



## ПО 23 КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ

### Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

Реквізити навчальної дисципліни	
Рівень вищої освіти	<i>Перший (бакалаврський)</i>
Галузь знань	<i>05 Соціальні та поведінкові науки</i>
Спеціальність	<i>053 Психологія</i>
Освітня програма	<i>Прикладна психологія</i>
Статус дисципліни	<i>Нормативна</i>
Форма навчання	<i>Заочна</i>
Рік підготовки, семестр	<i>4 курс, весняний семестр</i>
Обсяг дисципліни	<i>5 кред. ЄКТС / 150 годин лекції – 6 годин, семінарські – 4 годин, самостійна робота – 140 годин</i>
Семестровий контроль/ контрольні заходи	<i>Домашня контрольна робота / Залік</i>
Розклад занять	<i>roz.kpi.ua</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Інформація про керівника курсу/ викладачів	<i>https://psy.kpi.ua/melnichenko/ Мельниченко Ігор Володимирович</i>
Розміщення курсу	<i>https://classroom.google.com/c/NzUIOTgyMDc5ODgx?cjc=r2nmqn4</i>

### Програма навчальної дисципліни

#### 1. Опис навчальної дисципліни, її мета, предмет вивчення та результати навчання

Дисципліна «Кризова психологія» є важливою складовою навчального плану підготовки практичних психологів. Важливим є вивчення кризової психології, щоб навчитися надавати ефективну підтримку людям у стані гострого стресу та травматичних переживань. Це допомагає розпізнавати різні види криз, аналізувати їх причини та обирати оптимальні методи допомоги. Знання кризової психології дозволяє майбутнім фахівцям працювати в екстремальних умовах, запобігати психологічним розладам і сприяти адаптації клієнтів до нових життєвих реалій. Опанувавши цю сферу, здобувачі освіти зможуть професійно допомагати людям у важких ситуаціях, зокрема під час катастроф, втрат, сімейних та особистісних криз.

Розуміння практичним психологом кризової психології стає важливою складовою професійного розвитку психолога.

**Метою** навчальної дисципліни «Кризова психологія» є формування у здобувачів вищої освіти знань, навичок і компетентностей, необхідних для надання психологічної допомоги людям у кризових ситуаціях. Дисципліна спрямована на розуміння механізмів виникнення психологічних криз, їхніх етапів та наслідків для особистості. Важливим завданням є освоєння методів кризового консультування, екстреної психологічної допомоги та технік стабілізації емоційного стану. Також курс допомагає майбутнім фахівцям розвинути стресостійкість і професійну готовність до роботи в екстремальних умовах. Завдяки цьому здобувачі вищої освіти зможуть ефективно підтримувати людей у складних життєвих обставинах, сприяючи їх адаптації та відновленню психологічного благополуччя.

Відповідно до вимог освітньо-професійної програми метою дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти:

**Загальних компетентностей:**

- Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. (ЗК 1);
- Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. (ЗК 2);
- Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. (ЗК 4);
- Здатність приймати обґрунтовані рішення. (ЗК 6);
- Здатність генерувати нові ідеї (креативність). (ЗК 7);
- Навички міжособистісної взаємодії. (ЗК 8);
- Здатність реалізувати свої права та обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. (ЗК 10);
- Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недобросовісності. (ЗК 12);
- Здатність та готовність впроваджувати наукові основи та рекомендації щодо сучасної життєдіяльності, засоби фізичного, психічного, психологічного і духовного розвитку особистості й самовдосконалення. (ЗК 13).

**Фахових компетентностей:**

- Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології. (ФК 1);
- Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання). (ФК 3);
- Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел. (ФК 4);
- Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема, внаслідок війни). (ФК 8);
- Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту. (ФК 9);
- Здатність дотримуватися норм професійної етики. (ФК 10);
- Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. (ФК 11);
- Здатність здійснювати психологічний вплив з метою оптимізації психічного функціонування індивіда або групи. (ФК 15).

**Програмні результати навчання:**

- Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (в т.ч. у роботі з особами, що отримали психологічні травми, зокрема, внаслідок війни). (ПРН 11);
- Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних і просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника. (ПРН 12);
- Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога. (ПРН 16);
- Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним і демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності. (ПРН 17);
- Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та, за потреби, визначати зміст запиту до супервізії. (ПРН 18);
- Керувати процесами коригуючого впливу в ході психологічних консультацій. (ПРН 21).

**2. Пререквізити та постреквізити дисципліни (місце в структурно-логічній схемі навчання за відповідною освітньою програмою)**

Для вивчення дисципліни здобувачу вищої освіти бажано мати навички використання текстового редактора на комп'ютері, навички роботи з електронними базами даних наукових інститутів та бібліотек.

Навчальна дисципліна «Кризова психологія» логічно пов'язана з такими дисциплінами як «Військова психологія» та «Основи психотерапії». Опанування цих дисциплін, у послідовності визначеній освітньою програмою, разом з дисципліною «Кризова психологія» формує розуміння зв'язків між дисциплінами та навик використовувати знання з різних галузей психології для виконання необхідних задач.

### 3. Зміст навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин			
	Всього	у тому числі		
		Лекції	Практичні (семінарські)	СРС
1	2	3	4	5
Тема 1. Теоретико-методологічні основи кризової психології	12	2		10
Тема 2. Типологія криз	12			12
Тема 3. Нормативні кризи дитячого та підліткового віку	12			12
Тема 4. Ненормативні кризи дитячого та підліткового віку	12			12
Тема 5. Нормативні кризи дорослих	12			12
Тема 6. Ненормативні кризи дорослих	12			12
Тема 7. Методи кризової психологічної допомоги	13	2		11
Тема 8. Методи кризової психологічної допомоги дітям	13		2	11
Тема 9. Кризові інтервенції у військовій психології	13	2		11
Тема 10. Кризові інтервенції постраждалим від військових дій	13		2	11
Виконання ДКР	20			20
Підготовка до заліку	6			6
<b>Всього годин</b>	<b>150</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>140</b>

### 4. Навчальні матеріали та ресурси

Для успішного вивчення дисципліни достатньо опрацювати навчальний матеріал, який викладається на лекціях, а також ознайомитись з:

#### 4.1. Базова література

- Атаманчук Н.М. Кризова психологія : конспект лекцій / уклад. Н.М. Атаманчук. Полтава : ПНПУ ім. В.Г. Короленка, 2023. 142 с. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/23203>
- Психологія екстремальних та кризових ситуацій : навч.-метод. посіб. / Романовський О.Г. та ін. Харків : Видавництво Іванченка І. С., 2022. 356 с. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/56903>

