



ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«Міжнародний науково-технічний університет
імені академіка Юрія Бугая»

Кафедра психології та суспільно-гуманітарних наук

РОБОЧА ПРОГРАМА (СИЛАБУС)
навчальної дисципліни «Психологічна допомога в екстремальних та
кризових ситуаціях»
на 2024/2025 навчальний рік

1. Реквізити навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Галузь знань	05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність	053 Психологія
Освітня програма	Психологія
Статус дисципліни	Обов'язкова
Форма здобуття освіти	Очна
Рік підготовки, семестр	4 рік/8 семестр
Обсяг дисципліни (кредити ЄКТС/загальна кількість годин)	4/120
Семестровий контроль/ контрольні заходи	Модульний контроль
Мова викладання	Українська
Розміщення курсу	Google classroom

2. Інформація про викладачів

- Викладачі:** *Березовський Данило Олегович*, доцент кафедри психології та суспільно-гуманітарних наук, кандидат наук з державного управління, доцент, *Москальов Максим Володимирович*, доцент кафедри психології та суспільно-гуманітарних наук, кандидат психологічних наук, доцент
Графік роботи: за розкладом.
- Віртуальний офіс:** E-mail: d.berezovskyi@istu.edu.ua , m.moskalev@istu.edu.ua , посилання на вебінар Google Meet в Google classroom , графік консультацій: четвер 17:00-18:00.

3. Анотація навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни: формування у студентів цілісного уявлення про психологічну допомогу в екстремальних ситуаціях; навичок надання екстреної психологічної допомоги й спроможності використовувати теоретичні знання для аналізу і корекції проблем особистості, що виникають в екстремальних та кризових ситуаціях.

Завдання навчальної дисципліни:

- Ознайомлення із психологічною характеристикою екстремальних та кризових ситуацій.
- Вивчення феноменології впливу психічної травми на особистість, психосоціальних та психосоматичних наслідків впливу травматичного стресу під час розгортання екстремальних, кризових ситуацій та після виходу з них.

3. Розуміння специфіки проявів поведінково - психічних реакцій та особистісної активності людини в момент її зіткнення з психотравмувальними обставинами та прогнозування ризику розвитку в неї посттравматичних порушень та розладів адаптації.

4. Вміння диференціювати та діагностувати розлади психіки, що виникають внаслідок впливу екстремальних та кризових ситуацій.

5. Формування стійкості особистості психолога та навичок до самостійної роботи в екстремальних та кризових ситуаціях.

Навчальна дисципліна вносить вклад у формування таких компетентностей та досягнення таких результатів навчання, передбачених освітньою програмою:

загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК9. Здатність працювати в команді.

фахові (спеціальні) компетентності (СК):

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання).

СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

СК13. Здатність застосовувати методи та технології психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПРН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПРН5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (зокрема, щодо організації заходів раннього втручання).

ПРН10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

ПРН11. 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).

ПРН12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів тощо, відповідно до вимог замовника.

ПРН13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПРН14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

ПРН15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ПРН16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПРН17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

ПРН18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

ПРН 19. Складати та реалізовувати програму психокорекційного впливу та план психотерапевтичного процесу відповідно до індивідуально-психологічних особливостей клієнта.

ПРН 20. Надавати першу психологічну допомогу в кризових та екстремальних ситуаціях.

Пререквізити: розуміти закономірності та особливості психічних процесів людини на різних вікових етапах; здійснювати пошук інформації з різних джерел, у тому числі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій; здійснювати консультування з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей клієнтів; знати норми професійної етики діяльності психолога.

Рекомендовані навчальні матеріали та ресурси

Основні:

1. Герасименко Л.О., Скрипніков А.М., Ісаков Р.І. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник. Київ: Медицина, 2023. 120 с.
2. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях: навч.-практич. посіб. / за заг. ред. д-ра юрид. наук, проф. О.А. Моргунов; [О. І. Федоренко та ін.]; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2022. 84 с.
3. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів : навч.-метод. посіб. / Л. І. Магдисюк та ін. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 236 с.
4. Тімченко О.В. Екстремальна психологія: підручник. Харків: УЦЗУ. 2020. 502 с.
5. Тімченко О.В. Кризова психологія: навчальний посібник. Харків: НУЦЗУ. 2019. 401 с.
6. Шевченко Н.Ф. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях : навч. посіб. Запоріжжя. Запорізький національний Університет, 2021. 192 с.
7. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у екстремальній ситуації: навчально-методичний посібник. ІваноФранківськ: Кушнір Г. 2020. 72 с.

