



## Силабус курсу Психологічна допомога в кризових ситуаціях

**Освітній ступінь** – третій (доктор філософії PhD)

**Галузь знань:** 05 Соціальні та поведінкові науки

**Спеціальність:** 053 Психологія

**Освітньо-професійна програма** «Психологія»

**Кількість кредитів** - 3

**Рік підготовки, семестр** – 2 рік, 3 семестр

**Компонент освітньої програми:** вибірковий

**Дні занять:** згідно з розкладом

**Консультації:** Очні консультації: понеділок: 14.20-15.40, ауд.224

Онлайн-консультації: у Viber-групі курсу у четвер з 16.00 до 17 год

**Мова викладання:** українська

<b>Керівник курсу:</b>	Свідерська Галина Мирославівна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології розвитку та консультування
<b>Контактні телефони викладача:</b>	+380963456445
<b>E-mail викладача:</b>	<a href="mailto:sviderska.g@gmail.com">sviderska.g@gmail.com</a>
<b>Сторінка викладача</b>	<a href="https://tnpu.edu.ua/faculty/psychped/sv-derska-galina-miroslav-vna.php?clear_cache=Y">https://tnpu.edu.ua/faculty/psychped/sv-derska-galina-miroslav-vna.php?clear_cache=Y</a>
<b>Сторінка курсу в Moodle</b>	<a href="https://elr.tnpu.edu.ua/course/view.php?id=751">https://elr.tnpu.edu.ua/course/view.php?id=751</a>

### Анотація дисципліни

Курс спрямований на ознайомлення аспірантів із основними теоретико-методологічними аспектами кризової психології та практичними прийомами надання професійної психологічної підтримки, допомоги та самопомоги особистості у різних кризових ситуаціях, зокрема, переживання вікових нормативних криз (першої кризи ранньої зрілості, кризи 30-33, кризи середини життя, кризи Я-інтеграції), ненормативних криз у партнерських та сімейних стосунках, переживання горя втрати.

Навчальна діяльність магістрантів передбачає опрацювання теоретичної літератури та практичні заняття із використанням інтерактивних методів, кейс-методу тощо.

Здобувачі отримують знання про психологію кризових станів людини та вміння надавати необхідну психологічну допомогу й підтримку у різних кризових ситуаціях.

### Навчальний контент

Години (лек./сем./лаб)	Тема	Результати навчання	Завдання
2/2/-	Тема 1. Система основних понять	Розуміння, що таке кризи, їх види та що таке кризове психологічне консультування.	Питання, дискусія

	кризової психологічної допомоги	Вміння аналізувати кризи та кризові стани: їх причини та компоненти. Знання етапів кризового консультування. Розуміння особливостей розподілу відповідальності у кризовому консультуванні між консультантом і клієнтом.	
4/4/-	Тема 2. Переживання і розв'язання вікових нормативних криз дорослості	Знання про першу кризу ранньої зрілості: шляхи її подолання. Вміння надавати психологічну допомогу під час переживання кризи 30-33 років. Вміти здійснювати консультування клієнтів, які долають кризу середини життя. Розуміти особливості кризи «Я-інтеграції» та здійснювати психологічний супровід людини похилого віку.	Питання, дискусія, кейси
4/2/2	Тема 3. Психологічне консультування у випадку кризи в партнерських та сімейних стосунках	Розуміти психологічну природу кохання та вміти проводити консультування клієнтів, які переживають невзаємні почуття. Знати особливості сімейних криз та їх подолання. Розуміти психологічні аспекти подружньої зради та вміти здійснювати консультативний процес партнерів у випадку розлучення чи бажання зберегти стосунки.	Кейси, дискусія, питання
4/4/2	Тема 4. Особливості проведення кризового консультування в горі втрати	Знати і розрізняти існуючі теоретичні моделі і сучасне наукове розуміння досвіду пережиття втрати. Вміти пояснити роботу горя (за В.Ворденом). Вміти проводити кризове консультування при втраті: застосовувати відповідні діагностичні методики для дослідження психологічного стану клієнта, проводити психоедукацію та залучення соціальної підтримки, здійснювати роботу з усвідомленням, почуттями, спогадами і стосунком. Розуміти, як здійснюється інтеграція втрати.	Питання, дискусія, кейси

