

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА**

**Кафедра практичної психології**

  
«ЗАТВЕРДЖЕНО»  
Декан педагогічного  
факультету Олещук Т.О.  
(підпис)  
« 31 » серпня 2023 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА**  
**вибіркової навчальної дисципліни**

***«Психокорекція кризових станів»***

**освітнього рівня магістр**

(назва освітнього рівня)

**галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки**

(шифр і назва галузі знань)

**спеціальності 053 Психологія**

(код і назва спеціальності)

**ОПП: «Практична психологія»**

**Шифр за навчальним планом ВВ2.06**

Робоча програма розроблена на підставі навчальної програми «Психокорекція кризових станів», затверджена Вченою радою НПУ імені М.П. Драгоманова.

Розробник: **Чанчиков І.К.**, доктор філософії у галузі психології, викладач кафедри практичної психології

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри практичної психології  
«30» серпня 2023 року, протокол №1.

Завідувач кафедри



(підпис)

проф. Митник О.Я.

## I. Опис навчальної дисципліни

Загальні характеристики дисципліни	Навчальне навантаження з дисципліни		Методи навчання і форми контролю
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Кількість кредитів - 3		Методи навчання Пояснювально-ілюстративні методи.
Спеціальність (код, назва) 053 Психологія («Практична психологія»)	Загальна кількість годин - 90		
Освітній рівень: «магістр»	<i>Денна</i>	<i>Заочна</i>	Інтерактивні методи: <i>мікрвикладання, інверсії, емпатії, інциденту</i>
	Лекції:		Рольовий тренінг.  Розв'язування психологічних завдань.
	6		
Вибіркова	Семінарські (практичні) заняття:		
	6		
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 2-й	Лабораторні заняття:		Форми поточного контролю: МКР, ІНДЗ
	Індивідуальна робота:		
Тижневе навантаження (год.) 2 год - аудиторне: 2 год - самостійна робота	Самостійна робота:		
	78		
	Співвідношення аудиторних годин і годин СРС:		Форма підсумкового контролю: <i>Залік</i>
Мова навчання - укр.	20%:78%		

**Предмет** вивчення навчальної дисципліни: теоретико-методологічні засади та сучасні методи надання психотерапевтичної допомоги клієнту у кризовому стані.

**Міждисциплінарні зв'язки:** дисципліна логічно пов'язана із «Основи психотерапії», «Патопсихологія», «Дитяча психотерапія», «Основи психокорекції» тощо.

### **Мета і завдання навчальної дисципліни**

Метою викладання навчальної дисципліни «Психокорекція кризових станів» є поглиблення знань про методи та прийоми надання психологічної допомоги клієнтам в стані життєвої чи особистісної кризи.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Психокорекція кризових станів» є ознайомлення:

- ✓ із специфічними ознаками кризової ситуації у житті людини;
- ✓ типологією кризових станів особистості;
- ✓ основними психологічними теоріями стосовно переживання людиною кризового стану;
- ✓ термінологією, яка вживається для опису перебігу кризових станів;
- ✓ принципами психологічної допомоги людині в кризових станах різних типів.

## II. Основні результати навчання і компетентності згідно з вимогами освітньо-професійної (освітньо-наукової) програми:

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1.	<p>ПРН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань</p> <p>ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання</p> <p>ПРН11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.</p>	<p>ЗК1.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях психологічної допомоги.</p> <p>ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>ФК13. Здатність бачити та формулювати певні проблеми; ставити попередні діагнози, уточнювати їх. Здатність передбачати результат взаємодії з клієнтом та характер зворотної реакції на свої вимоги.</p>

## III. Тематичний план дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться три кредити ЄКТС: 90 годин.

№ з/п	Назви модулів і тем	Кількість годин (заочна(вечірня) форманавчання)			
		Аудиторні	Лекції	Практичні/Семінарські	СРС
<b>Змістовий модуль I. Методологічні засади феномену кризового стану особистості</b>					
1	Тема 1. Поняття та сутність психологічних криз як психологічного феномену.	3	2	1	10
2	Тема 2. Специфіка вікової та смисложиттєвої криз	3	1	2	19

