

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ

Факультет культурології та соціальних комунікацій  
Кафедра психології, педагогіки та філології

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
Декан факультету



Наталя КОРЖИК

**Робоча програма навчальної дисципліни**

**«ПСИХОЛОГІЯ КРИЗИ»**

Галузь знань — 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність — 053 Психологія

Освітньо-професійна програма — Кризова психологія

Рівень вищої освіти другий (магістерський)

Розробник:

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, педагогіки та філології Большакова Анастасія Миколаївна;

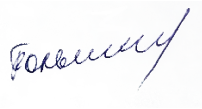
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, педагогіки та філології Віденєєв Ігор Олександрович

Мова навчання: українська

Робочу програму затверджено на засіданні кафедри психології, педагогіки та філології,

Протокол № 1 від «23» серпня 2024 р.

Завідувач кафедри, д.психол.н., проф.



Анастасія БОЛЬШАКОВА

Робочу програму затверджено на засіданні ради факультету культурології та соціальних комунікацій

Протокол № 1 від «26» серпня 2024 р.

Голова ради факультету



Наталя КОРЖИК

## Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни		
		Денна форма	Заочна форма	
Кількість кредитів – 5	Галузь знань <b>05 Соціальні та поведінкові науки</b> (шифр і назва)	Обов'язкова		
	<b>053 Психологія</b> (шифр і назва)			
Загальна кількість годин – 150  Для денної форми навчання: Аудиторних – 50 Самостійної роботи здобувача – 100  Для заочної форми навчання: Аудиторних – 14 Самостійної роботи здобувача – 136	Освітньо-професійна програма:  <b>Кризова психологія</b>	<b>Рік підготовки:</b>		
		1-й	1-й	
			<b>Семестр</b>	
			1-й	1-й
			<b>Лекції</b>	
			30 год.	10 год.
			<b>Практичні</b>	
			0 год.	0 год.
			<b>Семнарські</b>	
			20 год.	4 год.
			<b>Самостійна робота</b>	
			100 год.	136
		<b>Індивідуальні завдання: -</b>		
		Вид контролю: екзамен 1 сем		

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

для денної форми навчання – аудиторних / самостійної роботи 50/100  
 для заочної форми навчання – аудиторних / самостійної роботи 14/136

## 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

### Місце дисципліни в освітній програмі.

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Психологія кризи» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів напрямку 053 «Психологія».

Програма дисципліни визначає обсяги знань, які повинен опанувати магістр відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни. «Психологія кризи», та включає необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти. Її вивчення передбачає підвищення професійної компетентності практичних психологів та сприяє ефективній самореалізації їх, як фахівців.

**Пререквізити.** Теоретичною базою вивчення дисципліни є загальні та професійні компетентності та результати навчання, набуті на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія. Викладання дисципліни здійснюється у тісному зв'язку зі змістом дисциплін «Основи нейропсихології травми», «Психологія травматичного стресу», «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях в соціокультурній сфері», «Психологія культури та мистецтва».

**Постреквізити.** Здобутий здобувачами у ході вивчення навчальної дисципліни фрагмент професійного досвіду у вигляді загальних та професійних компетентностей, системи знань, умінь, норм і цінностей є теоретичним та практичним підґрунтям вивчення усього подальшого циклу обов'язкових та вибіркового освітніх компонентів професійної і практичної підготовки, проходження практики та виконання кваліфікаційної роботи.

### Обсяг дисципліни в кредитах ЄКТС та його розподіл

Кількість кредитів – 6. Загальна кількість годин – 180.

Аудиторних годин:

- денна форма навчання – 60;

- заочна форма навчання – 16.

Годин самостійної роботи здобувача:

- денна форма – 120;

- заочна форма – 164.

**Статус дисципліни:** обов'язкова.

**Мета курсу** – формування системи наукових уявлень щодо життєвих криз, про виникнення та динаміку їх основних форм, розуміння соціально-психологічних механізмів та біологічних передумов криз та їх попередження.