Додаткові

1. Байєр О. О. Життєві кризи особистості : навчальний посібник. Дніпропетровськ : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту. 2018. 244 с, 2010. 244 с.
2. Заливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
3. Оніщенко Н. В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти: монографія. Харків : Право, 2014. 584 с.
4. Перша психологічна допомога : посіб. для тренера / уклад. : Чернобровкіна В. А., Гірник А. М. Київ : Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 96 с.
5. Перша психологічна допомога: Посібник для працівників на місцях. Київ : Пульсари, 2017. 66 с.
6. Письмак Л. Л. Підліткова криза: як зарадити та допомогти : посібник. Київ : Видавнича група «Шкільний світ», 2018.

7. Психологічна підтримка в умовах екстремальних ситуацій: підхід резилієнс: навч.-метод. Посіб.: за заг. ред. Н. Гусак. Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». Київ : НаУКМА. 2019. 150 с.
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник: за ред. З. Г. Кісарчук. іїв.: ТОВ «Видавництво «Логос». 2019. 207 с.
9. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ: Ніка-Центр. 2018. 432 с.
10. Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій : методичні рекомендації / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології ; за наук. ред. Т. М. Титаренко. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017. 80 с.
11. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.

Інформаційні ресурси

1. Войтович М. В. Психологічні особливості горювання. URL: https://lib.iitta.gov.ua/721340/1/Voitovich_M_V_2019_Psychological_features_of_the_grief_proc-1-14.pdf
2. Науковий журнал «Проблеми екстремальної та кризової психології» Національний університет цивільного захисту України. URL: <http://dcpp.nuczu.edu.ua/uk/arkhivpubl.html>
3. Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» Лист МОН 04.04.2022 № 1/3872-22. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/vl387729-22#Text>
4. Екстремальна психологія <http://weblib.pp.ua/psihologiya-ekstremalnih-situatsiy-pidruchnik-onlayn.html>
5. Зінов'єва Н. О. Психологія і психотерапія насилля. Дитина в кризовій ситуації. URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Golovanova/0012534.doc>
6. Кузьо О. Основи психологічної практики : навчальний посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с. URL: https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4400/3/%D0%9E%D1%81%D0%BD%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82_%D0%9A%D0%A3%D0%97%D0%AC%D0%9E_26-04-22.pdf
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. В 3-х томах. Київ, 2018. 240 с. URL: <https://www.osce.org/uk/project-coordinator-in-ukraine/430811>
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій. Методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с. URL: http://psychology-naes-ua.institute/userfiles/files/%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A%D0%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BC%2017_03_2015.pdf
9. Українська правда. Рубрика «Життя». Тактична психологія. Марта Пивоваренко про допомогу військовим та цивільним. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2016/09/28/218405/>
10. Лемак М.В., Петрище, В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики. URL: https://wp.nmc-pto.rv.ua/DOK/MZPSI/Psychologu_dla_roboty.pdf

4. Організація вивчення навчальної дисципліни

№ тижня	Форми занять (найменування, кількість годин)	Форми контролю	Максимальна кількість балів
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.			
Тема 1. Характеристика кризових та екстремальних ситуацій у сучасних			