3	МКР № 1				1
<b>Разом за змістовим модулем 1:</b>		<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>30</b>
<b>Змістовий модуль II. Особливості сучасного психотерапевтичного супроводу кризового стану</b>					
5	Тема 1. Кризова інтервенція: сутність, етапи.	2	1	1	22
6	Тема 2. Схема втручання при кризовому стані	4	2	2	25
7	МКР № 2				1
<b>Разом за змістовим модулем 2:</b>		<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>48</b>
<b>Разом годин:</b>		<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>78</b>

**IV. Зміст дисципліни за модулями і темами:**

№ з/п	4.1. Назва модулів, тем та їх зміст	К-сть годин	
		Всього	в т.ч. лекцій
1.	<b>Змістовий модуль I. Методологічні засади феномену кризового стану особистості.</b>	<b>7</b>	<b>4</b>
1.1	<b>Тема 1.1. Поняття та сутність психологічних криз як психологічного феномену.</b> Типологія кризових станів. Онтогенетична криза. Етапи перебігу кризового стану. Гострий та тривалий стресові стани. <i>Рекомендовані інформаційні джерела</i> • <b>основні:</b> [1, 2, 5]; • <b>додаткові:</b> [2].	3	2
1.2	<b>Тема 1.2. Специфіка вікової та смисложиттєвої криз.</b> Вікові кризи: причини, сутність. Соціальний розвиток особистості у дитячому віці. Вікові страхи: особливості	4	2

	<p>виникнення, протікання, загострення. Робота психолога з дитячими страхами. Криза середини життя. Кризи зрілості та похилого віку. Смесложиттєва криза.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>основні</i>: [3,4];</li> <li>• <i>додаткові</i>: [3].</li> </ul>		
II	<b>Змістовий модуль II. Особливості сучасного психотерапевтичного супроводу кризового стану</b>	7	8
2.1	<p><b>Тема 2.1. Кризова інтервенція: сутність, етапи.</b></p> <p>Сутність феномену кризової інтервенції. Принципи кризового втручання. Програма кризової допомоги як моделі вирішення проблем.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>основні</i>: [4]</li> <li>• <i>додаткові</i>: [1].</li> </ul>	3	2
2.2	<p><b>Тема 2.2. Схема втручання при кризовому стані</b></p> <p>Встановлення контакту на рівні почуттів. Втручання на кожній стадії кризи. Стадії адаптації, активізації, критична стадія.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>основні</i>: [3-5];</li> <li>• <i>додаткові</i>: [1].</li> </ul>	4	2

#### 4.2. Плани практичних та семінарських занять

##### **Змістовий модуль I. Методологічні засади феномену кризового стану особистості.**

###### **Тема 1.1. Життєва криза та можливості її опанування (2 год)**

Біологічні та соціальні детермінанти виникнення кризової життєвої ситуації.

Природа життєвої кризи. Типи ставлення до кризи. Техніки життя в складних умовах. Форми і способи опанування.

###### **Рекомендовані інформаційні джерела:**

- *основні*: [1, 4, 6, 7, 10];
- *додаткові*: [7, 9, 19].

###### **Тема 1.2. Кризове консультування та корекція як галузі практичної психології (2 год)**

Консультування психологічне і парапсихологічне. Поняття кризового консультування. Завдання консультування, його ефективність і тривалість. Принципи консультування та фундаментальні психологічні настанови. Показання до кризового консультування. Методи кризового консультування. Динаміка кризового консультування.

### ***Рекомендовані інформаційні джерела***

- ***основні:*** [2, 5, 7, 8, 10];
- ***додаткові:*** [3, 26].

## **Змістовий модуль II. Особливості сучасного психотерапевтичного супроводу кризового стану.**

### ***Тема 2.1. Кризова інтервенція в роботі з віковими та життєвим кризами (4 год)***

Криза 7-ми років та можливості психологічної допомоги дитині. Підліткова криза: консультування дітей, батьків, учителів. Криза юнацького віку та її психологічне супроводження. Ненормативні кризи в житті школяра: завдання консультування.

Перша криза ранньої зрілості: способи подолання. Психологічна допомога під час переживання кризи 30-ти років. Консультування клієнтів, що долають кризу середини життя. Криза “я-ідентифікації” – супровід людини похилого віку.

### ***Рекомендовані інформаційні джерела:***

- ***основні:*** [3, 6, 7, 10];
- ***додаткові:*** [19, 24].