### Загальні та фахові компетентності, які формує дисципліна

Загальні компетентності
ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.
ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами
ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

## Спеціальні (фахові) компетентності

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.
СК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості.
СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.
СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.
СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.
СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
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.
СК 11. Здатність аналізувати соціокультурні процеси та явища з точки зору їх впливу на психічне благополуччя людини, зокрема у кризових умовах.
СК 12. Здатність збирати, аналізувати, систематизувати та використовувати у практичній діяльності інформацію щодо психологічних особливостей діяльності людини у кризових умовах.
СК 13. Здатність використовувати засоби культури та мистецтва у просвітницькій, психопрофілактичній діяльності та наданні психологічної допомоги різним верствам населення у кризових умовах життя.

## Програмні результати навчання

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
ПР2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.
ПР3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки.
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.
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.
ПР12. Володіти знаннями, уміннями й навичками з планування та управління заходами цивільного захисту, надання домедичної допомоги постраждалим при нещасних випадках.
ПР13. Розробляти та реалізовувати програми психологічного супроводу різних категорій населення у кризових умовах життєдіяльності.
ПР14. Розробляти та реалізовувати психопрофілактичні та психокорекційні (індивідуальні та групові) програми засобами культури та мистецтва.
ПР15. Використовувати засоби культури та мистецтва у процесі надання психологічної допомоги у кризових умовах.

## **Критерії оцінювання результатів навчання за 100 бальною рейтинговою шкалою.**

Можлива кількість балів, набраних до підсумкової форми контролю: 60 балів.

Підсумковий контроль: екзамен (40 балів).

Завдання на екзамену складається з 2 теоретичних питань.

Відповідь на *теоретичне питання* вважається повною, якщо її зміст повністю відповідає програмі та містить всі необхідні факти та висновки.

Грубими помилками є:

- незнання визначень основних понять предметної області й формулювань, передбачених програмою курсу;

- незнання сутності основних методів і прийомів отримання необхідних результатів.

Помилками вважаються:

- неточності визначень понять предметної області, формулювань;
- неволодіння одним з умінь і навичок, передбачених програмою, але таких, що не відносяться до грубих помилок.

Недоліками є:

- неакуратні й непослідовні записи викладу матеріалу.

31-40 бал

Повністю розкрито зміст теоретичних питань. При відповіді використано термінологію предметної області в необхідній логічній послідовності. Також здобувач демонструє вільне володіння навчальним матеріалом різного ступеня складності, використовуючи при необхідності відомості з інших навчальних дисциплін і курсів. При відповіді на додаткові питання помітне вміння розвивати систему теоретичних знань на основі самостійної роботи.

21-31 балів

При викладі фундаментальних положень основного матеріалу курсу здобувач показує володіння програмним навчальним матеріалом, у тому числі різного ступеня складності, а також вільне оперування ним у знайомій ситуації. При відповіді допускається два-три недоліки або не більше однієї помилки. Здобувач упевнено відповідає на додаткові питання, що стосуються основних положень усього досліджуваного курсу відповідно до екзаменаційної програми.

11-20 балів

При відповіді на питання теорії виявляється не завжди усвідомлене відтворення програмного навчального матеріалу. Положення, що приводяться у відповіді, даються фрагментарно, схематично, без логічного взаємозв'язку. При відповіді на додаткові питання, що стосуються найважливіших і основних понять і фактів навчальної програми, є утруднення у використанні термінології предметної області. При відповіді здобувач не завжди може підтвердити теоретичні викладення відповідними прикладами.

0-10 балів

Відповідь здобувача демонструє лише деяке уявлення про матеріал навчального курсу. Знання практично відсутні як у теоретичній області навчальної дисципліни, так і в практичному володінні методикою аналізу.

Усього: 100 балів.

