностичні критерії ПТСР
3. Фактори розвитку стресових станів. Наслідки стресу.

Варіант 2.

1. Паніка: поняття, види, механізми розвитку.
2. Опишіть, за яких умов психічна травма призводить до виникнення гострого стрессового розладу.
3. Етапи професійної допомоги особам з ПТСР.

Варіант 3.

1. Поняття, види, фактори розвитку стресостійкості.
2. Психофізіологічний стан жертв насилля.
3. Дайте порівняльну характеристику нормального і ускладненого горювання. Опишіть варіанти перебігу ускладненого горювання.

Розподіл балів, які отримують студенти

Вид занять	ЗМ 1				ЗМ2				Сума балів
	Т 1	Т2	Т3	Т4	Т 5	Т6	Т7	Т8	
Семінарські заняття	5	5	5	5	5	5	5	5	40
Самостійна робота	3	3	2	2	2	3	3	2	20
Контрольна робота			10				10		20
Тести ПК до ЗМ				10				10	20
Усього	8	8	17	17	7	8	18	17	100

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	A	Зараховано
80–89	B	
70–79	C	
60–69	D	
50–59	E	
26-49	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Кризова психологія: основні поняття та загальні проблеми.

Тема 1. Теоретико-методологічні основи кризової психології.

Теоретичні основи кризової психології. Загальні і специфічні умови появи кризової психології.

Предмет кризової психології як сукупність рівнів теоретичних, методологічних і емпіричних проблем. Кризова проблематика та її актуальність.

Понятійно-категоріальний апарат кризової психології: криза, критична ситуація, кризова подія, психічна травма, кризове переживання.

Методологія кризової психології. Рівень методики дослідження в кризовій психології. Характеристика основних методів.

Сутність та характерні риси феноменологічного підходу до аналізу людської поведінки як методологічної основи кризової психології.

Тема 2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.

Визначення і трактування поняття кризи у сучасній психологічній науці. Криза як соціально-психологічна ситуація. Суб'єктивні та об'єктивні характеристики. Етапи кризових станів.

Типові реакції людини на кризову ситуацію. Залежність психологічних особливостей особистості та її реакції на кризову ситуацію.

Психологічний захист особистості в умовах переживання кризи: особливості функціонування. Конструктивне та деструктивне вирішення проблем кризових станів.

Типологізація та періодизація криз особистості. Передумови та основні чинники розвитку криз. Фази психологічних криз. Підходи до класифікації криз.

Тема 3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.

Нормативні (прогресивні) і ненормативні (регресивні) кризи особистості: особливості та різновиди.

Феноменологія кризи ідентичності. Основні причини та умови (об'єктивні, суб'єктивні) виникнення. Ненормативність кризи ідентичності. Основні варіанти переживання кризи ідентичності. Психологічна допомога особистості в умовах переживання кризи ідентичності.

Вік як причина життєвої кризи: психологічні особливості вікових криз.

Втрата як чинник розвитку ненормативних криз. Горе як реакція людини на втрату.

Критичні та надзвичайні ситуації, катастрофи як чинники розвитку кризових станів. Кризогенний потенціал терористичної події.

Професійна криза. Причини розвитку, види та етапи криз професійного становлення. Стратегії подолання професійної кризи. Криза безробіття – соціально-психологічна характеристика.

Екзистенційні кризи: ознаки, причини, можливі шляхи вирішення. Феномен самогубства в аспекті кризової психології. Психологічна характеристика суїцидальної поведінки, внутрішні й зовнішні форми прояву. Особливості профілактики, методи індивідуальної роботи.

Тема 4. Психологічна допомога при кризових станах особистості.

Сутність психологічної допомоги та класифікація видів. Емоційна підтримка, інформаційна допомога, дружнє спілкування і практична допомога як основні види психологічної допомоги в кризових станах. Індивідуальні та групні види професійної допомоги.

Поняття кризового консультування та його особливості. Види й техніки кризового консультування. Принципи кризового консультування: анонімність, відповідальність, делікатність, добровільність, доброзичливість, довіра, компетентність, об'єктивність, тактовність, толерантність.

Допомога в проектуванні життєвого шляху в нових умовах, життя після кризи. Реструктуризація системи відносин людини зі світом, оточуючими людьми. Зміна відношення до самого себе. Перетворення мотиваційно-ціннісної та смислової систем людини. Негативна і позитивне розв'язання кризи.

