

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ**  
**ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ВНУТРІШНІХ СПРАВ**  
**НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОВИЙ ІНСТИТУТ ПРАВА ТА**  
**ІННОВАЦІЙНОЇ ОСВІТИ**  
**КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ**  
**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**«КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ»**

Рівень вищої освіти: *другий(магістерський)*  
Галузь знань: *05 Соціальні та поведінкові науки*  
Спеціальність: *053 «Психологія»*  
Освітня програма: *«Психологія»*  
Статус навчальної дисципліни: *обов'язкова*  
Мова навчання *українська*

**Дніпро – 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

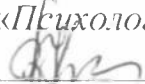
Навчально-методичною радою  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 31.08.2023 №12

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою навчально-  
наукового інституту/факультету  
Протокол від 29.08.2023 № 1

**ПОГОДЖЕНО**

Гарант освітньої програми «Психологія»

  
\_\_\_\_\_ (підпис)

Корнієнко В.В.  
(ім'я та прізвище)

Розглянуто на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти  
Протокол від 28.08.2023 № 1

*Кризова психологія // Робоча програма навчальної дисципліни. – Дніпро : Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ, 2023. – 10 с.*

**РОЗРОБНИК:**

**Альона ПОГРІБНА**, доцент кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент.

**РЕЦЕНЗЕНТИ:**

1. Професор кафедри психології, ВПНЗ Дніпропетровського гуманітарного університету, доктор психологічних наук, Самойлов О.С.
2. Професор кафедри загальної та соціальної психології ДНУ імені Олеся Гончара, доктор психологічних наук, професор Батраченко І.Г.

**Лист оновлення та перезатвердження робочої програми навчальної дисципліни**

Навчальний рік	Дата засідання кафедри. протокол – розробника РПНД	Зміст змін	Підпис завідувача
20 /20			
20 /20			
20 /20			
20 /20			
20 /20			

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни
	заочна форма здобуття вищої освіти
Кількість кредитів ЄКТС	5
Загальна кількість годин:	150 год
Рік підготовки:	1
Семестр:	1
Лекції	6 год
Семінарські	2 год
Практичні	4 год
Самостійна та індивідуальна робота	138 год
Підсумковий семестровий контроль:	Екзамен

## **2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:**

**Мета курсу** – формування професійних компетентностей в галузі кризової психології.

Місце навчальної дисципліни в освітній програмі визначено такими компетентностями:

### **Загальні компетентності:**

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК4. Уміти виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

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

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

### **Фахові (спеціальні) компетентності:**

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

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

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

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

СК11. Здатність працювати з кризовими станами клієнтів та надавати психологічну допомогу постраждалим внаслідок кризових травматичних подій.

### **Програмні результати навчання:**

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

ПРН7. Доступно і аргументовано подавати результати досліджень у письмовій та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.

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

ПРН10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.

**Пререквізити навчальної дисципліни:** «Теорія та практика психологічного консультування», «Соціально-психологічна реабілітація», «Психологія невизначеності, ризику та прийняття рішень».

**Постреквізити навчальної дисципліни:** переддипломна практика, професійна діяльність за фахом.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### **ТЕМА 1. Предмет, завдання та основні поняття кризової психології**

Предмет та завдання кризової психології. Система основних понять кризової психології. Криза. Кризова подія. Психологічна проблема. Життєва ситуація особистості. Кризові життєві ситуації та кризові стани людини. Критерії кризового стану. Біографічний підхід до вивчення життєвого шляху людини.

#### **ТЕМА 2. Нормативні та ненормативні кризи в житті людини**

Нормативні та ненормативні кризи. Психологічні особливості перебігу вікових та екзистенціальних криз. Специфіка перебігу криз професійного становлення особистості. Ненормативні кризи, пов'язані з втратою. Ненормативні кризи, пов'язані з нанесенням травми.

#### **ТЕМА 3. Стрес та травма. Огляд програм та окремих технік з подолання стресу та зцілення від травми**

Поняття стресу та травми. Поняття травматичного стресу. ПТСР. Війна як джерело травми. Бойова психічна травма (БПТ). Бойовий посттравматичний синдром (БПС). Програма 12 кроків до зцілення від травми Пітера Левіна. Лікувальна евритмія в кризовій допомозі та програма з подолання стресу АБСР Теодора Хундхаммера. Терапія малюванням форм. Арт-терапевтичні засоби в кризовій допомозі.

