

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ УКРАЇНСЬКОЇ ФІЛОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНИХ НАУК
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Навчально-методичною радою ІДГУ
Протокол № 4 від 15.01.2019р.

Голова НМР Н. М. Кольцун Н. М. Кольцун

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Психологія кризових ситуацій

освітній ступінь Магістр
(назва освітнього ступеня)

галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність
(спеціалізація) 053 Психологія
(код і назва спеціальності (предметної спеціальності або спеціалізації))

освітня програма Психологія
(назва освітньої програми)

тип дисципліни вибіркова
(обов'язкова / вибіркова / факультативна)

ПОГОДЖЕНО:

Гарант освітньої програми

Мазоха І.С.

(підпис, ініціали, прізвище)

ПОГОДЖЕНО:

Голова науково-методичної ради факультету
української філології та соціальних наук

Циганок І.Б.

(підпис, ініціали, прізвище)

РЕКОМЕНДОВАНО:

кафедрою загальної та практичної
психології

протокол № 6 від 09.01.2019

Завідувач кафедри Прокоф'єва Л.О.

(підпис, ініціали, прізвище)

Розробник програми:

Кічук Антоніна Валеріївна, кандидат

психологічних наук, доцент кафедри загальної та
практичної психології

Рецензент програми:

Васильєва Ольга Анатоліївна, кандидат

педагогічних наук, доцент кафедри загальної та
практичної психології

1. ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом	
	Денна	Заочна
Кількість кредитів: 4	Лекції:	
	16	
Модулів: 4	Практичні заняття:	
Загальна кількість годин: 120	-	-
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 1-2	Лабораторні заняття:	
	-	-
Семестр: 2-3	Семінарські заняття:	
	16	
Тижневе навантаження (год.):	Консультації:	
- аудиторне: 2	-	-
- самостійна робота: 6	Індивідуальні заняття:	
Форма підсумкового контролю: залік		-
Мова навчання: українська	Самостійна робота:	
	88	

2. МЕТА ДИСЦИПЛІНИ

Предмет дисципліни є вивчення феноменології життєвих криз, формування професійних навичок надання психологічної допомоги особистості під час переживання життєвих криз з використанням спеціальних засобів, прийомів та методів.

Метою вивчення дисципліни є: поглиблене вивчення психологічного феномену «життєва криза», ознайомлення слухачів із особливостями проживання різних видів життєвих криз, формування професійних навичок надання психологічної допомоги.

Передумови для вивчення дисципліни: оволодіння фаховими компетентностями, що формуються під час вивчення дисциплін „Психологія особистості”, „Соціальна психологія”.

Міждисциплінарні зв'язки: проблематика курсу пов'язана з дисциплінами „Загальна психологія”, „Психофізіологія”, „Вікова психологія”, „Соціальна психологія”, „Диференціальна психологія”, „Психологічне консультування”, „Психодіагностика”, „Психологічна допомога”, „Психологія сім'ї”, „Основи психотерапії”.

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

1. Знання: сутність предмету і завдань дисципліни; специфічні ознаки кризової ситуації у житті людини; типологію життєвих криз особистості; основні психологічні теорії стосовно переживання людини кризового стану; термінологію, яка вживається для опису перебігу кризових станів; принципи психологічної допомоги людині в кризових станах різних типів.

Уміння: враховувати витoki (причини) і специфіку різних типів криз у побудуванні системи заходів, спрямованих на реадaptaцію людини у стані життєвої кризи; використовувати на практиці теоретичні знання, щодо первинної психологічної підтримки та допомоги людям, що опинилися в скрутних життєвих обставинах.

Комунікація: використовувати набуті знання при веденні наукових дискусій з актуальних та проблемних питань психоконсультації та психокорекції.

Автономність та відповідальність: виявляти самостійність і соціальну відповідальність, мобілізуватися у ситуації невизначеності поведінкових наслідків.

4. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Назви тем	Кількість годин (денна форма навчання)						Кількість годин (заочна форма навчання)							
		Аудиторні	Лекції	Семинарські (практичні)	Лабораторні	Консультації	Індивідуальні заняття	Самостійна робота	Аудиторні	Лекції	Семинарські (практичні)	Лабораторні	Консультації	Індивідуальні заняття	Самостійна робота
Модуль 1. Загальне уявлення про життєві кризи.															
1.1	Загальне уявлення про поняття „криза” в психології.	14	2	2	-	-	-	10							
Модуль 2. Кризи особистісного розвитку.															
1.2	Специфіка вікових криз.	18	2	2	-	-	-	14							
1.3	Віктимність.	14	2	2	-	-	-	10							
2.1	Суїцид.	14	2	2	-	-	-	10							
Модуль 3. Кризи, викликані зовнішніми чинниками.															
2.2	Особливості консультавання ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД.	14	2	2	-	-	-	10							
3.1	Психологія війни.	14	2	2	-	-	-	10							
3.2	Термінальний період у житті людини.	14	2	2	-	-	-	10							
Модуль 4. Кризи професійної діяльності особистості.															
4.1	Професійне вигорання та емоційне вигорання.	14	2	2	-	-	-	10							
Проміжний контроль		4	-	-	-	-	-	4							
Разом:		120	16	16	-	-	-	88							

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

5.1. Зміст навчальної дисципліни за темами

Модуль 1. Загальне уявлення про життєві кризи.

Тема 1. Загальне уявлення про поняття „криза” в психології.

Поняття психологічного здоров'я та гармонійної особистості. Психологічне розуміння понять „ситуація”, „картина світу”, „криза”. Типологічний аналіз та класифікація життєвих криз. Умови виникнення життєвих криз.

Модуль 2. Кризи особистісного розвитку.

Тема 2. Специфіка вікових криз.

Криза народження. Кризи дитячого та підліткового віку. Криза середнього віку. Криза „Я-інтеграції” прихильного віку.

Тема 3. Віктимність.

Поняття жертви злочину. Віктимологія. Віктимні внутрішньоособистісні конфлікти. Віктимні синдроми, віктимні фобії, віктимні ілюзії. Психологічні наслідки віктимізації.

Тема 4. Суїцид.

Суїцид як складний психологічний феномен вітчизняної та зарубіжної психології. Суїцид та особистість – специфіка взаємовідносин. Соціально-психологічна дезадаптація як основа суїцидальної поведінки.

Модуль 3. Кризи, викликані зовнішніми чинниками.

Тема 5. Особливості консультування ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД.

Специфіка соціальних особливостей захворювання. Основні психогенні реакції в період захворювання. Особливості психологічної допомоги ВІЛ-інфікованим та хворим на СНІД. Специфіка консультування на різних етапах захворювання.

Тема 6. Психологія війни.

Психологія тероризму. Психологія природних катастроф. Посттравматична стресова реакція. Психологічні проблеми учасників бойових дій, свідків природних катастроф та терористичних актів. Психологія паніки.

Тема 7. Термінальний період у житті людини.

Поняття „термінальності” в психології. Динаміка переживання термінальних станів. Специфіка життєвої кризи в період термінальних захворювань.

Модуль 4. Кризи професійної діяльності особистості.

Тема 8. Професійне вигорання та емоційне вигорання. Синдром вигорання.

Профілактика синдрому професійного вигорання. Передвісники емоційного вигорання. Успіх як криза. „Зіркова хвороба”. Психологія безробіття.

5.2. Тематика семінарських занять

ТЕМА 1. Загальне уявлення про поняття „криза” в психології.

ТЕМА 2. Специфіка вікових криз.

ТЕМА 3. Фанатизм, сектантство як приклад віктимності особистості.

ТЕМА 4. Тренінгові заняття з превенції суїциду.