Змістовий модуль 2.

Екстремальна психологія як галузь науки і практики.

Тема 5. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.

Предмет та основні завдання сучасної екстремальної психології. Класифікація методів дослідження: особливості їх використання в межах екстремальної психології. Система основних понять екстремальної психології: семантичний та феноменологічний аналіз.

Поняття екстремальної ситуації. Екстремальна ситуація та екстремальні умови діяльності. Порівняльна характеристика екстремальної, надзвичайної та кризової ситуації.

Фактори, що призводять до сприйняття ситуації як екстремальної: зовнішні фактори (інтенсивність; специфічність екстремального фактору; раптовість, тривалість у часі, об'єктивна складність діяльності або досягнення

мети в особливих умовах, обмеженість часу для досягнення мети, дефіцит інформації, фізичні, мікрокліматичні та інші екологічні фактори, які обмежують діяльність людини) та внутрішні фактори (суб'єктивне значення екстремальної події, особливості життєвого досвіду людини та досвіду діяльності в аналогічних умовах, рівень розвитку неспецифічної та специфічної адаптації, індивідуальні особливості людини, ступінь здатності до діяльності в екстремальних умовах, відношення до діяльності, особливості мотивації людини, особливості впливу на людину катастрофічних та шоккових екстремальних ситуацій, очікуваних та непередбачуваних (раптових), короткочасних та довготривалих екстремальних явищ, поняття «персоналізованих» екстремальних ситуацій). Суб'єкти екстремальної ситуації (фахівці, жертви, спостерігачі, свідки тощо). Специфіка психологічної травматизації різних груп суб'єктів. Загальні наслідки впливу екстремальної ситуації на людину.

Тема 6. Типологія екстремальних ситуацій.

Типи та види екстремальних ситуацій з різних критеріїв (Леві, Хебб, В.Д. Небиліцин, Б.Г. Ананьєв, А.В. Коробков, В.Л. Мясіщев). Обмеження типології екстремальних ситуацій, заснованої на типології надзвичайних ситуацій.

Екстремальні ситуації, пов'язані з військовими діями. Екстремальні ситуації, що виникають як наслідок стихійного лиха, аварій та катастроф. Специфіка сприйняття природних й техногенних надзвичайних ситуацій різними суб'єктами, групами. Екстремальні ситуації мирного часу. Емоційне, психологічне, фізичне, сексуальне насильство як екстремальна ситуація. Психологія тероризму.

Тема 7. Екстремальні стани : поняття і диференціальна діагностика.

Поняття екстремального стану. Особливості параметрів екстремальних психічних станів. Підходи до виділенню екстремальних психічних станів (К. Ізард, С. Соловйова, П. Сидоров та ін..).

Страх, ефект, паніка як первинні стани при впливі екстремальної ситуації: поняття, форми, види, механізми їх розвитку та наслідки.

Стрес, фрустрація і конфлікт як складові екстремального стану.

Динаміка розвитку екстремальних станів. Особливості психічної діяльності людини в екстремальній ситуації. Специфічні прояви екстремальної поведінки: «адаптивна активність» та «активна неадаптивність» людини.

Гострий стресовий розлад: поняття, основні признаки, етапи розвитку. Причини і наслідки слабкої вираженості (або відсутності) симптоматики гострого стресового розладу в екстремальній ситуації. Його наслідки для життя і здоров'я людини.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): поняття, причини розвитку, фактори і групи його ризику. Первинні симптоми ПТСР. Форми ПТСР. Діагностичні критерії та напрями реабілітації ПТСР.

Горе як особливий психофізіологічний стан. Динаміка та проблема виділення стадій. Гостре горе: поняття, симптоматика, небезпека стадій. Особливості психологічної допомоги.

Тема 8. Методи надання екстреної психологічної допомоги.

Екстрена психологічна допомога: поняття, завдання та особливості застосування. Етичні принципи надання екстреної психологічної допомоги в екстремальній ситуації. Самопоміч при гострих реакціях на стрес. Обмеження при наданні психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях.

Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна						заочна					
	усього	л	п	лаб	інд	с.р.	усього	л	п	лаб	інд	с.р.
	90	12	18			60	90	2	4			84
Модуль 1												
Змістовий модуль 1.												
Кризова психологія: основні поняття та загальні проблеми.												
Тема 1. Теоретико-методологічні основи кризової психології.	8	1	2			5		1				10

Тема2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.	8	1	2			5						10
Тема 3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.	14	2	2			10			2			12
Тема4. Психологічна допомога при кризових станах особистості.	14	2	2			10						10
Змістовий модуль 2. Екстремальна психологія як галузь науки і практики.												
Тема 5. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.	8	1	2			5			1			10
Тема 6. Типологія екстремальних ситуацій.	8	1	2			5			2			10
Тема 7. Екстремальні стани : поняття і диференціальна діагностика.	16	2	4			10						12

Тема 8. Методи надання екстреної психологічної допомоги.	14	2	2			10						10
Усього годин	90	12	18			60	90	2	4			84

Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Теоретико-методологічні основи кризової психології.	2	-
2	«Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.	2	-
3	Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.	2	2
4	Психологічна допомога при кризових станах особистості.	2	-
5	Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.	2	-
6	Типологія екстремальних ситуацій.	2	2
7	Екстремальні стани : поняття і диференціальна діагностика.	4	-
8	Методи надання екстреної психологічної допомоги.	2	-

Самостійна робота

Семестр / тема	Зміст самостійної роботи	Обсяг (год.) денна форма/ заочна форма	Форма контролю	Тиждень, на якому здійснюється контроль	Кількість балів
3/1	<p>Тема 1. Теоретико-методологічні основи кризової психології.</p> <p><i>-опрацювати та законспектувати питання теми на основі аналізу рекомендованої літератури:</i></p> <p>1. Теоретичні основи розвитку кризової психології (теоретичні джерела кризової психології у вітчизняній та зарубіжній психології; передумови виникнення кризової психології як галузі психологічної науки; характеристика предмета кризової психології).</p> <p>2. Методологічні основи кризової психології (методологія психологічної науки та її застосування в кризовій психології; спеціальна методологія кризової психології; характеристика рівня методики дослідження в кризовій психології)</p> <p><i>Рекомендовані джерела:</i></p> <p>1. Кризова психологія: навчально-методичний комплекс для студентів спеціальності «психологія» / укл. Кривоконь Н.І.. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2014. 17 с.</p> <p>2. Пергаменщик, Л. А. Методологические аспекты кризисной психологии // Кризисные события и психологические проблемы человека / Под ред. Л. А. Пергаменщика. Минск: НИО, 1997. С.5 -16.</p> <p>3. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология: учеб. пособие. Минск: Выш. шк., 2004. 239 с.</p> <p><i>- підготовка термінологічного</i></p>	5/10	конспект	1 тиждень	3

	<p><i>словника:</i> основні поняття кризової психології: криза, критична ситуація, кризова подія, психічна травма, кризове переживання.</p> <p><i>Рекомендовані джерела:</i> 1. Кризова психологія: навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2019. 401с.</p>				
3/2	<p>Тема 2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу. -конспектування та аналіз фахових джерел до теми.</p> <p>План аналізу: 1. Передумови та основні чинники розвитку криз. 2. Фази психологічних криз. 3. Підходи до класифікації криз.</p> <p><i>Рекомендована література:</i> 1. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях : переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 1. С. 3-18. 2. Варбан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви / Є. О. Варбан // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 10. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. С. 120–133. 3. Василюк Ф. Е. Жизненный мир и кризис : типологический анализ критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психологический журнал. 1995. Т. 16, № 3. С. 90-101. 4. Василюк Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций // Психологический журнал. 1995. Т. 16, № 5. С. 104-114</p>	5/10	конспект	2 тиждень	3

