

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПВНЗ «МІЖНАРОДНИЙ ЕКОНОМІКО-ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ АКАДЕМІКА СТЕПАНА ДЕМ'ЯНЧУКА»**

**ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ ТА ЗАЛЕЖНИХ
СТАНІВ**

для студентів

Освітньої програми:
Рівня вищої освіти:
на здобуття освітнього ступеню:
за спеціальністю:
галузі знань:

Психологія
другого (магістерського)
магістра
053 Психологія
05 Соціальні та поведінкові науки

Рівне – 2020

Робоча програма: «Психологія кризових та залежних станів»
галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія

27 серпня 2020 р. ____ с.

Розробник: ст.в. Дерев'яно Н.З.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології

Протокол від 27 серпня 2020 р. № 1

Завідувач кафедри _____ доц. Михальчук Ю.О.
(підпис)

Схвалено навчально-методичною комісією педагогічного факультету

Протокол від «27» 08 2020 року № 1

Голова _____ доц. Хом'як О.А.
(підпис)

Гарант освітньо-професійної програми «Психологія» зі спеціальності 053 Психологія у галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки рівня вищої освіти першого (бакалаврського)

доц. Мороз О. І. _____
(підпис)

© _____, 2020

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Рівень вищої освіти, Галузь знань, спеціальність	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5 / 5 Загальна кількість годин (денна/заочна форми навчання) – 150/150 Кількість змістових модулів – 1	Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки Спеціальність: 053 Психологія Рівень вищої освіти: другий (магістерський)	Вибіркова	
		Рік підготовки:	
		1-й	1-й
		Семестр	
		2-й	2-й
		Лекції	
		год. 26	год.10
		Практичні, семінарські	
		год. 24	год.8
		Самостійна робота	
		год. 100	132 год.
		Індивідуальні завдання:	
		Вид контролю 2-й семестр: екзамен	

2. Мета та завдання курсу

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія кризових та залежних станів» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 053 Психологія за освітньо-професійною програмою Психологія.

Мета: забезпечити професійну компетентність практичних психологів та сприяти набуттю професійної компетентності на основі оволодіння методами психологічного супроводу особистості в кризових станах і розкрити індивідуальні та групові форми психологічної допомоги.

Завдання: ознайомити з основними теоретичними аспектами формування та розвитку кризових та залежних станів; озброїти навичками застосовування знань про кризові та залежні стани у ситуаціях консультування, формувати вміння надавати психологічну допомогу особам, які переживають кризові та залежні стани.

Під час лекційних та практичних занять, індивідуальної навчально-дослідницької та самостійної роботи студенти, майбутні психологи підсилюють **такі програмні компетентності: ЗК (загальні компетентності), СК (спеціальні, фахові, предметні компетентності).**

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії

ЗК10. Здатність реалізувати свої права і 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;

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову)

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики

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

СК12. Здійснювати практичну діяльність на волонтерських засадах.

Результати навчання за дисципліною

Опанувавши дисципліну, студенти повинні мати такі **програмні результати навчання:**

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку

- ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога
- ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.
- ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії
- ПР19. Виявляти готовність до соціального служіння та соціальної відповідальності, роботі на волонтерських засадах.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Психологічне консультування та кризові стани особистості

Тема 1. Поняття кризи. Динаміка кризи. Причини кризи. Психологічні особливості кризи. Переживання кризи. Сучасні теорії кризи (Л. Ліндемманн, Г. Сельє, Е. Еріксон, Д. Канлан, П. Левін). Поняття кризи, кризового стану, травми, дистресу, фрустрації, конфлікту. Сучасне уявлення про значущість кризових станів для особистості. Психологія життєвих криз.

Література: основна [1, 2, 6,10, 16] допоміжна [1]

Тема 2. Загальна типологія кризових станів. Окремі типології кризових станів. Кризові стани за П.П. Горностаєм. Кризи особистісного розвитку.

Література: основна [7, 8, 12, 14, 15] допоміжна [7]

Тема 3. Вік як причина життєвої кризи. Поняття про вікові кризи та періодизацію вікового розвитку. Вікові кризи дитинства. Вікові кризи дорослішання та дорослості. Специфіка вікових криз. Екзистенційні кризи: діагностика, зчитування тілесної інформації, особливості терапії. Нормальне і патологічне протікання «внутрішніх» криз.