3. Базика Є.Л. Кризова психологія : конспект лекцій. Одеса : ОНУ, 2024. 65 с. URL: [https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni\\_materialy/metodychne\\_zabezpechenya/053\\_bakalavr/ KL\\_Kryzova\\_psykholohiia.pdf](https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni_materialy/metodychne_zabezpechenya/053_bakalavr/ KL_Kryzova_psykholohiia.pdf)
4. Зливков В., Ліпінська С., Лукомська С. Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід. Київ.-Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2020. 210 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721627/1/Зливков\\_2020\\_ок.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721627/1/Зливков_2020_ок.pdf)  
**Друковане видання з фонду бібліотеки КПІ**  
[https://opac.kpi.ua/F/Q8K5J7V5FJB991JR99PJYKMGBSP4RANEX821BQF3A5VG743C3R-25033?func=direct&doc\\_number=000640450&current\\_base=&format=999](https://opac.kpi.ua/F/Q8K5J7V5FJB991JR99PJYKMGBSP4RANEX821BQF3A5VG743C3R-25033?func=direct&doc_number=000640450&current_base=&format=999)
5. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях: навч.-практич. посіб. / за заг. ред. О.А. Моргунов ; [О. І. Федоренко та ін.] ; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2022. 84 с. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7e08ad95-1248-47df-a595-01cc24c7afaf/content>
6. І. О. Черезова. Психологія життєвих криз особистості (курс лекцій) : навч. посіб. Бердянськ : БДПУ, 2021. 110 с. URL: <https://dspace.bdpu.org.ua/server/api/core/bitstreams/5b8a3256-661d-499f-bb3d-7390668a421c/content>
7. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів : навч.-метод. посіб. / Л.І. Магдисяк та ін. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 236. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/18831>
8. Кузьо О. Основи психологічної практики : навч. посіб. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с. URL: [https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4400/3/ОснПсихПракт\\_КУЗЬО\\_26-04-22.pdf](https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4400/3/ОснПсихПракт_КУЗЬО_26-04-22.pdf)
9. Діти і війна : монографія / В. Зливков та ін. Київ-Ніжин : ПП Лисенко М.М., 2023. 221 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734177/1/War\\_Kids\\_2022\\_VL\\_Zlyvkov\\_ok.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734177/1/War_Kids_2022_VL_Zlyvkov_ok.pdf)  
**Друковане видання з фонду бібліотеки КПІ**  
[https://opac.kpi.ua/F/Q8K5J7V5FJB991JR99PJYKMGBSP4RANEX821BQF3A5VG743C3R-25701?func=direct&doc\\_number=000640449&dunsid=OtherH1](https://opac.kpi.ua/F/Q8K5J7V5FJB991JR99PJYKMGBSP4RANEX821BQF3A5VG743C3R-25701?func=direct&doc_number=000640449&dunsid=OtherH1)
10. Зливков В., Лукомська С. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги. Київ.- Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2022. 95 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734178/1/War\\_Kids\\_2022.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734178/1/War_Kids_2022.pdf)  
**Друковане видання з фонду бібліотеки КПІ**  
[https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc\\_number=000641725&local\\_base=KPI01](https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc_number=000641725&local_base=KPI01)
11. Плетка О. Психосоціальна підтримка підлітків, що пережили страхіття війни : метод. посіб. Київ : Центр реадaptaції та реабілітації «ЯРМІЗ», 2022. 54 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/733662/1/Pletka%20Psychosocial%20support%20manual%202022.pdf>
12. Плетка О. Як налагодити комунікацію з дитиною, що постраждала внаслідок війни. Пам'ятка для батьків. Київ : Центр реадaptaції та реабілітації «ЯРМІЗ», 2022. 27 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/733663/1/Pletka.%20Communication.%20Note%20for%20parents%202022.pdf>
13. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. / О.М. Кокун та ін. Київ : 7 БЦ, 2023. 175 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734391/1/%D0%9E%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B8%20%D0%B2%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%83%D0%B6%D0%B1%D0%BE%D0%B2%D1%86%D1%8F%D0%BC.pdf>

14. Методичка для психолога. *Міністерство оборони України*. URL: [https://www.mil.gov.ua/content/pdf/psix\\_zabezpechenya/met\\_book.pdf](https://www.mil.gov.ua/content/pdf/psix_zabezpechenya/met_book.pdf)
15. Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи) / за наук. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2021. 118 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729191/1/tehnologii3.pdf>
16. Дії підрозділів ДСНС України в умовах воєнного стану : навч. посіб. / за заг. ред. М. С. Ковалю. Львів : ЛДУ БЖД, 2023. 306 с. URL: <https://sci.ldubgd.edu.ua/bitstream/123456789/12847/1/%d0%94%d1%96%d1%97%20%d0%bf%d1%96%d0%b4%d1%80%d0%be%d0%b7%d0%b4%d1%96%d0%bb%d1%96%d0%b2%20%d0%94%d0%a1%d0%9d%d0%a1%20%d0%a3%d0%ba%d1%80%d0%b0%d1%97%d0%bd%d0%b8%20%d0%b2%20%d1%83%d0%bc%d0%be%d0%b2%d0%b0%d1%85%20%d0%b2%d0%be%d1%94%d0%bd%d0%bd%d0%be%d0%b3%d0%be%20%d1%81%d1%82%d0%b0%0%bd%d1%83.pdf>
17. Психологія діяльності в особливих умовах : навч. посіб. / за заг. ред. М. А. Кришталю. Черкаси : Третяков О.М., 2021. 120 с. URL: <http://www.repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/22842/1/%d0%9f%d0%94%d0%b2%d0%9e%d0%a3.pdf>