	<p>5. Жедунова Л. Г. Личностный кризис и образ мира (субъективная реальность кризиса) : [монография]. Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2009. 135 с.</p> <p>6. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / І.О. Черезова. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.</p> <p>7. Юрьева Л. Н. Кризисные состояния: [монография]. Днепропетровск : Арт-пресс, 1998. 156 с.</p> <p>8. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. / Шевченко О.Т. К., 2005. 120 с.</p>				
3/3	<p>Тема 3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.</p> <p><i>-конспектування та аналіз фахових джерел до теми.</i></p> <p>План аналізу:</p> <p>1. Екзистенційні кризи та феномен самогубства в аспекті кризової психології.</p> <p>2. Кризи, пов'язані із професійною діяльністю особистості. Соціально-психологічна характеристика кризи безробіття.</p> <p><i>Рекомендована література:</i></p> <p>1. Злобіна О. Г. Суспільна криза і життєві стратегії особистості / О. Г. Злобіна, В. О. Тихонович. К. : Стислос, 2001. 238 с.</p> <p>2. Сыманюк Э. Э. Психология профессионально обусловленных кризисов / Э. Э. Сыманюк. Москва : Издательство Московского психолого-социального института, 2004. 320 с.</p> <p>3. Старшенбаум, Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия. М.: «Когито-Центр», 2005. 376 с.</p> <p>3. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних</p>	10/12	конспект	3 тиждень	2

	закладів] / І.О. Черезова. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.				
3/4	<p>Тема 4. Психологічна допомога при кризових станах особистості</p> <p>-конспектування та аналіз фахових джерел до теми.</p> <p>План аналізу:</p> <p>1.Методи термінової допомоги людям, що переживають кризові події та стани.</p> <p>2.Психологічний супровід особистості в період кризи: зміст та етапи.</p> <p><i>Рекомендована література:</i></p> <p>1.Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: учебное пособие. Москва: Изд-во «Института психотерапии», 2000. 368 с</p> <p>2.Кризова психологія: навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2019. 401с.</p> <p>3.Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. Москва: Изд-во Института Психотерапии, 2003. 302 с.</p> <p>4.Меновщиков, В.Ю. Введение в психологическое консультирование. Москва: Смысл, 1998. 109 с.</p> <p>5.Осипова, А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д: Феникс, 2005. 315 с.</p> <p>6.Пергаменщик, Л.А. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учебно-метод. пособие. Минск: Издательство Гревцова, 2012. 340 с.</p> <p>7.Психологическая помощь в кризисных ситуациях / Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. СПб. : Речь, 2007. С. 24-31.</p> <p>8.Титаренко Т. Життєві кризи : технологія консультування. Київ : Главник, 2007. С. 89-93, 116-120.</p> <p>9.Кризис как шанс начать жизнь лучше / Р. Дальке; пер. с нем.;</p>	10/10	конспект	4 тиждень	2

	[под. ред. Т.В. Гариной]. СПб. : ИГ «Весь», 2006. 256 с				
3/5	<p>Тема 5. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.</p> <p><i>-опрацювати першоджерела до теми;</i></p> <p><i>-на основі складеного планконспекту дати відповідь (письмово) на запитання:</i></p> <p>1.Визначіть п'ять найбільш істотних (на Ваш погляд) подій, які сприяли виникненню екстремальної психології. Відповідь обґрунтуйте.</p> <p>2.Складіть порівняльну характеристику надзвичайної, екстремальної та кризової ситуації (із визначенням критеріїв порівняння).</p> <p>3.На прикладі конкретної надзвичайної ситуації, опишіть особливості травматизації її суб'єктів.</p> <p><i>Рекомендована література:</i></p> <p>1.Психология экстремальных ситуаций [Текст] / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. 2-е изд., стер. М.: Психологический ин-т РАО, 2008. 304 с.</p> <p>2. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях [Текст] / Б.А. Смирнов, Е.В. Долгополова. — Харьков: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. 276 с.</p> <p>3. Родионов А.В., Сопов В.Ф., Непопалов В.Н. Психология деятельности в экстремальных условиях / Под ред. А.Н. Блеер. М.: Академия, 2008. 254 с.</p> <p>4. Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний [Текст] / С.Л. Соловьева. СПб.: ЭЛБИ-СПб, 2003. 128 с.</p>	5/10	конспект	5 тиждень	2
3/6	<p>Тема 6. Типологія екстремальних ситуацій.</p> <p><i>-опрацювати першоджерела до теми;</i></p>	5/10	конспект	6 тиждень	3