ТЕМА 5. Особливості консультування ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД

ТЕМА 6. Типологія стресових розладів. СОРЕ підхід до подолання стресу.

ТЕМА 7. Базові принципи терапії посттравматичних стресових розладів.

5.3. Організація самостійної роботи студентів

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин	Форми звітності
1.	Підготовка до лекційних та семінарських занять	20	Конспект
2.	Підготовка до проміжного контролю	4	Модульна контрольна робота
3.	Виконання індивідуальних завдань: - Ідивідуально-творче завдання; - підготовка реферату; - словник термінів - біографічні відомості	20 20 20 4	Презентація Реферат Словник Презентація
	Разом	88	

Тематика індивідуальних завдань

1. Загальне уявлення про поняття „криза” в психології. Типологічний аналіз та класифікація життєвих криз.
2. Поняття психологічного здоров'я та гармонійної особистості. Психологічне розуміння понять „ситуація”, „картина світу”, „криза”. Умови виникнення життєвих криз.
3. Специфіка вікових криз. Криза народження. Кризи дитячого та підліткового віку. Криза середнього віку. Криза „Я-інтеграції“ прихильного віку.
4. Суїцид. Суїцид як складний психологічний феномен вітчизняної та зарубіжної психології. Суїцид та особистість – специфіка взаємовідносин. Соціально-психологічна дезадаптація як основа суїцидальної поведінки.
5. Поняття жертви злочину. Віктимологія. Віктимнівнутрішньоособистісні конфлікти. Віктимні синдроми, віктимні фобії, віктимні ілюзії. Психологічні наслідки віктимізації.

Тематика рефератів

1. Вплив соціального оточення на виникнення життєвих криз особистості.
2. «Життєва криза» як феномен внутрішнього світу особистості.
3. Криза в сучасному вимірі життєвого шляху особистості.
4. Причини виникнення кризи ідентичності.
5. Сутність першої психологічної кризи дорослого віку.
6. Типологія життєвих криз дорослої людини.
7. Моделі поведінки жінок та чоловіків у період кризи.
8. Криза «сенсу життя»: її особливості та наслідки.
9. Особливості консультування та надання психологічної допомоги людині у період кризи.

Результати власного індивідуального дослідження студенти презентують на семінарському занятті (обсяг презентації – не менше 20 слайдів).

6. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

- 6.1. *Форми поточного контролю:* семінарські заняття, індивідуальні завдання.
- 6.2. *Форми проміжного контролю:* модульна контрольна робота.
- 6.3. *Форми підсумкового контролю:* залік.

7. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Під час поточного контролю оцінюються відповіді студента на семінарських заняттях, результати самостійної роботи з науковою літературою та першоджерелами, а також якість виконання студентом індивідуального завдання у вигляді реферату та його презентації.

Модульна контрольна робота проводиться в письмовій формі та включає два теоретичні питання, відповіді на які дають можливість оцінити рівень оволодіння теоретичним матеріалом з сучасних арт-терапевтичних напрямків.

Зразок варіанту модульної контрольної роботи:

1. Розкрийте сутність концепції загального адаптаційного синдрому Г.Сельє.
2. В чому полягають, на Ваш погляд, криза нереалізованості і криза спустошення? Наведіть приклади.

8. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

8.1. Шкала та схема формування підсумкової оцінки

Переведення підсумкового балу за 100-бальною шкалою оцінювання в підсумкову оцінку за традиційною шкалою

Підсумковий бал	Оцінка за традиційною шкалою
90-100	зараховано
70-89	
51-69	
26-50	не зараховано
1-25	

Схема розподілу балів

Максимальна кількість балів	70 балів (поточний контроль) – середньозважений бал оцінок за відповіді на семінарських заняттях та виконання індивідуальних завдань, який переводиться у 100-бальну шкалу з ваговим коефіцієнтом.0,7	30 балів (проміжний контроль) – за результатами виконання модульної контрольної роботи
Мінімальний пороговий рівень	35 балів (поточний контроль)	16 балів (проміжний контроль)