#### 4.2. Допоміжна література

1. Бурлакова І.А. Кризова психологія : Навч.-метод. посіб. Київ : Видавництво КРЦПК, 2022. 84 с. URL: [https://cpk.org.ua/wp-content/uploads/2023/03/krizova\\_psihologiya\\_burlakova.i.a..pdf](https://cpk.org.ua/wp-content/uploads/2023/03/krizova_psihologiya_burlakova.i.a..pdf)
2. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Злижкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. 540 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/706770/1/Особистість%20як%20суб'єкт%20подолання%20кризових%20ситуацій%20психологічна%20теорія%20і%20практика.pdf>
3. В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андреева. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник / за заг. ред. В. Г. Панка, І. М. Зварича. Чернівці : Чернівці : Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, 2019. 384 с. URL: [https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/6413/Panok\\_Chaplak\\_Andreeva.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/6413/Panok_Chaplak_Andreeva.pdf?sequence=1&isAllowed=y)  
**Друковане видання з фонду бібліотеки КПІ**  
[https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc\\_number=000612099&local\\_base=KPI01](https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc_number=000612099&local_base=KPI01)
4. Як ти, сонечко? Як розмовляти з дитиною під час війни / А. Семенов та ін. Київ : Благодійний фонд Олени Ведернікової, 2023. 35 с. URL: [https://opac.kpi.ua/estorage/i/Yak\\_ty\\_sonechko.pdf](https://opac.kpi.ua/estorage/i/Yak_ty_sonechko.pdf)  
**Друковане видання з фонду бібліотеки КПІ**  
[https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc\\_number=000641717&local\\_base=KPI01](https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc_number=000641717&local_base=KPI01)
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. : у 3 т. / за ред. Н. Пророк. Київ : ОСБЄ, 2018. Т.1 : 208 с. URL: <https://www.osce.org/uk/project-coordinator-in-ukraine/430805>
6. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. : у 3 т. / за ред. Л. Царенко. Київ : ОСБЄ, 2018. Т.2 : 240 с. URL: <https://www.osce.org/uk/project-coordinator-in-ukraine/430829>
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. : у 3 т. / за ред. Л. Гридковець. Київ : ОСБЄ, 2018. Т.3 : 236 с. URL: <https://www.osce.org/uk/project-coordinator-in-ukraine/430841>

8. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України : метод. рек. / Н.А. Агаєв та ін. Київ : НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с. URL: [https://www.mil.gov.ua/content/pdf/avp\\_book.pdf](https://www.mil.gov.ua/content/pdf/avp_book.pdf)
9. Терапія горя (Р. А. Neimeyer, 2015, переклад та адаптація В. Зливков, С. Лукомська, обкладинка Анастасія Гридасова). Київ. 2021. 259 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/724046/1/Зливков\\_Лукомська\\_терапія\\_горя.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/724046/1/Зливков_Лукомська_терапія_горя.pdf)
10. Рибик Л. Теорія горя: сторічна історія розвитку. *Disaster and crisis psychology problems*. 2023. № 2(6). С. 191 – 206. URL: <http://dcp.nuczu.edu.ua/uk/6-16.html>
11. Рябокони, В., & Чередниченко, Т. (2021). КРИЗОВА СИТУАЦІЯ ЯК ДЖЕРЕЛО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ. *Вісник Національного університету оборони України*, 59(1), 151–157. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-59-1-151-157>
12. Каліщук С.М. Психотехніки кризового консультування: моделі, алгоритми, вправи, приклади : навч. посіб. Київ : МайстерКниг, 2023. 368 с. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/47783>
13. Забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України: збірник тез доп. II Всеукр. міжвід. психол. форуму (м. Київ, 30 травня 2023 р.). Київ: ДНДІ МВС України, 2023. 222 с. URL: [https://sci.ldubgd.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/13237/1/Collection\\_of\\_theses\\_30\\_05\\_2023.pdf](https://sci.ldubgd.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/13237/1/Collection_of_theses_30_05_2023.pdf)
14. Психологічна допомога в Україні: проблеми підготовки та професійної діяльності фахівців. Матеріали науковопрактичної конференції, 1 листопада 2024 року. Київ: Видавничий центр КНЛУ, 2023. 176 с. URL: <https://psy.knlu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/11/Матеріали-конференції-2024.pdf>
15. Нянько Л.Ю. Нянько В. В. Психологічна підтримка в умовах війни. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна)*, №1 (2024) URL: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-6>
16. Про методичні рекомендації "Перша психологічна допомога. Алгоритм дій" : Лист МОН від 04.04.2022 № 1/3872-22. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1387729-22#Text>
17. Психологічна підтримка в умовах війни. *Dovidka.info*. URL: <https://dovidka.info/psychologichna-pidtrymka-v-umovah-vijny/>
18. Про охорону дитинства : Закон України від 26.04.2001 № 2402-III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2402-14#Text>

## Навчальний контент

### 5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

#### Лекційні заняття

№ з/п	Назва теми лекції та перелік основних питань (завдання на СРС)
1	<p><b>Тема 1. Теоретико-методологічні основи кризової психології</b></p> <p>Історія виникнення та розвитку кризової психології. Мета, предмет та основні завдання кризової психології. Зміст діяльності кризової психології. Характеристика основних методів кризової психології. Принципи кризової інтервенції. Основні поняття кризової психології: криза, кризова подія, кризовий стан. Компоненти кризи. Ознаки кризових подій. Почуття та емоції у кризових станах. Переживання кризи.</p> <p><b>Завдання на СРС:</b></p> <p>I. Відповіді на питання для самоперевірки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Які існують обмеження у кризовій психології?</li> <li>2. Етичні принципи у кризовій психології;</li> </ol> <p>II. Огляд основної та додаткової літератури по темі.</p>
2	<p><b>Тема 7. Методи кризової психологічної допомоги</b></p>

	<p>Основні принципи кризової інтервенції. Основи надання першої психологічної допомоги. Протоколи надання першої психологічної допомоги під час переживання негативних психічних реакцій та станів. Особливості надання першої психологічної допомоги при різних кризових станах. Методи стабілізації психічних станів. Техніки «Ослаблення травматичного інциденту». Поняття психологічного дебрифінгу. Методи профілактики виникнення ПТСР. Алгоритм телефонного консультування. Техніки емоційної регуляції. Характеристика конструктивних та деструктивних шляхів виходу з життєвих криз. Тренінги стресостійкості і адаптації до кризових життєвих ситуацій.</p> <p><b>Завдання на СРС:</b></p> <p>I. Відповіді на питання для самоперевірки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особливості кризової інтервенції;</li> <li>2. Переваги та недоліки методу психологічного дебрифінгу.</li> </ol> <p>II. Огляд основної та додаткової літератури по темі.</p> <p>Ознайомитись з методичними матеріалами по першій психологічній допомозі URL: <a href="https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1387729-22#Text">https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1387729-22#Text</a></p>
3	<p><b>Тема 9. Кризові інтервенції у військовій психології</b></p> <p>Характеристика криз, з якими стикаються військовослужбовці. Принципи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям. Особливості надання першої психологічної допомоги при різних кризових станах. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям з різними видами травм. Психологічна допомога військовослужбовцям звільненим з полону. Процедура психологічного розвантаження військовослужбовців після бойових дій. Аналіз виконаного завдання, дефюзинг. Метод психологічного дебрифінгу після проведення бойових дій. Процес поступового повернення (декомпресія). Психологічна допомога при ПТСР.</p> <p><b>Завдання на СРС:</b></p> <p>I. Відповіді на питання для самоперевірки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оцінка ефективності психологічної допомоги військовослужбовцям;</li> <li>2. Специфіка надання психологічної допомоги у районах ведення бойових дій.</li> </ol> <p>II. Огляд основної та додаткової літератури по темі.</p>

### Семінарські (практичні) заняття

#### Основні завдання циклу семінарських (практичних) занять:

- Закріпити теоретичний матеріал вивчений на лекціях;
- Навчитися працювати з нормативно-правовими базами державних органів;
- Закріпити навички презентації результатів власних досліджень усно і письмово, за допомогою мультимедійних засобів;
- Розвиток навичок ведення дискусій та аргументації власної позиції.