психологічних теоріях та практиці			
	<i>Лекція 1,2 – 4 год.</i>		
	<i>Самостійна робота – 9 год.</i>	<i>Див. примітку.</i>	
Тема 2. Характер і види екстремальних ситуацій			
	<i>Лекція 3,4 – 4 год.</i>		
	<i>Практичне заняття 1 – 2 год.</i>	Перевірка завдань домашньої роботи	20
	<i>Самостійна робота – 9 год.</i>	<i>Див. примітку.</i>	
Тема 3 Стратегії та особливості поведінки людини у ситуації травматичного впливу			
	<i>Лекція 5,6 - 4 год.</i>		
	<i>Практичне заняття 2 – 2 год.</i>	Перевірка завдань домашньої роботи	20
	<i>Самостійна робота – 9 год.</i>	<i>Див. примітку.</i>	
Тема 4. Адаптивні антистресові психотехнології			
	<i>Лекція 7,8 - 4 год.</i>		
	<i>Практичне заняття 3 – 2 год.</i>	Перевірка завдань домашньої роботи	20
	<i>Самостійна робота – 9 год.</i>	<i>Див. примітку.</i>	
Разом поточна робота			60
	Модульний контроль 1 (2 год.)	Комп'ютерне тестування	40
Разом за кредитним модулем			100
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.			
Тема 5. Специфічні прояви психічних реакцій та особистісної активності людини в екстремальних та кризових ситуаціях			
	<i>Лекція 9,10 - 4 год.</i>		
	<i>Практичне заняття 4 – 2 год.</i>	Перевірка завдань домашньої роботи	20
	<i>Самостійна робота – 9 год.</i>	<i>Див. примітку.</i>	
Тема 6. Психологічні аспекти переживання гострого горя як аномальної життєвої кризи			
	<i>Лекція 11,12 - 4 год.</i>		
	<i>Самостійна робота – 9 год.</i>	<i>Див. примітку.</i>	
Тема 7. Надання першої психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях			
	<i>Лекція 13,14–4 год.</i>		
	<i>Практичне заняття 5 – 2 год.</i>	Перевірка завдань домашньої роботи	20
	<i>Самостійна</i>	<i>Див. примітку.</i>	

	робота – 9 год.		
Тема 8. Робота психолога в екстремальних ситуаціях (залежно від виду травмувальної ситуації)			
	Лекція 15,16 - 4 год.		
	Практичне заняття 6 – 2 год.	Перевірка завдань домашньої роботи	20
	Самостійна робота – 9 год.	Див. примітку.	
Разом поточна робота			60
	Модульний контроль 2 (2 год.)	Комп'ютерне тестування	40
Разом за кредитним модулем			100
Примітка. Завдання та запитання з матеріалу, що виноситься на самостійне опрацювання, включені до індивідуальних завдань та тестових завдань з модульного контролю.			

5. Політика навчальної дисципліни

5.1. Політика щодо відвідування занять

- аудиторні заняття з навчальної дисципліни проводяться згідно з розкладом, який розміщений на офіційному сайті Університету (ознайомитись за посиланням [Розклад](#));
- права, обов'язки та основні правила поведінки здобувачів освіти протягом навчання в Університеті регламентується [Правилами внутрішнього розпорядку для здобувачів](#).

5.2. Політика оцінювання навчальних досягнень здобувачів

- система, шкали та порядок оцінювання навчальних досягнень здобувачів наведені у [Положенні про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у Закладі вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»](#);
- орієнтовані критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів наведені на офіційному сайті Університету (ознайомитись за посиланням [Орієнтовані](#) критерії). Разом із тим, практичні заняття оцінюються у 20 балів.
- **Критерії оцінювання практичного заняття:** 17-20 балів: роботу оформлено з дотриманням встановлених правил; студент демонструє здатність робити логічні висновки та узагальнення; проявляє здатність висловлювати та аргументувати власне ставлення до альтернативних поглядів на певне питання. 16-11 балів: оформлення роботи в цілому відповідає встановленим правилам; студент послідовно, обґрунтовано та теоретично правильно викладає матеріал; демонструє здатність робити логічні висновки та узагальнення; але не в повній мірі може аргументувати власне ставлення до альтернативних поглядів на певне питання; недостатньо використовує фактичні та статистичні дані. 10 - 6 балів: у роботі здійснено поверхневий аналіз основних аспектів проблеми; використані джерела не дають можливості повністю розкрити проблему; поданий матеріал не відповідає змісту теми і свідчить про нездатність студента зрозуміти її зміст; робота в цілому оформлена згідно з правилами, але є суттєві недоліки. 5-1 бали: завдання виконане частково; студент не висвітлює дискусійну тему або висвітлює її неправильно; текст письмового повідомлення є повністю ідентичним тексту підручника чи конспекту або повністю ідентичним письмового повідомлення іншого студента на таку ж тему, завдання практично не виконано, складається з окремих малозмістовних тез, які за своїм змістом не відображають суті теми наукового повідомлення; робота не оформлена, здана не вчасно чи відсутня. 0 балів – завдання відсутнє.
- Визначені силабусом навчальні завдання є обов'язковими для виконання здобувачами освіти. Розподіл балів за окремі завдання вказаний у розділі 5 «Організація вивчення навчальної дисципліни»;
- Правила призначення заохочувальних балів. Заохочувальні бали: участь у міжнародних, всеукраїнських або інших заходах (конкурсах) за тематикою навчальної дисципліни - 5 балів;

участь у роботі наукового гуртка кафедри «Психологічні студії» - 5 балів; участь у виконанні НДР - 20 балів.