### ***Тема 2.2. Психокорекційна допомога людині в термінальному періоді життя (2 год)***

Криза вмирання: психологічна готовність до завершення життя. Переживання термінально хворого і його психологічний супровід. Підтримка рідних і близьких людини, що переживає термінальний період життя. Стан гострого горя, викликаний тяжкою втратою. Віддалені наслідки переживання втрати. Психологічні способи завершення роботи трауру.

### ***Рекомендовані інформаційні джерела:***

- ***основні:*** [1, 5-8];
- ***додаткові:*** [6-8, 15-19].

## **1.3. Організація самостійної роботи студентів**

№ з/п	Зміст завдання	Форма звітності
1.	Створення порівняльної таблиці відмінностей процесів психокорекції та психоконсультування в роботі з	Демонстрація на прак.з. 1 (модуль 1)



	кризовими станами.	
2.	Створення банку вправ для роботи з віковими кризами	Впродовж навчання. Письмовий звіт
3.	Створення проекту «Життєвий шлях»	Захист проектів на практич.з. 2 (модуль 1)
4.	Створення стратегії кризової інтервенції з дітьми та підлітками за запитом (приклади запитів надаються викладачем)	Демонстрація та обговорення на практич.з. 1 (модуль 2)
5.	Створення стратегії (план) взаємодії психотерапевта з клієнтом у проблемних кризових ситуаціях (пропонуються викладачем)	Демонстрація та обговорення на практич.з. 2 (модуль 2)
6.	Розробка рекомендацій для членів родини дитини/ підлітка, що знаходиться в стані переживання втрати	Демонстрація та обговорення на практич.з. 3 (модуль 2)

## V. Контроль якості знань студентів

### 5.1. Форми і методи поточного контролю

Доповіді, презентації студентів на практичних заняттях, двох МКР.

Використання методів самостійної роботи студентів по осмисленню та засвоєнню матеріалу – самостійний пошук інформації, конспектування першоджерел.

#### Завдання до контрольної роботи (тестові завдання).

##### Модульна контрольна робота № 1 (приклад)

1. Екстрена психологічна допомога людині, що знаходиться у стані кризи це \_\_\_\_\_
  2. У кризі особистості поєднані наступні феномени:
    - 1) Логіка та емоція;
    - 2) Афект та інтелект;
    - 3) Почуття та інтелект.
  3. До криз, що викликані психологічними факторами, не належить:
 

1) Криза ідентичності;	3) Життєсенсова криза;
2) Криза в результаті ДТП;	4) Вікова криза.
  4. Онтогенетичною кризою називається
- 
5. Правильно розташуйте етапи перебігу кризового стану:
    - 1) Поворотна точка;
    - 2) Дезорганізація;
    - 3) Відновлення;
    - 4) Реорганізація;
    - 5) Прискорення подій.

6. Необхідно встановити співвідношення між стадіями та назвою стресового стану:

Гострий стрес	Фаза загрози власному життю та життю близьких
	Фаза мобілізації
	Фаза стеничної негативної реакції
Тривалий стрес	Фаза евакуації
	Фаза звикання
	Фаза астеничної негативної емоції
	Невроз

7. Яка в нормі протяжність в часі кризового стану?:

- a) 6 місяців;
- b) 1-2 роки;
- c) 1 рік;
- d) 9 місяців.

8. Згідно із класифікацією криз, вікові кризи є ...

9. Поняття «компетентність у часі» як характеристика зрілої особистості було розроблене:

- a) К. Роджерсом;
- б) З. Фройдом;
- в) А. Маслоу;
- г) Н. В. Тарабріною.

10. Виконайте дію співвіднесення.

1. Криза;	а) Шкода, заподіяна психічному здоров'ю людини в результаті інтенсивного впливу несприятливих факторів середовища;
2. ПТСР;	б) стан, при якому подальше функціонування особистості в межах минулої моделі поведінки виявляється неможливим;
3. Психотравма.	в) психологічний стан, що виникає внаслідок травмуючих ситуацій, які виходять за межі звичайного досвіду людини та загрожують її цілості;

### Модульна контрольна робота № 2 (приклад)

1. Провідними методами кризової інтервенції є \_\_\_\_\_
2. До основних принципів кризового втручання не відноситься:
  - 4) Високий рівень активності консультанта;
  - 5) Фокусування на основній проблемі;
  - 6) Обговорення минулого клієнта;
  - 7) Невідкладність;
  - 8) Підтримка.