№ з/п	Назва теми заняття та перелік основних питань (перелік дидактичного забезпечення, питання для поточного контролю та завдання на СРС)
1	<p><b>Тема 8. Методи кризової психологічної допомоги дітям</b></p> <p>Питання для обговорення:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основи надання кризової психологічної допомоги дітям;</li> <li>2. Опишіть методи психологічної допомоги дітям при втраті близьких;</li> <li>3. Опишіть методи психологічної допомоги дітям, що пережили фізичне насильство;</li> <li>4. Опишіть методи психологічної допомоги дітям під час надзвичайних ситуацій;</li> <li>5. Модель подвійного процесу вправлення із втратою;</li> <li>6. Охарактеризуйте методи ігрової-терапії;</li> <li>7. Охарактеризуйте методи арт-терапії;</li> <li>8. Методика «Річка горя»;</li> <li>9. Відновлювальний переказ;</li> <li>10. Обійми іграшки;</li> </ol> <p><b>Завдання на СРС:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Як говорити з дітьми при втраті близьких;</li> <li>2. Особливості надання кризової допомоги дітям різного віку;</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Спільна психологічна робота з дитиною та її батьками;</li> <li>4. Терапія свідка;</li> <li>5. Підтримка діади;</li> <li>6. Ресурсна підтримка шкільної спільноти;</li> <li>7. Професійне навчання як ресурс;</li> </ol>
2	<p><b>Тема 10. Кризові інтервенції постраждалим від військових дій</b></p> <p>Питання для обговорення:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Етапи надання психологічної допомоги особам, які постраждали в наслідок військових дій;</li> <li>2. Перша допомога особам, що втратили близьких у наслідок військових дій;</li> <li>3. Особливості кризової інтервенції особам, що постраждали внаслідок військових дій;</li> <li>4. Методи та техніки психологічної допомоги у роботі з внутрішньо переміщеними особами;</li> <li>5. Психологічна допомога цивільним, що пережили полон та тортури;</li> <li>6. Охарактеризуйте вплив війни на психічний стан дітей та підлітків;</li> <li>7. Опишіть основні особливості корекційної роботи з неповнолітніми, які постраждали внаслідок військових дій;</li> <li>8. Принципи складання психокорекційних програм;</li> <li>9. Дайте характеристику основним методам психологічної допомоги дітям та підліткам, що пережили жахи війни;</li> <li>10. Психологічна підтримка дітей та підлітків в умовах війни;</li> </ol> <p><b>Завдання на СРС:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специфіка психологічної адаптації учасника бойових дій до родинного життя;</li> <li>2. Особливості психологічної допомоги родинам ветеранів війни;</li> <li>3. Етапи надання психологічної допомоги дітям та підліткам, які постраждали в наслідок військових дій;</li> <li>4. Психологічна допомога дітям народженими війною;</li> <li>5. Наративна експозиційна терапія;</li> </ol>

## 6. Самостійна робота

Здобувачі вищої освіти самостійно опрацьовують питання за всіма темами в теоретичному або практичному аспекті. Самостійна робота з навчальної дисципліни «Кризова психологія» включає: поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової інформації.

У процесі самостійної роботи здобувачі вищої освіти мають оволодіти вміннями та навичками:

- організації самостійної навчальної діяльності;
- самостійної роботи з навчальною, навчально-методичною, науковою, науково-популярною літературою;
- конспектування літературних джерел;
- робота з довідковою літературою.

### Тема 2. Типологія криз

Характеристика криз та кризових станів. Основні типи нормативних криз. Кризи розвитку. Вікові кризи. Кризи становлення. Кризи професійного розвитку. Сімейні кризи. Екзистенційні кризи. Реагування психіки у кризових обставинах. Ненормативні кризи. Кризові стани спричинені військовими діями. Кризові стани спричинені природними або техногенними катастрофами. Травматичні кризи. Психологічна травма. Кризи втрати. Кризи пов'язані з втратою близьких. Кризи пов'язані з важкими соматичними хворобами, травмами та інвалідизацією. Кризи спричинені майновими втратами. Суїцидальні кризи.



### **Тема 3. Нормативні кризи дитячого та підліткового віку**

Періодизація вікового розвитку. Вікові дитячі кризи. Криза першого року життя. Криза трьох років. Криза 6-7 років. Характеристика криз дорослішання. Криза підліткового віку. Фази підліткових криз. Види проявів підліткових криз. Криза юнацького віку. Криза самоідентифікації. Кризи інтимності.

### **Тема 4. Ненормативні кризи дитячого та підліткового віку**

Загальна характеристика ненормативних криз дитячого та підліткового віку. Кризи пов'язані з розривом батьків. Кризи пов'язані з соматичними хворобами. Травматичні кризи. Травми пережитого насильства у дітей. Булінг у дитячих колективах. Вікові особливості переживання горя у дітей. Особливості переживання горя у дітей віком від 3 до 6 років. Переживання горя у дітей віком від 7 до 9 років. Переживання горя у дітей віком від 10 до 12 років. Особливості переживання горя у підлітків. Особливості реагування дітей на втрату.

### **Тема 5. Нормативні кризи дорослих**

Вікові кризи. Криза юнацького віку. Криза 30-ти років. Криза середнього віку. Криза похилого віку. Загальна класифікація життєвих криз особистості. Стадії життєвої кризи особистості. Конструктивні та деструктивні кризи особистості. Характеристика життєвих криз особистості: криза нереалізованості, криза спустошеності., криза безперспективності. Типи ставлення людини до життєвої кризи.