	<p>-на основі складеного планконспекту дати відповідь (письмово) на запитання:</p> <p>1.Складіть таблицю, яка відобразить специфіку впливу на психіку людини стихійних, техногенних катастроф та соціальних катастроф. Дайте порівняльну характеристику їх стресогенності для постраждалих і фахівців, які надають допомогу.</p> <p>2.Наведіть приклад екстремальної ситуації «мирного часу», обгрунтовуючи причину визначення даної ситуації як екстремальної.</p> <p>3.На основі рекомендованої літератури розробіть рекомендації щодо надання психологічної допомоги різним групам осіб, залучених у військові дії.</p> <p><i>Рекомендована література:</i></p> <p>1.Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. (Справочник практического психолога). М.: Эксмо, 2005. 960 с.</p> <p>2.Сидоров П.И. Психология катастроф: учеб. пособ. Для студ вузов [Текст] / П.И. Сидоров, П.И.Мосягин, С.В. Маруняк; под ред П.И. Сидорова. М.: Аспект-Пресс, 2008. 414 с.</p> <p>3.Психология экстремальных ситуаций [Текст] / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – 2-е изд., стер. М.: Психологический ин-т РАО, 2008. 304 с.</p> <p>4.Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях [Текст] / Б.А. Смирнов, Е.В. Долгополова. Харьков: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. 276 с.</p>				
3/7	<p>Тема 7. Екстремальні стани : поняття і диференціальна діагностика.</p> <p>-конспектування та аналіз фахових джерел до теми.</p> <p>План аналізу:</p>	10/12	конспект	7 тиждень	3

	<p>1.Гострий стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика. Наслідки для життя і здоров'я людини.</p> <p>2.Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): поняття, причини розвитку, фактори і групи його ризику. Первинні симптоми ПТСР. Форми ПТСР. Діагностичні критерії та напрями реабілітації ПТСР.</p> <p>3.Горе як особливий психофізіологічний стан. Динаміка та проблема виділення стадій. Гостре горе: поняття, симптоматика, небезпека стадій. Особливості психологічної допомоги.</p> <p><i>Рекомендована література:</i></p> <p>1.Тарабрина Н. В. Психология травматического стресса: Теория и практика. Москва: Изд-во "Институт психологии РАН", 2009. 304 с</p> <p>2.Павлова Е.В. Психология экстремальных ситуаций и состояний: Учебно-методическое пособие. Благовещенск: Изд-во АмГУ, 2014. 198 с.</p> <p>3.Кучер А.А. Посттравматическое стрессовое расстройство: история возникновения представлений, суть явления, способы психодиагностики. Новосибирск, 2002.</p> <p>4.Лазебная Е.О. Ситуационные факторы регуляции пост-травматических стрессовых состояний // Механизмы стресса в экстремальных условиях. Под ред. И.Б. Ушакова [Текст]. Москва, 2004. С. 17-21.</p> <p>5.Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: Психология горевания / Пер. с англ. Москва: Когито-Центр, 2007. 160 с.</p>				
3/8	<p>Тема 8. Методи надання екстреної психологічної допомоги.</p> <p><i>-підготовка до семінарського заняття;</i></p> <p><i>-на основі прикладу конкретної</i></p>	10/10	конспект	8 тиждень	2

	<p>надзвичайної ситуації складіть план-схему організації та проведення екстреної психологічної допомоги, вказуючи при цьому, необхідні для її надання ресурси;</p> <p>- на сонові навчальних матеріалів та рекомендованої літератури підготувати повідомлення про можливості використання різноманітних напрямків, форм, методів психотерапії в умовах екстремальної ситуації.</p> <p><i>Рекомендована література:</i></p> <p>1.Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с</p> <p>2.Крюкова М.А., Никитина Т.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь. Москва: НЦ ЭНАС, 2007. 64 с.</p> <p>3.Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації / Р. А. Мороз. Миколаїв : Іліон, 2016. 224 с.</p> <p>4.Родионов А.В., Сопов В.Ф., Непопалов В.Н. Психология деятельности в экстремальных условиях / Под ред. А.Н. Блеер. М.: Академия, 2008. 254 с.</p> <p>5.Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях [Текст]. Харьков.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. 276 с.</p>				
--	---	--	--	--	--

Методи навчання

Лекційна форма проведення занять, яка передбачає застосування таких методів: пояснювально-ілюстративного, проблемного засвоєння матеріалу.

Семінарські та практичні форми занять, які передбачають застосування методів: частково-пошукового та дослідницького.

Методичне забезпечення

1. Опорні конспекти лекцій.
2. Інтерактивний комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни.
3. Підручники, посібники, хрестоматії тощо.