8.2. Критерії оцінювання під час аудиторних занять

Оцінка	Критерії оцінювання навчальних досягнень
5 балів	Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження

	власних думок, здійснює аналіз та робить висновки.
4 бали	Оцінюється робота студента, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.
3 бали	Оцінюється робота студента, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, записує основні формули, рівняння, закони. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки.
2 бали	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.
1 бал	Оцінюється робота студента, який не в змозі викласти зміст більшості питань теми та курсу, володіє навчальним матеріалом на рівні розпізнавання явищ, допускає істотні помилки, відповідає на запитання, що потребують однослівної відповіді.
0 балів	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його висвітлити, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

8.4. Критерії оцінювання модульної контрольної роботи

Максимальна кількість балів за відповідь на 1 питання складає 15 балів. Критеріями оцінювання є: повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки.

8.5. Критерії оцінювання під час підсумкового контролю

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю.

9. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Технічні засоби для демонстрування презентацій (ноутбук, проектор).

10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

10.1. Основні джерела

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. – М., 1991

2. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: МГУ, 1984
- 3.1.3. Водопьянова И. Синдром выгорания. – М., 2005
3. Корекційна робота психолога // упоряд. О. Главник. – К.: Шкільний світ, 2002. – 112 с.
4. Короленко Ц.П. Психология человека в экстремальных условиях. – Л.: Наука, 1978.
5. Кризова психологія: Навчальний посібник /За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. – Х.: НУЦЗУ, 2010. - 401 с.
6. ЛоренсоЛуисАлексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів // автореф. дисс. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук. – Харків, 2000
7. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми //Соціальна психологія. – Київ: Український центр політичного менеджменту, 2004. - № 5 (7), с.25-35.
8. Луппо С.Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. // Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти. – Збірник матеріалів конференції. – Київ: КМІУВ ім.. Б. Грінченка, 2001.
9. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А.Е. Сельченко/. – М.: АСТ, Мн.: Харвест. – 2002. – 480 с.
- 10.Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб: Питер, М.- Харьков- Минск, 2001. – 27с.
11. Титаренко Т.М. Життєвийсвітособистості: у межах і за межами буденності. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
12. Титаренко Т.М. Життєвікризи: технологіїконсультування. Перша частина. – К.: Главник, 2007. – 144 с.
13. Титаренко Т.М. Життєвікризи: технологіїконсультування. Друга частина. – К.: Главник, 2007. – 176 с.
14. Яценко Т.С. Основиглибинноїпсихокорекції: феноменологія, теорія і практика: Навч. Посібник. – К.: 2006. – 254 с.

10.2. Допоміжні джерела

1. Апчел В.Я., Цыган В.Н. Стресс и стрессоустойчивостьчеловека. – СПб.: ВМедА, 1999. – 86с.
2. Гурвич И.Н. Социальнаяпсихологияздоровья. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1999. – 1023с.
3. Леонтьев А.Н. Проблемыразвитияпсихики, 2-е изд. – М.: Мысль, 1965. – 572с.
4. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. – Поведение и саморегуляциячеловека в условияхстресса. – СПб.: ИздательскийДом "Сентябрь", 2001. – 260с.
5. Никифоров Г.С., Августова Л.И. Проблемыпрофессиональногоздоровья: исторический аспект // Психологияздоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С.Никифорова.- СПб.: Питер, 2003. – С. 481-507.
6. Собчик Л.Н. Введение в психологиюиндивидуальности. – М.: Институтприкладнойпсихологии, 1998. – 512с.

10.3. Інтернет-ресурси

Бібліотека ІДГУ
інтернетресурси:

1. <http://vsetesti.ru/>
2. <http://www.voppsy.ru/>
3. <http://www.psychology.ru/>
4. <http://www.psyche.ru/>