### **Тема 6. Ненормативні кризи дорослих**

Психологія горя. Стадії переживання горя, модель Кюблер-Росс. Характеристики, що впливають на переживання горя. Кризи життєвих втрат. Поняття синдрому втрати. Кризи спричинені пережитим насильством. Кризові стани пов'язані з вживанням наркотичних та психоактивних речовин. Пресуїцидальні стани та суїцидальна поведінка. Кризові стани спричинені військовими діями. Кризові стани спричинені надзвичайними ситуаціями.

Види самостійної роботи здобувача освіти :

- підготовка до аудиторних занять – 22 год.;
- самостійне опрацювання тем – 92 год.;
- виконання ДКР – 20 год.;
- підготовка до заліку – 6 год.;

Загалом – 140 год.

## **Політика та контроль**

### **7. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)**

При викладанні дисципліни семестровий рейтинг здобувача вищої освіти формують: робота на семінарах, вчасне виконання домашньої контрольної роботи. Штрафних балів з дисципліни не передбачається.

**Відвідуваність і виконання завдань**

Здобувачам вищої освіти важливо відвідувати лекції, оскільки на них висвітлюватиметься систематизований навчальний матеріал в обсязі, достатньому для опанування дисципліни, що дасть змогу краще підготуватись до семінарських занять і в цілому опанувати дану дисципліну. Відпрацьовувати пропущені лекції не потрібно. Активна участь здобувача вищої освіти на семінарських заняттях є обов'язковою. Пропуск семінарського заняття не дає можливість отримати здобувачу вищої освіти бали у семестровий рейтинг. Разом з тим, здобувач вищої освіти, який пропустив семінарські заняття з поважної причини, і має необхідний документ, що підтверджує відсутність (наприклад довідку від лікаря), може здати підготовлену доповідь викладачу під час консультацій або під час перерви у навчальному занятті і отримати не більше половини максимального вагового балу, який передбачений за участь в семінарі. Графік консультацій, доступний на сайті кафедри психології та педагогіки, але викладач сам призначає здобувачам вищої освіти час консультації в індивідуальному порядку.

Теми і завдання для семінарських занять передбачені робочою програмою дисципліни (силабусом), доступною з особистого кабінету здобувача вищої освіти в системі «Кампус», гугл класі або на сайті кафедри психології та педагогіки.

На лекціях та семінарських заняттях допускається використання ноутбуків, смартфонів, але лише для цілей, пов'язаних з навчанням. Бажано, щоб на семінарському занятті здобувач вищої освіти використовував підготовлені ним письмові нотатки з питань теми заняття.

### **Форми роботи**

На лекціях висвітлюється зміст тем навчальної дисципліни «Кризова психологія».

Тематика лекцій наведена у робочій програмі дисципліни. На семінарських заняттях здобувачі вищої освіти поглиблюють і розширюють знання з предмету. Тематика семінарських занять наведена у робочій програмі дисципліни.

При викладанні курсу «Кризова психологія» передбачено поєднання таких форм і методів навчання, як лекції-дискусії, лекції-аналіз конкретної ситуації; пояснювально-ілюстративні, інтерактивні методи. Семінарські/практичні заняття присвячуються виконанню кейсів, розгляду конкретних ситуацій, презентації доповідей. Програмою курсу передбачено форми роботи: виступ за темою індивідуального завдання-кейса у формі презентації; виступ-інформування за темами семінарських занять; семінар з індивідуальною та груповою роботою. На семінарських заняттях застосовуються методи і форми роботи: робота парами, тріадами, круглий стіл, ситуаційні задачі; групові дискусії при вивченні проблемних питань (розгляд кейсів, обговорення, тощо).

На семінарських заняттях проводиться усне опитування.

Готуючись до семінарських занять, здобувач вищої освіти має чітко усвідомлювати зміст запитань, дати розгорнуту відповідь на них. Під час семінарських занять викладач резюмує сильні і слабкі місця у доповідях здобувачів вищої освіти, вказує на помилки, якщо такі є, дає відповіді на додаткові питання здобувачів вищої освіти з теми семінарського заняття.

Організація самостійної роботи здобувачів вищої освіти: опрацювання лекційного матеріалу та робота з додатковою літературою. Підготовка до семінарських занять: самостійне опрацювання додаткової літератури до тем лекційного курсу; самостійне опрацювання питань для підготовки до занять (самоконтроль засвоєння змісту лекційного курсу; пошук додаткових джерел інформації по темі практичного заняття (монографії, науково-популярні видання, наукові та популярні статті) в бібліотеках та в електронному вигляді ( в мережі INTERNET).

Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між викладачем та здобувачами вищої освіти, забезпечення управління навчальною мотивацією здобувачів вищої освіти. Інформація, одержана при поточному контролі, використовується як викладачем для коригування методів і засобів навчання, так і здобувачами вищої освіти для планування самостійної роботи.

Форми поточного контролю: усне опитування, експресконтроль на практичних заняттях, виступ здобувача вищої освіти із доповіддю або повідомленням, участь у обговоренні питань на семінарських заняттях, участь у вирішенні практичних завдань. Відповіді здобувача освіти повинні свідчити про його самостійність (демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем роботи), відсутність ознак повторюваності та плагіату, тобто відповідати вимогам доброчесності.

## Політика університету Академічна доброчесність

Основні види академічної відповідальності встановлені Законом України «Про освіту». Згідно із частиною 6 статті 42 до основних видів академічної відповідальності здобувачів освіти належать: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування із закладу освіти; позбавлення академічної стипендії; позбавлення наданих закладом освіти пільг з оплати за навчання.

Політику, стандарти і процедури дотримання академічної доброчесності містять такі регламентуючі документи КПІ ім. Ігоря Сікорського, оприлюднені на сайті Університету: Кодекс честі КПІ ім. Ігоря Сікорського <https://kpi.ua/files/honorcode.pdf>, Положення про систему запобігання академічному плагіату <https://rb.gy/agihij>, а також нормативно-правові документи, офіційні рекомендації, накази та розпорядження, соціологічні дослідження КПІ ім. Ігоря Сікорського, методичні матеріали, освітні курси <https://kpi.ua/academic-integrity>.

### Норми етичної поведінки

Норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників визначені у розділі 2 Кодексу честі Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського». Детальніше: <https://kpi.ua/code>, а також у Положенні про комісію з питань етики та академічної чесності НТУУ «КПІ» [https://data.kpi.ua/sites/default/files/files/2015\\_1-140a1.pdf](https://data.kpi.ua/sites/default/files/files/2015_1-140a1.pdf)

## 8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання (PCO)

PCO з дисципліни, семестровий контроль з якої передбачений у формі заліку розробляється за типом PCO-1 і включає оцінювання заходів поточного контролю з дисципліни впродовж семестру. Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти проводиться на основі рейтингової системи відповідно ПОЛОЖЕННЯ про систему оцінювання результатів навчання в КПІ ім. Ігоря Сікорського.