### Формування програмних компетентностей

Індекс в матриці	Програмні компетентності
	<b>Загальні компетентності</b>
<b>ЗК1</b>	Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу
<b>ЗК4</b>	Здатність розв'язувати комплексні проблеми психології на основі системного наукового світогляду та загального культурного кругозору із дотриманням принципів професійної етики та академічної доброчесності
<b>ЗК6</b>	Здатність розуміти особистісне буття людини, суспільний контекст її життєдіяльності, становлення суб'єктності як стрижня її особистісної зрілості
	<b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності</b>
<b>СК1</b>	Здатність виокремлювати, систематизувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження

<b>СК5</b>	Здатність оцінювати рівень власної фахової компетентності, саморозвиватися і самовдосконалюватися протягом життя, підвищувати професійну кваліфікацію, бути професійно мобільним.
<b>Програмні результати навчання</b>	
<b>РН3</b>	Виокремлювати, систематизувати, розв'язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, формулювати і перевіряти гіпотези, визначати чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості
<b>РН8</b>	Визначати свої професійні можливості та завдання підвищення професійної кваліфікації й професійної мобільності
<b>РН13</b>	Вміння діяти соціально відповідально та громадянсько свідомо, на основі етичних міркувань (мотивів) з дотриманням норм академічної доброчесності.

### Літературні джерела

1. Андерсен К., Рьокхольт Е., Рісе М. Групи психологічної підтримки для дітей і підлітків, які втратили близьких людей: методичний посібник. Київ: Національний центр по роботі із втратою, 2020. 224 с.
2. Бріер Д., Скотт К. Основи травмофокусованої психотерапії. Львів: Свічадо, 2015. 448 с.
3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів: Видавництво Старого Лева, 2015. 416 с.
4. Горбунова В. В., Карачевський А. Б., Климчук В. О., Неглюх Г. С., Романчук О. І. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО: посібник для ведучих груп. Львів: Інститут психічного здоров'я Українського Католицького Університету, 2016. 96 с.
5. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
6. Коен Дж., Маннаріно Е., Деблінджер Е. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату. Львів: Свічадо, 2016. 264 с.
7. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / пер. з англ. Діана Бусько; наук. ред. Катерина Явна. Львів: Видавництво Українського католицького університету, 2014. 120 с.
8. Неймеєр Р. Терапія горя. Переклад та адаптація В. Зливков, С. Лукомська. Київ. 2021. 259 с.
9. Норвуд Р. Жінки, які кохають до нестями. Харків: Віват, 2017. 320 с.
10. Перель Е. Переосмислення подружніх зрад. Київ: Bookshef, 2018. 384 с.
11. Подолання наслідків психотравми. Практичний посібник / за ред. А.Гофмана. Львів: ТЗОВ Видавництво «Свічадо», 2017. 259 с.
12. Рибик Л. Пережити горе. Щоденник самопомоги. Режим доступу: <https://larisarybyk.com.ua/shhodennyky-samodopomogy/>
13. Романчук О. І. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки й сучасні підходи до терапії. *Нейронews*. С. 30-37.
14. Саутвік С., Чарні Д. Резилієнтність. Мистецтво долати найбільші виклики життя. 2-ге вид. Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету. Львів: Галицька видавнича спілка, 2022. 384 с.
15. Сандандер Х., Рьокхольд Е., Селнес А. Групи психологічної підтримки дорослих, які втратили близьких людей внаслідок різних обставин: методичний посібник. Університетська клініка округу Акерсгус, 2017. 152 с.
16. Свідерська Г.М. Страждання як шлях віднайдення сенсу при переживанні людиною горя втрати. *Психологія кризових станів: наука і практика*: Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 4-6 листопада 2021 року) / за ред. С. Д. Максименка, В. В. Турбан. Київ, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2021. С.147-150.
17. Фішер Г. Чому ми кохаємо: природа й хімія романтичних почуттів. Харків: КСД, 2019. 288 с.
18. Berzoff J. The transformative nature of grief and bereavement. *Clinical Social Work Journal*. 2011. №39 (3). P. 262-269.