Рекомендована література

Основна:

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
2. Экстремальная психология [Электронный ресурс] : сб. учеб.-метод. материалов для направления подготовки 37.03.01 "Психология" / АмГУ, ФСН ; сост. А. Г. Закаблук. Благовещенск : Изд-во Амур. гос. ун-та, 2017. 68 с.
3. Життєві кризи особистості: навчальний посібник / О. О. Байєр. Дніпропетровськ: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 244 с.
4. Кризова психологія: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Крюкова М.А., Никитина Т.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь. Москва: НЦ ЭНАС, 2007. 64 с.
6. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы. Москва: Эксмо, 2004. 322 с
7. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
8. Моутет Д. Кризисы идентичности // Психологическая энциклопедия / Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. 2-е изд., СПб. : Питер, 2003. С. 334–335.
9. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації / Р. А. Мороз. Миколаїв : Гліон, 2016. 224 с.

- 10.Одинцова М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для академического бакалавриата. Москва : Издательство Юрайт, 2018. 303 с.
- 11.Осипова, А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д: Феникс, 2005. 315 с.
- 12.Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. / Загальна ред.: Н. Пророк. Київ, 2018. 208 с.
- 13.Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. / Загальна ред.: Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.
- 14.Павлова Е.В. Психология экстремальных ситуаций и состояний: Учебно-методическое пособие. Благовещенск: Изд-во АмГУ, 2014. 198 с.
- 15.Пергаменщик Л. А. Кризисная психология: учеб.пособие. Минск: Выш. шк., 2004. 239 с.
- 16.Перша психологічна допомога : посібник для працівників на місцях. Київ: Унів. Вид-во Пульсари, 2017. 64 с.
- 17.Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко... Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: ТОВ "Видавництво "Логос". 207 с.
18. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / Сост. А. Е. Тарас, К. В. Сельченков. Москва : АСТ, Мн.: Харвест, 2002. 480 с.
- 19.Психологія життєвої кризи / відп. ред. Т. М. Титаренко. К.: Агрпромовидав України, 1998. 348 с.
- 20.Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : [навчальний посібник] / наук. ред. та керівник проблем. групи Л. М. Вольнова. К.: В-во НПУ імені М. П. Драгоманова , 2012. 275 с.

- 21.Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие. К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. 480 с.
- 22.Родионов А.В., Сопов В.Ф., Непопалов В.Н. Психология деятельности в экстремальных условиях / Под ред. А.Н. Блеер. М.: Академия, 2008. 254 с.
- 23.Сидоров П. И. Психология катастроф / П. И. Сидоров, И.Г. Мосягин, С.В. Маруняк. Москва: Аспект Пресс, 2008. 414 с.
- 24.Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях [Текст]. Харьков.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. 276 с.
- 25.Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия. Москва: «Когито-Центр», 2005. 376 с.
- 26.Філоненко М. М. Психологія спілкування: підручник; Національний медичний університет ім. О. О. Богомольця. К.: Центр учбової літератури, 2008. 224 с.
- 27.Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості: навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / І. О. Черезова. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.
- 28.Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. / Шевченко О.Т. Київ, 2005. 120 с.
- 29.Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции [Текст]. СПб.: Питер, 2006. 256 с.
- 30.Юрьева Л. Н. Кризисные состояния: [монография]. Днепропетровск : Арт–пресс, 1998. 156 с.

Допоміжна:

1. Антипов В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям / В.В. Антипов. Москва: Владос-ПРЕСС, 2004. 176 с.
2. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях : переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 1. С. 3 18.

3. Варбан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви / Є. О. Варбан // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. –Вип. 10. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. С. 120–133.
4. Бодров В.А. Роль личностных особенностей в развитии психологического стресса [Текст] / В.А. Бодров // Психические состояния / сост. и общ. ред. Л.В. Куликова. СПб.: Питер, 2001. С. 448 – 454
5. Василюк Ф.Е. Пережить горе // [электронный ресурс] режим доступа: <http://nkozlov.ru/library/psychology/d3469/>
6. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) [Текст] / Ф.Е. Василюк. Москва: Изд-во МУ, 1984. 200 с.
7. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: Психология горевания / Пер. с англ. Москва: Когито-Центр, 2007. 160 с.
8. Гришина Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2008. 544 с.
9. Дейтс Б. Жизнь после потери [Текст] / Б. Дейтс; Пер. с англ. В. Челноковой. Москва: Фаир-Пресс, 1999. 300с.
10. Дикая Л.Г. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования // Психология социальных ситуаций / сост. и общ ред. Н.В. Гришиной [Текст] / Л.Г. Дикая, А.В. Махнач. СПб.: Питер, 2001. С. 334 – 354.
11. Заманаева Ю.В. Утрата близкого человека - испытание жизнью / Ю.В. Заманаева. СПб.: изд-во Санкт-Петербургского Университета, 2007. 272 с. 187
12. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса [Текст] / Л.А. Китаев-Смык. Москва: Наука, 2000. 368 с.