[https://osvita.kpi.ua/sites/default/files/downloads/Pologennia\\_RSO\\_2022.pdf](https://osvita.kpi.ua/sites/default/files/downloads/Pologennia_RSO_2022.pdf)

Поточний контроль: [опитування за темою заняття, домашня контрольна робота](#).

Семестровий контроль: [залік](#)

### Оцінювання та контрольні заходи

Рейтинг здобувача вищої освіти з дисципліни складається з балів, що отримуються за:

- 1) робота на семінарських (практичних) заняттях (відповіді, вирішення завдань та доповнення відповідей інших здобувачів вищої освіти у процесі дискусії);
- 2) виконання домашньої контрольної роботи.

Здобувач вищої освіти отримає найвищий рейтинг, якщо він бере активну участь на проведених семінарських (практичних) заняттях, переважно надає повні та аргументовані відповіді, логічно їх викладає, висловлює власну позицію з дискусійних питань. Пропущені заняття, неточності, неповнота, помилки у відповідях спричиняють зниження рейтингу здобувача вищої освіти.

Деталізовані критерії оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти визначені у положенні про PCO з дисципліни та представлені у Додатку 1.

Здобувач вищої освіти може оскаржити оцінку викладача, подавши відповідну скаргу викладачу не пізніше наступного дня після ознайомлення здобувача вищої освіти з виставленою викладачем оцінкою. Скарга розглядатиметься за процедурами, встановленими університетом.

Умови допуску до семестрового контролю: [зарахування усіх передбачених Силабусом завдань \(мінімально позитивна оцінка 60 балів\)](#).

Таблиця відповідності рейтингових балів оцінкам за університетською шкалою:

<i>Кількість балів</i>	<i>Оцінка</i>
100-95	Відмінно
94-85	Дуже добре
84-75	Добре
74-65	Задовільно
64-60	Достатньо
Менше 60	Незадовільно
Не виконані умови допуску	Не допущено

## 9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

### Рекомендації здобувачам вищої освіти

Вивчення навчальної дисципліни «Кризова психологія» передбачає засвоєння здобувачами вищої освіти системи психологічних знань, основних понять за темами, ознайомлення з навчально-методичними матеріалами.

Головною метою лекцій є мотивація і організація роботи здобувачів вищої освіти з навчальним матеріалом у міжсесійний період. Лекції проводяться із використанням мультимедійних презентацій (за наявності умов в аудиторії).

Готуючись до семінарського заняття здобувач вищої освіти має обов'язково опрацювати лекційний матеріал певної теми, ознайомитись зі змістом матеріалу підручника. При виникненні питань, виявленні незрозумілих положень необхідно обов'язково обговорити їх з викладачем. На семінарському занятті навіть добре підготовлений здобувач вищої освіти не повинен залишатись пасивним спостерігачем, а активно включатись у обговорення питання. Якщо ж здобувач вищої освіти не ознайомився з навчальним матеріалом, йому варто уважніше слухати виступаючих, і завдяки отриманій інформації намагатись компенсувати недоліки підготовки до заняття. Не слід відмовлятися від відповіді на питання викладача. Навіть якщо здобувач вищої освіти не знає відповіді, доцільно спробувати відповісти, висловити свою думку, виходячи з власних знань, досвіду, логіки запитання тощо. При цьому не треба боятися помилитися – одним з важливих завдань вивчення гуманітарних дисциплін є вироблення вміння логічно мислити і відповідно висловлювати власні думки. Однак, варто пам'ятати, що незнання матеріалу дисципліни є суттєвим недоліком роботи здобувача вищої освіти і буде негативно впливати на його загальний рейтинг. Відповідальне ставлення до підготовки на кожне семінарське заняття дає змогу не лише правильно засвоїти навчальний матеріал, але й зекономити зусилля при проходженні семестрового контролю.

Самостійна робота є невід'ємною складовою вивчення навчальної дисципліни. Вона здійснюється за такими напрямками: підготовка теоретичних питань до практичних занять; підготовка тематичних повідомлень; конспектування та аналіз першоджерел; підготовка практичних завдань до семінарських занять (в тому числі структурно-методологічний аналіз досліджень, проведених іншими авторами); перегляд відео та фільмів за тематикою курсу, аналіз; підготовка усних виступів та безпосередні виступи (в тому числі захисти та презентації власної дослідницької роботи, а також презентація тематичних повідомлень); підготовка до домашньої контрольної роботи та заліку. Підготовка теоретичних питань до семінарських занять передбачає опрацювання питань, які повністю або частково розглядаються на лекції або виносяться на самостійне опрацювання. Визначте проблеми в опрацьованому матеріалі, які ви недостатньо зрозуміли. З цими питаннями ви можете звернутися на консультації до викладача. Підготовка тематичних повідомлень передбачає бібліографічну роботу з систематизації та аналізу літератури; глибокий та детальний аналіз проблеми (робіт зарубіжних і вітчизняних авторів, вивчення і аналіз досліджень). Складіть план повідомлення. Опрацюйте літературні джерела, користуючись порадами до конспектування першоджерел. Систематизуйте опрацьований матеріал відповідно до плану реферату чи тематичного повідомлення. Дайте власний критичний аналіз та оцінку висвітленої проблеми. Тематичне повідомлення не потребує друкованого оформлення, оскільки презентується виключно усно. Підготовка усних виступів та презентацій тематичних повідомлень

передбачає вміння презентувати зроблене на загал та захистити результати своєї роботи (Додаток 2).

Підготовка до ДКР та заліку має на меті узагальнення та систематизацію знань з дисципліни у цілому.

**Дистанційне навчання**

Можливе синхронне дистанційне навчання з використанням платформ для відео-конференцій та освітньої платформи для дистанційного навчання в університеті.