19. Hooghe A., Neimeyer R. A., Rober P. Cycling Around an Emotional Core of Sadness Emotion Regulation in a Couple After the Loss of a Child. *Qualitative Health Research*. 2012. № 22(9). P. 1220-1231.
20. Joy D. Post-traumatic stress reactions after injury. *Journal of Trauma*. 2000. Vol. 48 (3). P.490–494.
21. Lichtenthal W. G., Burke L. A., Neimeyer R. A. Religious coping and meaning-making following the loss of a loved one. *Counseling and Spirituality*. 2011. № 30(2). P. 113-135.
22. Neimeyer R. A. *Techniques of Grief Therapy: Assessment and Intervention*. New York: Routledge, 2016. 378 p.

### Політика контролю та оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (зокрема із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише підготовки практичних завдань у процесі заняття. Заборонено оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів, отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості) та/або відтворення опублікованих текстів інших авторів без зазначення авторства. За порушення академічної доброчесності здобувачі можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання; повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування із закладу освіти, позбавлення академічної стипендії; позбавлення наданих закладом освіти пільг з оплати навчання тощо.

- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять як правило є обов'язковим компонентом навчання. За необхідності (віддаленість місця проживання чи роботи здобувача) чи наявності об'єктивних причин (участь у програмі академічної мобільності чи конференції, міжнародне стажування, хвороба тощо) відвідування може відбуватись вибірково за погодженням із керівником курсу. Навчання здобувачів також здійснюється в онлайн режимі на платформі Moodle. За умови індивідуального навчального графіка аспірант має можливість отримати позитивну оцінку завдяки виконанню планових завдань та ІНДЗ. У будь-якому випадку здобувачі зобов'язані дотримуватися термінів, визначених для виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. Пропущені заняття можна відпрацювати у визначений час згідно з графіком.

- **Політика оцінювання.** Враховуються бали поточного та підсумкового оцінювання. При цьому враховуються присутність на заняттях та активність аспіранта під час занять; недопустимість пропусків та запізнь на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях, не пов'язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання завдань. Здобувачі, які не мають академічної заборгованості, за результатами поточного контролю допускаються до заліку.

### Оцінювання

Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином:

Види оцінювання	% від остаточної оцінки
Змістовий модуль 1 (тема 1) – обговорення кейсів, усне опитування, практичні завдання	10
Змістовий модуль 2 (теми 2-3) – обговорення кейсів, усне опитування, практичні завдання	40
Змістовий модуль 3 (тема 4) – обговорення кейсів, усне опитування, практичні завдання	10
ІНДЗ	20
Підсумковий контроль (теми 1-4) – тестові завдання трьох рівнів складності	20

### Розподіл балів, які отримують здобувачі

Змістовий модуль №1	Змістовий модуль № 2		Змістовий модуль № 3	ІНДЗ	Підсумковий контроль	Сума
	Тема 1	Тема 2	Тема 3			
8	16	16	24	16	20	100
8	32		24			

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
85-89	B	добре	
75-84	C		
65-74	D		
60-64	E	задовільно	не оцінено з можливістю повторного складання
0-59	FX	Не оцінено з можливістю повторного складання	

### Пререквізити

Ефективність засвоєння змісту дисципліни значно підвищиться, якщо аспірант попередньо опанував матеріал із таких дисциплін, як основи психологічного консультування, перша психологічна допомога, екстрена психологічна допомога.

### Формат дисципліни

Змішаний (blended) – дисципліна має супровід в системі Moodle, має структуру, контент, завдання і систему оцінювання. Blended Learning – викладання курсу передбачає поєднання традиційних форм аудиторного навчання з елементами електронного навчання, в якому використовуються інформаційно-комунікаційні технології, інтерактивні елементи, онлайн консультування і т.п.

До силябусу також готуються матеріали навчально-методичного забезпечення:

- навчальний контент (розширений план лекцій, презентації, відео);
- тематика та зміст практичних робіт, ІНДЗ;
- завдання для підсумкового контролю (тести);
- електронне навчання в системі Moodle.