- 13.Краснянский А. Посттравматическое стрессовое расстройство у вете-ранов войны в Афганистане: Съезд психиатров [Текст] / А. Краснянский, П.В. Морозов. М.: Медицина, 1995. 355 с.
- 14.Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый // А.Н. Моховиков, Е.А. Дыхне. М., 2007. // <http://www.myword.ru>.
- 15.Кучер А.А. Посттравматическое стрессовое расстройство: история возникновения представлений, суть явления, способы психодиагностики. Новосибирск, 2002.
- 16.Лазебная Е.О. Ситуационные факторы регуляции посттравматических стрессовых состояний // Механизмы стресса в экстремальных условиях. Под ред. И.Б. Ушакова [Текст] / Е.О. Лазебная, М.Е. Зеленова. М., 2004. С. 17-21.
- 17.Лебедев В.И. Личность в экстремальных ситуациях [Текст] / В.И. Лебедев. М.: Политиздат, 1989. 304 с.
- 18.Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний [Текст] / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии, 1967 № 6, С.118-129.
- 19.Линдеманн. Э. Клиника острого горя // Психология эмоций. Тексты. 2-е изд./ Под ред. В.К. Вилуноса, Ю.Б. Гипенрейтер. М.: Изд-во МГУ, 1993. С. 224-232.
- 20.Маклаков А.Г. Психология и педагогика. Военная психология: Учеб-ник для вузов. Спб.: Питер, 2005. 464 с.
- 21.Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / И.Г. Малкина-Пых. М.: Эксмо, 2005. 960 с.
- 22.Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. (Справочник практического психолога). М.: Эксмо, 2005. 960 с.
- 23.Международная классификация болезней МКБ-10. Электронная версия [электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.mkb10.ru>
- 24.Полякова О.Б. Психогигиена и профилактика профессиональных деформаций личности [Текст] / О.Б. Полякова: учебное пособие.

М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008.
304с

25. Психические состояния / Сост. и общая редакция Л.В. Куликова. СПб.: Питер, 2001. 512 с.
26. Пушкарев А.Л. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия [Текст] / А.Л. Пушкарев, В.А. Доморацкий, Е.Г. Гордеева. М.: Изд-во Института психотерапии, 2008. 112 с.
27. Ромек В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович. СПб.: Речь, 2004. 256 с.
28. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. М.: Книга по Требованию, 2012. 66 с.
29. Слепухина Г. В. Психология травматического стресса. Учеб. пособие [электронный ресурс] / Г.В. Слепухина. – Режим доступа: <http://do.gendocs.ru/docs/index-9130.html>
30. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях [Текст] / Б.А. Смирнов, Е.В. Долгополова. Харьков: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. 276 с.
31. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса [Текст] / Н.В. Тарабрина. СПб.: Питер, 2007. 272 с.
32. Фрейд З. Печаль и меланхолия // Психические состояния / сост. и общ. ред. Л.В. Куликов. СПб.: Питер, 2001. С. 208 – 219.
33. Хухлаев О.Е. Обычная работа в необычных условиях: психологическое консультирование, осложненное травматическим стрессом [электронный ресурс] Режим доступа: http://psymax.ru/lib/kons/000025_all.html
34. Човдырова Г.С. Введение в практическую экстремальную патопсихологию [Текст] / Г.С. Човдырова. М.: ВНИИ МВД России, 2002. 31с.

35. Чурсин А. Влияние экстремальной ситуации на спасателя [Текст] / А. Чурсин, Г. Неудахин, О. Наливаева. М.: Изд-во АНАТР, 2005. 56 с.
36. Шефов С.А. Психология горя / С.А. Шефов. СПб.: Речь, 2007. 72 с.