**Інклюзивне навчання**

Допускається

**Робочу програму навчальної дисципліни (силабус):**

**Складено:** викладачем кафедри психології та педагогіки Мельниченком Ігорем Володимировичем,

**Ухвалено** кафедрою психології та педагогіки (протокол № 10 від 10.05.2024 р.)

**Погоджено** методичною комісією факультету соціології і права (протокол № 9 від 26.06.2024 р.)

**Рейтингова система оцінювання результатів навчання  
(для здобувачів вищої освіти денної форми)**

PCO з дисципліни «Кризова психологія», семестровий контроль з якої передбачений у вигляді заліку, розроблено за типом PCO-1 і складається з наступних компонентів

- 1) відповіді та доповнення відповідей інших здобувачів вищої освіти у процесі дискусії на семінарських заняттях;
- 2) виконання домашньої контрольної роботи;
- 3) складання залікової контрольної роботи.

**Система рейтингових (вагових) балів та критерії оцінювання:**

1. Робота на семінарських (практичних) заняттях:  
максимальна кількість балів складає 20.

максимальна кількість балів на одному занятті складає 10:

активна участь у проведенні заняття; надання повної і аргументованої, логічно викладеної доповіді, відповіді, висловлення власної позиції з дискусійних питань або повністю правильне вирішення завдань з відповідним обґрунтуванням, у поєднанні зі слухними доповненнями відповідей інших здобувачів вищої освіти у процесі дискусії; обов'язкова активна участь в групових формах роботи (якщо такі заплановані на занятті)	8-10
активна участь у проведенні заняття; надання правильних відповідей або правильне вирішення завдань з незначними неточностями, порушеннями логіки викладення відповіді чи обґрунтування при вирішенні задачі	5-7
надання відповідей з чисельними значними похибками або вирішення задачі з грубими помилками, вирішення задачі без обґрунтування	1-4
відсутність відповіді, ухиляння від участі у семінарському занятті	0

2. Виконання домашньої контрольної роботи:  
максимальна кількість балів складає 80.

Домашня контрольна робота включає 4 питання, кожне питання по темі які не були висвітлені на лекції та семінарських заняттях. Виконання ДКР полягає в розгорнутій письмовій відповіді на кожне з 4 питань певного варіанту. Варіант ДКР надається викладачем під лекційному занятті або визначається у випадковому порядку. Орієнтовний перелік питань до ДКР та вимоги до оформлення наведено у додатку 3. Кожне питання ДКР оцінюється в 20 балів, таким чином максимальна оцінка за виконання ДКР складає 80 балів.

**Критерії оцінювання кожного питання ДКР:**

Повна, аргументована, логічно викладена відповідь. Наведено приклади та обґрунтування	15-20
Правильна відповідь з незначними неточностями, порушеннями логіки викладення відповіді	8-14
Відповідь з чисельними значними помилками, відповідь неповна, без обґрунтування	1-7
Відсутність відповіді	0

**Приклад варіанту ДКР:**

1. Надайте розгорнуту класифікацію психологічних криз за наступними критеріями: вік, тривалість, результативність, дійовим критерієм, тощо. Наведіть приклад до кожного типу психологічної кризи.
2. Опишіть принципи першої психологічної допомоги. Які є обмеження у першій психологічній допомозі?

3. Охарактеризуйте особливості переживання горя дитиною на різних вікових етапах. Які існують особливості надання психологічної підтримки дітям, які переживають горе?
4. Опишіть процедури психологічного розвантаження військовослужбовців після участі у бойових діях.

### Розрахунок шкали (R) рейтингу:

Сума вагових балів контрольних заходів протягом семестру складає:

$$RD = 80 + 20 = 100 \text{ балів.}$$

Здобувачі освіти, які набрали протягом семестру необхідну кількість балів ( $RD \geq 60$ ) мають можливість:

- а) отримати залікову оцінку (залік) так званим «автоматом» відповідно до набраного рейтингу;
- б) виконати залікову контрольну роботу з метою підвищення оцінки. При цьому попередній рейтинг здобувача вищої освіти з дисципліни скасовується і він отримує оцінку (R) тільки за результатами залікової контрольної роботи.

Здобувачі освіти, які виконали всі умови допуску до заліку, але на мінімальні бали і не мають рейтинг 60 балів, виконують залікову контрольну роботу.

**Здобувачі освіти, які не виконали всіх передбачених програмою дисципліни завдань не допускаються до заліку.**

Залікова контрольна робота (ЗКР) складається зі 100 тестових завдань, що відображають зміст всієї дисципліни. ЗКР проводиться за допомогою гугл-тестів, доступ до ЗКР надається здобувачам вищої освіти лише під час проведення заліку.

тестове завдання виконане правильно (кожне з 100)	1
тестове завдання виконане неправильно (кожне з 100)	0

Кількість правильних відповідей	Оцінка ЗКР
100 правильних відповідей (100%)	100 балів
60 – 99 правильних відповідей (60 – 99%)	60 – 99 балів
0 – 59 правильних відповідей (0 – 59%)	0 балів

Для отримання відповідних оцінок (ECTS та традиційних) рейтингова оцінка (**RD**) переводиться згідно з таблицею:

<b>RD</b>	<b>Оцінка ECTS</b>	<b>Оцінка традиційна</b>
95 – 100	відмінно	Відмінно
85 – 94	дуже добре	Добре
75 – 84	добре	
65 – 74	задовільно	Задовільно
60 – 64	достатньо (задовольняє мінімальні критерії)	
<b>RD</b> < 60	незадовільно	Незадовільно

**Орієнтовні питання до залікової контрольної роботи**

1. Які основні етапи розвитку кризової психології?
2. У чому полягає предмет та ключові завдання кризової психології?
3. Які функції виконує психолог у кризових ситуаціях?
4. Які методи використовує кризова психологія?
5. Які принципи лежать в основі кризової інтервенції?
6. Як розвивалася кризова психологія в Україні?
7. Які проблеми та виклики стоять перед вітчизняною кризовою психологією?
8. Які існують обмеження у сфері кризової психології?
9. Що таке криза, життєва подія та кризовий стан?
10. Які основні складові кризи?
11. Як визначити кризову подію?
12. Які емоції та почуття характерні для кризових станів?
13. Як люди переживають різні етапи криз?
14. Чим відрізняються поняття «життєва подія» та «кризова подія»?
15. Від чого залежить інтенсивність емоцій у кризових станах?
16. Які стадії проходить людина в кризі?
17. Які морально-етичні обмеження існують у кризовій психології?
18. Які етичні норми повинен дотримуватись психолог під час кризового консультування?
19. Які основні характеристики криз та кризових станів?
20. Які різновиди нормативних криз існують?
21. Які кризи супроводжують розвиток людини?
22. Які особливості мають вікові кризи?
23. Які кризи характерні для процесу становлення особистості?
24. Як кризи впливають на професійний розвиток?
25. Як кризові стани впливають на сімейне життя?
26. Які особливості мають екзистенційні кризи?
27. Якими характеристиками відрізняються нормативні кризи?
28. Які фактори впливають на вираженість вікових криз?
29. Які різновиди травматичних криз існують?
30. Як військові дії впливають на кризові стани?
31. Як природні та техногенні катастрофи впливають на кризові стани?
32. Які існують основні типи криз втрати?
33. Як люди переживають втрату близьких?
34. Як важкі соматичні захворювання можуть призвести до криз?
35. Як різні види травм викликають кризові стани?
36. Чим особливі кризи, викликані майновими втратами?
37. Як суїцидальна поведінка пов'язана з кризами?
38. Чому кризи професійного розвитку є актуальними?
39. Які довготривалі наслідки криз, викликаних війною?
40. Як розподіляються вікові періоди розвитку?
41. Які кризи характерні для дітей?
42. У чому особливість кризи першого року життя?
43. Як проявляється криза трьох років?
44. Чому перехід до школи є кризовим моментом для дитини?
45. Що таке криза новонародженого?
46. Які існують класифікації дитячих вікових криз?
47. Які кризи супроводжують процес дорослішання?