#### **ТЕМА 4. Конструктивні та деструктивні шляхи виходу з кризи**

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 групові види професійної допомоги.

#### **ТЕМА 5. Психологічна допомога в кризових ситуаціях**

Особливості надання кризової допомоги в кризових ситуаціях. Кризові служби та види діяльності кризових служб. Робота кризового психолога. Психодіагностика екстремальних та кризових станів. Методи кризової психологічної допомоги. Особливості кризового психологічного консультування. Кризова інтервенція як екстрена психологічна допомога.

### **4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:**

Структура навчальної дисципліни наведена у додатку 1.2.

Додатки 1.2. (оновлюється щорічно).

#### **Форма підсумкового контролю успішності навчання**

Підсумковий контроль – це перевірка рівня засвоєння знань, навичок, вмінь та інших компетентностей за певний період навчання (навчальний семестр, навчальний рік).

З навчальної дисципліни «Кризова психологія» передбачено:

– для заочної форми навчання – екзамен.

### Критерії та засоби оцінювання успішності навчання

Критерієм успішного проходження Здобувачем підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом навчання навчальної дисципліни. Мінімальний пороговий рівень оцінки визначається за допомогою якісних критеріїв і трансформується в мінімальну позитивну оцінку використовуваної числової (рейтингової) шкали.

За результатами аудиторної роботи здобувач денної форми навчання має отримати максимальну кількість 30 балів (кожне заняття оцінюється за п'ятибальною шкалою); за результатами самостійної роботи – 15 балів та за результатами індивідуальної роботи – 15 балів. Таким чином бали за поточний контроль (40-60 балів). Бали за результатами успішного складання заліку (20-40 балів).

За результатами аудиторної роботи здобувач заочної форми навчання має отримати максимальну кількість 20 балів (кожне заняття оцінюється за п'ятибальною шкалою); за результатами самостійної роботи – 30 балів та за результатами індивідуальної роботи – 10 балів. Таким чином бали за поточний контроль: 40-60 балів. Бали за результатами успішного складання заліку: 20-40 балів.

Максимальна кількість балів з дисципліни: 100 балів.

Для навчальної дисципліни «Політичний супровід працівників силових структур» засобом діагностики знань (успішності навчання) виступає іспит.

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ECTS	
	З а л і к	Екзамен/ диференційований залік	О ц і н к а	Пояснення
90-100	з а р а	Відмінно	A	<i>«Відмінно» - теоретичний зміст курсу засвоєний у повному обсязі; сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані в повному обсязі.</i>
83-89	х о в а н о	Добре	B	<i>«Дуже добре» - теоретичний зміст курсу засвоєний в повному обсязі; в основному сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані, якість виконання більшості з них оцінена кількістю балів, близько до максимальної.</i>
75-82			C	<i>«Добре» - теоретичний зміст курсу засвоєний цілком; в основному сформовані практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані, якість виконання жодного з них не оцінена мінімальною кількістю балів, деякі види завдань виконані з помилками.</i>
68-74		Задовільно	D	<i>«Задовільно» - теоретичний зміст курсу засвоєний не повністю; але прогалини не носять істотного характеру; в основному сформовані необхідні практичні навички</i>

				<i>роботи із засвоєним матеріалом; більшість передбачених РПНД навчальних завдань виконано, деякі з виконаних завдань містять помилки.</i>
60-67			Е	<i>«Достатньо» - теоретичний зміст курсу засвоєний частково; не сформовано деякі практичні навички роботи; частина передбачених РПНД навчальних завдань не виконані або якість виконання деяких з них оцінено числом балів, близьким до мінімального.</i>
35-59	н е з а р а х о о	Не задовільно	FX	<i>«Умовно незадовільно» - теоретичний зміст курсу засвоєний частково; не сформовані необхідні практичні навички роботи; більшість навчальних завдань не виконано або якість їх виконання оцінено кількістю балів, близько до мінімальної; при додатковій самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості виконання навчальних завдань (з можливістю повторного складання).</i>
1-34	в а н о		Ф	<i>«Безумовно незадовільно» - теоретичний зміст курсу не засвоєний; не сформовані необхідні практичні навички роботи; всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки або не виконані взагалі; додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не призведе до значного підвищення якості виконання навчальних завдань.</i>

### **Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна**

- навчальна аудиторія;
- ноутбук з відеокамерою;
- програмне забезпечення для доступу до мережі Інтернет;
- платформа «MOODL»;
- програмне забезпечення MicrosoftPowerPoint;
- дошка;
- крейда.