3. Розвиток синдрому безглуздості за теорією смисложиттєвої кризи В.Франкла включає:
- 3) Екзистенційну кризу та екзистенційний невроз; 3) навчену безпомічність та невроз;
  - 4) Екзистенційний вакуум та екзистенційний невроз; 4) синдром приреченості та невроз.
4. Відновлення реалістичної самооцінки відбувається на:
- a) Стадії прояснення проблеми
  - b) З'ясування дій людини, що переживає кризу
  - c) Допомога в пошуку шляхів виходу з кризи
5. Стадія дослідження проблеми при кризовій інтервенції містить:
- b) Стабілізацію стану;
  - 7) Сократівський діалог;
  - 8) Відновлення ресурсів;
6. На якій стадії кризового втручання клієнта просять сконцентруватися на подіях останніх шести тижнів свого життя?:
- a) Встановлення контакту
  - b) Дослідження проблеми
  - c) Підсумування
  - d) Зосередження на зоні пропрацювання проблеми
7. Умовно криза містить такі стадії:
- e) Дезорганізації, адаптації, звикання;
  - f) Адаптації, дезорганізації, активації;
  - g) Адаптації, активації, критичності стану.
8. Феномен «муміфікації» при кризі втрати характеризується \_\_\_\_\_
9. Поняття «навченої безпорадності» було введено:
- a) К. Роджерсом;
  - б) М.Селігман;
  - в) А. Маслоу;
  - г) Н. В. Тарабріною.
10. ПТСР – це \_\_\_\_\_

## **5.2. Форма підсумкового контролю успішності навчання залік.**

### **Питання до курсу.**

1. Поняття психологічної кризи. Класифікація криз.
2. Онтогенетична криза або криза розвитку.
3. Особливості протікання криз ідентичності.
4. Сепараційні кризи: поняття, характер, особливості супроводу.
5. Особливості смисложиттєвої кризи.
6. Періодизація вікових криз.
7. Етапи перебігу кризи.
8. Робота кризового психолога з компетентністю у часі (термін А.Маслоу).
9. Специфіка гострого та тривалого стресу.
10. Соціальний розвиток особистості у дитячому віці (психосоціальні кризи за Е.Еріксоном).

- 11.Вікові страхи: особливості виникнення, протікання, загострення. Робота психолога з дитячими страхами.
- 12.Криза середини життя.
- 13.Кризи зрілості та похилого віку.
- 14.Кризова інтервенція. Принципи кризової інтервенції.
- 15.Програма кризової допомоги як моделі вирішення проблем.
- 16.Схема втручання при екстремальній кризі.
- 17.Особливості схеми втручання при кризовому стані.
- 18.Особливості кризової інтервенції на фазі адаптації.
- 19.Особливості кризової інтервенції на фазі активації.
- 20.Особливості кризової інтервенції у критичній фазі.
- 21.Робота психотерапевта з суїцидентами.
- 22.Наративна психотерапія в роботі з клієнтами, що мають суїцидальні наміри.
- 23.Втрата. Основні реакції людини на втрату близьких.
- 24.Вікові особливості переживання втрати.
- 25.Гендерні особливості переживання втрати.
- 26.Нормальні та патологічні реакції горя. Відстроковані реакції горя.
- 27.Критичні періоди переживання гострого горя.
- 28.Продуктивні переживання втрат та смерті близьких людей.
- 29.Психологічна допомога при втратах та переживанні горя.
- 30.Використання метафори в роботі психотерапевта з клієнтами в стані горя.
- 31.Робота з травмою в психотерапії.
- 32.Робота з людиною в шоковому стані.
- 33.Етапи та принципи роботи психотерапевта з ПТСР.
- 34.Техніки психотерапевтичної взаємодії з клієнтами, що переживають ПТСР.
- 35.Допомога при суїцидальному ризику.
- 36.Особливості розпізнання суїцидальної загрози.

### 5.3. Критерії оцінювання знань студентів

Вимоги до знань та умінь студентів	Максимальна кількість балів, оцінка за шкалою ECTS
Повно й ґрунтовно володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом, в логічній послідовності передає знання першого та другого модуля з відповідним аналізом й узагальненням вивченого. Простежував зв'язок теоретичного матеріалу з практикою.	A: 90 – 100 б.
Свідомо володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом, в логічній послідовності передає знання першого та другого модуля з відповідним аналізом й узагальненням вивченого.	B: 80 – 89 б.
Свідомо володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим	C: 70 – 79 б.