48. Які особливості підліткової кризи?
49. Які етапи переживають підлітки під час кризи?
50. Як по-різному проявляється підліткова криза?
51. У чому специфіка кризи юнацького віку?
52. Які ризики пов'язані з підлітковою кризою?
53. Які труднощі переживає людина у юнацькому віці?
54. Як криза самоідентифікації впливає на людину?
55. У чому полягає криза інтимності?
56. Що таке сенситивні періоди розвитку?
57. Чому криза підліткового віку є небезпечною?
58. Як ненормативні кризи проявляються у дітей та підлітків?
59. Як розрив батьків впливає на дітей?
60. Як соматичні хвороби сприяють кризовим станам?
61. Що таке травматичні кризи у дітей?
62. Які наслідки пережитого насильства для дітей?
63. Як проявляється булінг у дитячих колективах?
64. Як допомагати жертвам булінгу?
65. Як працювати з дітьми, які вчиняють булінг?
66. Як діти переживають горе?
67. Які особливості переживання горя у дітей 3-6 років?
68. Як діти 7-9 років реагують на втрату?
69. Які емоції характерні для дітей 10-12 років у кризових ситуаціях?
70. Як підлітки переживають втрату?
71. Як діти реагують на смерть близьких?
72. Які емоції зазвичай переживають діти під час втрати?
73. Як правильно говорити з дитиною про втрату?
74. Які вікові кризи характерні для дорослих?
75. Як людина переживає юнацьку кризу?
76. Що відбувається під час кризи 30-ти років?
77. Які ознаки має криза середнього віку?
78. Як люди переживають кризу похилого віку?
79. Як розвивалися поняття вікових криз у дорослих?
80. Які небезпеки має криза середнього віку?
81. Які фактори впливають на прояви кризи похилого віку?
82. Як класифікують життєві кризи особистості?
83. Які стадії проходить людина у життєвій кризі?
84. Як відрізняються конструктивні та деструктивні кризи?
85. Які типи життєвих криз існують?
86. Які види ставлення людини до життєвої кризи?
87. Як визначається поняття «життєва криза»?
88. Як життєві кризи впливають на особистість?
89. Які ризики мають різні типи ставлення до криз?
90. Як кризи змінюють особистість людини?
91. Які фактори визначають ступінь впливу криз?
92. Які почуття переживають люди у стані горя?
93. Які стадії має процес переживання горя?
94. Які фактори впливають на переживання горя?
95. Чому втрата може спричинити життєву кризу?
96. Що таке синдром втрати?
97. Як види втрат впливають на кризу особистості?
98. Що означає поняття «чиста» та «складна» втрата?
99. Що таке травматичне горювання?
100. Як пережите насильство впливає на кризові стани?

101. Які основні завдання кризової військової психології?
102. Які специфічні методи використовуються у військовій кризовій психології?
103. Як бойові дії впливають на психологічний стан військовослужбовців?
104. Які основні стадії переживання військової травми?
105. Як здійснюється психологічна підтримка військовослужбовців під час бойових дій?
106. Які є ефективні методи реабілітації військових після пережитого бойового стресу?
107. Як психологічно підготувати військових до участі у бойових діях?
108. Які особливості психологічної адаптації ветеранів війни до мирного життя?
109. Як проявляється посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) у військових?
110. Які принципи кризової інтервенції застосовуються у військовій сфері?

**Зразок оформлення титульної сторінки домашньої контрольної роботи та вимоги до виконання ДКР**

НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНИ  
«КИЇВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ ІМЕНІ ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО»

Факультет соціології і права  
Кафедра психології та педагогіки

**Домашня контрольна робота**  
З дисципліни «Кризова психологія»  
Варіант №\_\_

Здобувач вищої освіти

ПІБ .....

групи: \_\_\_\_\_

Перевірив: ПІБ викладача

кафедри психології та педагогіки ФСП

Київ – 2025

---

**ВИМОГИ ДО НАПИСАННЯ ДКР**

Варіант ДКР надається викладачем на лекційному заняття та/або обирається рандомно. Здобувачі вищої освіти подають ДКР за 2 тижні до заліку.

Загальний обсяг ДКР 5-8 сторінок друкованого тексту українською мовою формату А4 тексту у редакторі Word

Стандарти: кегель – 14pt, міжрядковий інтервал – 1,5, шрифт Times New Roman, абзацний відступ – 1,25 см, поля: верхнє – 2 см, нижнє – 2 см, ліворуч – 3 см, праворуч – 1,5 см. Обов'язкова нумерація сторінок.

ДКР обов'язково повинна мати титульну сторінку, на якій розміщуються такі реквізити: назва університету, в наступному рядку – назва кафедри. Далі розміщується варіант, відомості про автора, місце й рік виконання роботи.

Відповідь на кожне питання має починатися з нового аркушу із зазначеним номером та сформульованою назвою. Необхідно глибоко та стисло розкрити поставлені питання; зазначати порядковими номерами посилання на використані літературні джерела (сайти). Крім узагальнень, бажано викласти власний погляд на проблему. Список використаних джерел оформлюється за вимогами ДСТУ 8302:2015, з якими можна ознайомитись за посиланням:

<https://drive.google.com/file/d/0B1Ugk1fhA47Ha1NfZklYZ3QzeEU/view?resourcekey=0-x51fNY74izbW1aYVTCrWdw>