## **2. Програма навчальної дисципліни**

Тема 1. Поняття та сутність кризової психології

Тема 2. Професійні компетенції кризового психолога

Тема 3. Вторинна травматизація у роботі кризового психолога

Тема 4. Психологія стресу

Тема 5. Психологія травматичного стресу

Тема 6. Перша психологічна допомога у психотравмуючій ситуації

Тема 7. Психологія вікових криз

Тема 8. Психологія сімейних криз

## 2. Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Разом годин	Денна форма				Заочна форма			
		Лек.	Сем.	Практ.	Сам. робота	Лек.	Сем.	Практ.	Сам. робота
Тема 1. Поняття та сутність кризової психології	19	2	2		15	1	2		16
Тема 2. Професійні компетенції кризового психолога	16	4	2		10	1			15
Тема 3. Вторинна травматизація у роботі кризового психолога	16	4	2		10	1			15
Тема 4. Психологія стресу	16	4	2		10	1			15
Тема 5. Психологія травматичного стресу	23	4	4		15	2	2		19
Тема 6. Перша психологічна допомога у психотравмуючій ситуації	16	4	2		10	2			14
Тема 7. Психологія вікових криз	21	4	2		15	1			20
Тема 8. Психологія сімейних криз	23	4	4		15	1			22
<b>Усього</b>	<b>150</b>	<b>30</b>	<b>20</b>		<b>100</b>	<b>10</b>	<b>4</b>		<b>136</b>

## 4. Теми семінарських / практичних занять

Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Поняття та сутність кризової психології	2	2
2	Тема 2. Професійні компетенції кризового психолога	2	
3	Тема 3. Вторинна травматизація у роботі кризового психолога	2	
4	Тема 4. Психологія стресу	2	
5	Тема 5. Психологія травматичного стресу	4	2
6	Тема 6. Перша психологічна допомога у психотравмуючій ситуації	2	
7	Тема 7. Психологія вікових криз	2	
8	Тема 8. Психологія сімейних криз	4	
	<b>Усього:</b>	<b>20</b>	<b>4</b>

## 5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Поняття та сутність кризової психології	15	16
2	Тема 2. Професійні компетенції кризового психолога	10	15
3	Тема 3. Вторинна травматизація у роботі кризового психолога	10	15
4	Тема 4. Психологія стресу	10	15

5	Тема 5. Психологія травматичного стресу	15	22
6	Тема 6. Перша психологічна допомога у психотравмуючій ситуації	10	14
7	Тема 7. Психологія вікових криз	15	20
8	Тема 8. Психологія сімейних криз	15	22
	Усього:	<b>100</b>	<b>136</b>

## 6. Форми та види навчальних занять; методи, засоби, технології навчання. Форми поточного та підсумкового контролю

**Форми:** навчальні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

**Види:** лекційні та семінарські заняття.

**Методи:** Проблемний виклад, пояснювально-ілюстративний (візуальний супровід – демонстрація ілюстрацій, відео та аудіофрагментів), частково-пошуковий (пошук та аналіз джерел, фахової літератури, відео та аудіоматеріалів з відповідної теми тощо); проєктно-орієнтований – підготовка повідомлення/доповіді (презентації) з відповідними посиланнями на використані джерела та літературу, Інтернет-ресурси

Для самостійної роботи використовується також дослідницький метод: підготовка доповіді з презентацією; створення опитувальників, есе та ін. до відповідних тем; пошук візуального матеріалу в Інтернеті за тематикою навчальної дисципліни.

У процесі підготовки фахівців застосовується також комбінування традиційних інформативних і нових соціально-психологічних методів – дискусійних методів, ігрових методів (рольові ігри), методи активного навчання (аналіз конкретних ситуацій, розв’язання проблемних задач, інтерактивні методи, технологія «мозкового штурму» тощо.

**Засоби:** Слово викладача, підручники та посібники, аудіовізуальні засоби, інтерактивні дошки, мультимедійні проєктори, інтерактивні презентації.

**Технології:** інформаційні технології, технології дистанційного навчання, технології ситуаційного навчання, технології дослідницького (евристичного) навчання, імітаційно-моделюючі технології навчання, ігрові технології, технології самоосвіти.

**Форми поточного контролю:** виконання завдань до лекційного матеріалу; відповідь під час семінару; виконання практичного завдання; підготовка та презентація майстер-класу; участь у діловій (моделюючій / психологічній грі); виконання вправи; усне опитування; письмове опитування; есе-рефлексія; підготовка та виступ з рефератом; - підготовка та виступ з презентацією; участь у колективному проєкті; виконання індивідуального проєкту, зарахування результатів неформальної освіти.