апаратом. Проте відсутня логічна послідовність у викладі матеріалу, відсутні певні висновки щодо викладеної інформації.	
Знання модулів передаються зазубреними з підручників (з конспекту) фразами. Відсутня логічна послідовність у викладі навчального матеріалу, відсутні певні висновки щодо викладеної інформації.	D: 65 – 69 б.
Знання модуля передаються тільки за допомогою певних питань з боку викладача.	E: 60 – 69 б.

### Розрахунок максимальної кількості балів, що присвоюються студентам

Вид діяльності	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
Робота на практичному (семінарному) занятті (в тому числі доповідь, виступ, повідомлення, участь у дискусії)	5	5	25
Завдання самостійної роботи	5	5	25
Модульна контрольна робота	25	2	50
<b>Максимальна кількість балів 100</b>			

## VI. Навчально-методична карта дисципліни

### Навчально-методична картка курсу «Психокорекція кризових станів» (III семестр)

**Разом: 90 год., із них 8 год. – лекції, 4 год – практичні заняття, 6 год – семінарські заняття, 72 год. – самостійна робота.**

	II	III	IV		VIII	VIII			
Модулі	I модуль				II модуль				
Лекції	2	2	2		4	4			
Дати	6.09	13.09	20.09		18.10	25.10			
					18.10	25.10			
Теоретичні розділи	<b>Методологічні засади феномену кризового стану особистості</b>				<b>Особливості сучасного психотерапевтичного супроводу кризового стану</b>				
Теми лекцій	Поняття та сутність психологічних криз як психологічного феномену.	Специфіка вікової та смисложиттєвої криз	Специфіка вікової та смисложиттєвої криз		Кризова інтервенція: сутність, етапи.	Схема втручання при кризовому стані			
			V	VI			XI	XII	XIII
Модулі	I модуль				II модуль				

Практичні/ семінарські заняття			2	2			2	2	4
Дати			27.09	4.10			8.11	15.11	22.11
Теми			Життєва криза та можливості її	Кризове консультування та корекція як галузі практичної психології			Кризова інтервенція в роботі з віковими кризами	Кризова інтервенція в роботі з життєвим кризами	Психокорекційна допомога людині в термінальному періоді життя
Модулі	I модуль				II модуль				
Самостійна робота	Творча робота								
Поточний контроль	МКР № 1				МКР № 2				
Підсумкови й контроль	залік								

## **VII. Основні й допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу**

### **Основні**

1. Байер О.О. Життєві кризи особистості : навчальний посібник / О. О.Байер. – Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. – 244 с.
2. Життєві кризи особистості: науково-методичний посібник: у 2 частинах  
Ч. 1. Психологія життєвих криз особистості // Ред. рада: В. М. Доній, Г. Н. Гесен, Н. В. Сохань, І. Г. Єрмаков та ін. – К. : ІЗМН, 2000. – 360 с.
3. Панок В.Г. Психологія життєвого шляху особистості : монографія / В.Г. Панок, Г.В. Рудь. – К. : Ніка – Центр, 2006. – 280 с.
4. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Титаренко Т. М. – К. : Агропромвидав України, 2001. – 348 с.

### **Допоміжні**

1. Безпальча Р. Запобігання торгівлі жінками та насильству в сім'ї: основи проведення тренінгів. Підручник з проведення тренінгів. - К. :Winrock International, 2004.-156 с.
2. Корнієнко І. Психологічна допомога дітям, що зазнали травми внаслідок катастрофи/ І.Корнієнко, Г.Католик // Психолог.-2004.- Грудень (№46).- С.8-16.
3. Корнієнко І., Католик Г., Бабяк Т., Тарасевич О., Пачковський Ю., Католик О., Тихобаєва Г. Скривджена дитина. Теоретичні і практичні аспекти проблеми дитячого кривдження та методи психокорекційної допомоги дітям, які зазнали насильства. Науково-методичний збірник.– Львів: Ромус-Поліграф, 2005.–303 с.
4. Панок В. Г. Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи. Монографія.–К., Центр соціальних експертиз і прогнозів, 1999.–106 с.
5. Профілактика психологічного насильства і маніпулювання свідомістю та розвиток критичного мислення в молодіжному середовищі. Матеріали міжнар. наук.- практ. конф., 27-28 травня 2004 року, м.Київ.-К.: Український центр політичного менеджменту, 2005.-320 с.