- Максимальна кількість балів за поточну роботу упродовж кредитного модуля становить 60 балів, мінімальна кількість балів для допуску до підсумкового оцінювання кредитного модуля становить 30 балів; максимальна кількість балів за підсумкове оцінювання модульного контролю становить 40 балів;
- можуть бути визнані та зараховані (повністю чи частково) у межах навчальної дисципліни результати навчання, досягнуті здобувачем поза навчальними заняттями в ЗВО «МНТУ» через формальну освіту (на основі додатку до диплому чи академічної довідки), що регулюється [Положенням про організацію освітнього процесу](#), або неформальну, інформальну освіту (через процедуру визнання, яка регулюється Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та інформальної освіти).

5.3. Політика щодо дедлайнів та перескладання

- усі передбачені програмою завдання мають бути виконані у встановлені викладачем терміни;
- робота, яка здається здобувачем менше ніж за п'ять робочих днів до модульного контролю без поважних причин, не перевіряється викладачем;
- здобувачу, який не здав роботу у встановлені терміни з поважних причин, надається можливість здати її після встановленого терміну за погодженням із викладачем;
- ліквідація академічної заборгованості відбувається у встановлені графіком освітнього процесу терміни та у порядку, передбаченому у [Положенні про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у Закладі вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»](#).

6.4. Політика дотримання принципів академічної етики та доброчесності

- здобувачі мають дотримуватись принципів академічної етики та доброчесності наведених у [Кодексі академічної етики](#) та [Положенні про академічну доброчесність здобувачів вищої освіти та науково-педагогічних, наукових і педагогічних працівників Закладу вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»](#).
- порушення принципів академічної доброчесності тягне за собою цивільно-правову та дисциплінарну відповідальність, передбачену чинним законодавством та наведеним вище положенням;
- Університет визнає важливість різноманітності студентського контингенту і прагне до створення комфортного інклюзивного та справедливого середовища для навчання різних категорій здобувачів. Будь-яка поведінка (включно з переслідуваннями, сексуальними домаганнями, дискримінацією, розпалюванням ворожнечі), яка загрожує цій атмосфері, не допускається. Інформація про прояви такої поведінки учасниками освітнього процесу під час занять має бути негайно доведена до викладача навчальної дисципліни чи адміністрації Університету.

6.5. Політика оскарження результатів підсумкового контролю

Порядок оскарження результатів підсумкового контролю (кредитний модуль чи атестація) регулюється розділом 6 [Положення про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у Закладі вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»](#).

6.6. Політика комунікацій

Комунікації з викладачем:

- усі обов'язкові для виконання завдання з навчальної дисципліни, рекомендації до їх виконання, максимальна кількість балів та дедлайни викладені у розділі «Завдання» відповідного

навчального курсу у Classroom;

- усі важливі повідомлення для здобувачів викладач розміщує у розділі «Стрічка» відповідного навчального курсу у Classroom;
- усі виконані завдання здобувач повинен завантажувати для перевірки до навчального курсу у Classroom;
- викладач перевіряє виконане здобувачем завдання протягом наступних трьох робочих днів після завантаження роботи та виставляє отриману оцінку до електронного журналу навчального курсу у Classroom;
- при проведенні заняття у форматі відеоконференцій камери здобувачів мають бути ввімкнені протягом усього заняття;
- індивідуальні консультації викладач надає здобувачам офлайн у приміщенні та за графіком, визначеними у силабусі, або онлайн у віртуальному офісі за визначеним графіком.

Силабус навчальної дисципліни складено доцентом кафедри психології та суспільно-гуманітарних наук, кандидатом наук з державного управління, доцентом, Данилою БЕРЕЗОВСЬКИМ та доцентом кафедри психології та суспільно-гуманітарних наук, кандидатом психологічних наук, доцентом Максимом МОСКАЛЬОВИМ.

«Погоджено»

Гарант освітньої програми

доктор психол. наук, Ксенія АНДРОСОВИЧ

(підпис)

Ухвалено рішенням кафедри психології та суспільно-гуманітарних наук (протокол №7 від 10 січня 2025 року).

Завідувачка кафедри

доктор психол. наук, Ксенія АНДРОСОВИЧ

(підпис)