**Форма підсумкового контролю:** екзамен.

## 7. Розподіл балів, які отримують здобувачі

Поточна успішність								Екзамен	Усього
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8		
7	8	7	7	8	8	7	8	40	100

Розподіл балів за формами контролю:

- виконання завдань до лекційного матеріалу – 0-4 балів;
- виконання вправи – 1-3;
- усне опитування – 1-3;
- письмове опитування – 1-3;
- есе-рефлексія – 1-4;
- підготовка та виступ з рефератом – 1-3;



- підготовка та виступ з презентацією – 1-3;
- виконання індивідуального проєкту – 1-3;
- зарахування результатів неформальної освіти – за рішенням кафедри на основі заяви здобувача та наданих даних (до 10% загальної кількості балів, відведених на поточний контроль).

Можлива кількість балів, набраних до підсумкової форми контролю: 60 балів.

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену
90 – 100	<b>A</b>	відмінно
82 – 89	<b>B</b>	добре
74 – 81	<b>C</b>	
64 – 73	<b>D</b>	задовільно
60 – 63	<b>E</b>	
35 – 59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання
0 – 34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### 8. Методичне забезпечення

Робоча програма та силабус дисципліни, конспект лекцій, наочні схема-конспекти (презентації).

### 9. Рекомендована література

#### Обов'язкова:

1. Базика Є.Л. Кризова психологія : конспект лекцій. Одеса : ОНУ. 2024. 65 с.
2. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. О.В.Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
3. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
4. Курова А.В. Психологічне здоров'я молоді в умовах невизначеності: соціально-психологічний вимір.. Київ: Видавець Бихун В.Ю. 2023. 344 с.
5. Мохнар Л.І. Психологія діяльності в особливих умовах : навч.посіб. Черкаси: видавець Третяков О.М.. 2021. 120 с.
6. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців / Возніцина К., Литвиненко Л. Київ. 2023. 163 с.
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. У 3х т. Київ. 2018
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. 207 с.
9. Титаренко Т.М. Випробування кризою. Одісея подолання. (психологічна терапія). 2021. 248 с.
10. Шебанова В.І. Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях: Навчально-методичні рекомендації. Херсон: Вид-во ІІІ Вишемирський В.С. 2017. 136 с.
11. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. К. 2005. 120 с.
12. Шторм Л. Як залишитися людиною під час війни: погляд психолога. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 64 с.

### Додаткова:

13. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник. Київ : Агентство "Україна". 2015. 176 с.
14. Клінічна психодіагностика: Практикум / Ред.-упор. М.В.Миколайський. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2006. 228 с.
15. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посібник / [Богданов .О., Гніда Т.Б., Залеська О.В.,]. Київ: НаУКМА, ГЛПФ Медіа, 2017. 208 с.
16. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у екстремальній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. 72 с.
17. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію. Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. 120 с.
18. Миронець С.М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах екстремальної ситуації: Монографія К.: Консультант, 2008. 232 с.
19. Панок В.Г. Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи / Центр. соц. експертиз і прогнозів ін.-ту соціол. НАН України та ін. К., 1999. 104 с.
20. Психологічна підтримка в умовах екстремальних ситуацій: підхід резилієнс: навч.-метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобривкіна, В. Чернобривкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». Київ : НаУКМА, 2017. 92 с.
21. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь, 2003. 376 с.
22. Яковенко С.І. Соціально-психологічна допомога при екстремальних ситуаціях та критичних інцидентах. К. 1999. 224 с.

### Інформаційні ресурси Інтернет:

- Законодавство України — <https://rada.gov.ua/news/zak>  
Наукова періодика України — <http://nbuv.gov.ua/taxonomy/term/334> –.  
Електронні підручники онлайн «Педагогіка і психологія» — <http://chitalka.info/psy.html>.  
Вісник психології і соціальної педагогіки — <http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/lang-1/referat-109/referatpart-4/index.html> –.  
БД Освіта. ua. — <http://osvita.ua/school/psychology>.  
Психологія UA <http://psychologiya.org.ua/>  
Студентська бібліотека <http://studentbooks.com.ua/>  
Електронна бібліотека КНЕУ [http://lib.kneu.edu.ua/ua/e\\_resours\\_bibl/elek\\_bibl\\_lit/](http://lib.kneu.edu.ua/ua/e_resours_bibl/elek_bibl_lit/)  
Всеукраїнська електронна бібліотека <http://youalib.com/>