### **Інформаційне та методичне забезпечення навчальної дисципліни (рекомендовані джерела інформації)**

Додаток 1.3. (оновлюється щорічно та/або в разі необхідності).

## ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### «КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ»

Освітній ступінь *магістр*  
Спеціальність *053 «Психологія»*  
на *2023 / 2024* навчальний рік

Форма навчання: **ЗАОЧНА**    Обсяг: **5** кредитів ЄКТС (**150** годин)  
Навчально-науковий інститут права та інноваційної освіти  
Курс *1*    Група *МЗ-ПС-321*

№ теми згідно з РПНД	Назва теми (згідно з РПНД)	обсяг Загальний годин	Аудиторна робота				С/Р та І/Р
			Всього	Лекції	С/З	П/З	
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Предмет, завдання та основні поняття кризової психології	30	2	2	0	0	26
2.	Нормативні та ненормативні кризи в житті людини	30	2	2	0	0	26
3.	Стрес та травма. Огляд програм та окремих технік з подолання стресу та зцілення від травми	30	4	2	2	0	26
4.	Конструктивні та деструктивні шляхи виходу з кризи	30	2	0	0	2	26
5.	Психологічна допомога в кризових ситуаціях	30	2	0	0	2	34
	<b>Разом за семестр</b>	<b>150</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>138</b>
	<b>Разом за навчальний рік</b>	<b>150</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>138</b>
	<b>Форма підсумкового контролю</b>	<b>Екзамен</b>					

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти, протокол від 28.08.2023 р. № 1.

Завідувач кафедри  
психології та педагогіки



Вікторія КОРНІЄНКО



## ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**«КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ»**  
Освітній ступінь *магістр*  
Спеціальність *053 «Психологія»*  
на **2023 / 2024** навчальний рік

### Основні нормативні акти:

1. Етичний кодекс психолога. – Режим доступу:  
<http://nsj.gov.ua/files/1448287570%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf>

### Підручники:

1. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193с.

### Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали:

1. 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.
2. Хоміч Г. О. Основи психологічного консультування. Київ: МАУП, 2004. 152 с.
3. Життєві кризи особистості: навчальний посібник / О. О. Байер. Дніпропетровськ: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 244 с.
4. Кризова психологія: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
6. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : метод. рекомендації. Миколаїв : Іліон, 2016. 224 с.
7. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : [навчальний посібник] / наук. ред. та керівник проблем. групи Л. М. Вольнова. Київ: В-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. 275 с.
8. Блінов О.А., Шопіна М.О. Метафоричні асоціативні карти як творчий інтегративний ресурс стресостійкості особистості: навч.посібник. Київ: Талком, 2016. 123 с.
9. Терлецька Л.Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології: навч.посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2016.128 с.

### Інші джерела:

1. Діти та війна: навчання технік зцілення. Львів: Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014. 109 с.
2. Католик Г.В., Корнієнко І.О. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим. Науково-методичні матеріали для роботи з очевидцями та постраждалими від техногенних катастроф, а також членами їх сімей. Львів: Червона калина, 2003. 144 с.
3. Кірсе М. Печать смутку: Пережити біль втрати. Львів: Свічадо, 2010. 80 с.
4. Крок до майстерності: Методичний посібник з підготовки консультантів телефонної лінії довіри для вихованців та випускників шкіл-інтернатів. Київ: Державний інститут проблем сім'ї та молоді; Український ін-т соціальних досліджень, 2002. 106 с.
5. Моліцька М. Терапевтичні казки. Львів: Свічадо, 2013. 200 с.
6. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник. Київ: Агентство "Україна". 2015. 176 с.

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти, протокол від 28.08.2023 р. № 1.

**Завідувач кафедри  
психології та педагогіки**



**Вікторія КОРНІЄНКО**