Література: основна [3, 4, 5, 9, 11, 17] допоміжна [2,4]

Тема 4. Втрата як причина життєвої кризи. Горе як реакція людини на втрату. Нормальна і патологічна робота горя. Стадії роботи горя. Психологічні процеси при втраті. Основні етапи психотерапії горя. Особливості встановлення контакту. Діагностика стану. Робота з провинною, агресією, аутоагресією, травматичними спогадами. Робота з розділення з померлим. Психологічна допомога термінальним хворим. Сімейні кризи. Хвороба як втрата здоров'я. Професійна криза. Тюремна криза.

Література: основна [4, 13, 14] допоміжна [5,6]

Тема 5. Психологія залежних станів. Хімічні види залежності. Нехімічні види залежності. Психологічна допомога співзажежним.

Література: основна [6, 7, 8, 10, 12, 15] допоміжна [2,3]

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	денна форма		Заочна форма	
	усь	у тому числі	усь	у тому числі

	ого	л	п	л а б	інд	с.р.	го	л	п	л а б	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1. Психологічне консультування та кризові стани особистості												
Тема 1. Поняття, причини та особливості переживання кризових станів у житті людини	30	4	4			20	30	2	2			26
Тема 2. Типологія кризових станів	30	4	4			20	30	2				26
Тема 3. Вік як причина життєвої кризи	30	6	4			20	30	2	2			26
Тема 4. Втрата як причина життєвої кризи	30	6	6			20	30	2	2			26
Тема 5. Психологія залежних станів.	30	6	6			20	30	2	2			28
Разом за змістовим модулем 1	150	26	24			100	150	10	8			132

5.Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття, причини та особливості переживання кризових станів у житті людини	4/2
2	Типологія кризових станів	4/-
3	Вік як причина життєвої кризи	4/2
4	Втрата як причина життєвої кризи	6/2
5	Психологія залежних станів.	6/2
	Разом	26/8

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Типи ставлення людини до кризової ситуації	4
2	Стадії кризи та можливості індивідуального контролю.	6
3	Техніки життя у складних умовах.	6
4	Форми та способи опанування життєвої кризи	6
5	Криза новонародженості. Криза першого та третього років життя	6
6	Криза 6-ти років	6
7	Підліткова криза	6
8	Криза юнацького віку	6

9	Криза середнього віку	6
10	Криза людей похилого віку	6
11	Криза вмирання: психологічна готовність до завершення життя.	6
12	«Кризи здоров'я» та особливості психологічної допомоги	6
13	Переживання термінально хворого та його родичів	6
14	Тяжка втрата: як завершити роботу горя	6
15	Види професійних криз	6
16	Психологічний вихід із професійних криз	6
17	Психологія залежних станів.	6
Разом		100

7. Завдання для опрацювання тем дисципліни

Назва теми	Зміст завдання для відпрацювання пропущених занять і невиконаних завдань	Форми контролю	Література	Кількість балів
Змістовий модуль 1. Психологічне консультування та кризові стани особистості				
Тема 1. Поняття, причини та особливості переживання кризових станів у житті людини	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів, реферат «Криза як зміна життя»	основна [1, 2, 6, 10, 16] допоміжна [1]	12
Тема 2. Типологія кризових станів	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів, опрацювання методики «Самооцінка емоційних станів» А. Уесман, Д.Рікс	основна [7, 8, 12, 14, 15] допоміжна [7]	12
Тема 3. Вік як причина життєвої кризи	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття;	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів, опрацювання	основна [3, 4, 5, 9, 11, 17] допоміжна [2, 4]	12

		методики «Особистісна шкала проявів тривоги» Дж.Тейлора; дати характеристику власному віковому періоду із зазначенням кризових моментів. психологічні есе на тему: «Моя підліткова криза – яка вона?», «Вік 40- ка років як причина кризи для жінки»;		
Тема 4. Втрата як причина життєвої кризи	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття, опрацювання методики;	Експрес опитування, складання термінологічно го словника, підгот овка тестів, Реферат / презентація «Робота горя», схарактеризува ти (письмово) 3-5 видів утрат та зазначити основні шляхи виходу з них	основна [4, 13, 14] допоміжна [5,6]	12
Тема 5. Психологія залежних станів.	Вивчення лекційн ого матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічно го словника, підгот овка тестів, психологічне есе на тему: «Психологічни й вихід стану хімічної	основна [6, 7, 8, 10, 12, 15] допоміжна [2,3]	12

		залежності», підготовка тренінгового заняття по роботі із кризовими станами клієнтів		
--	--	---	--	--

8. Індивідуальні завдання

1) підготовки тренінгової програми (3-4 тренінгові заняття) по роботі із кризовим станом людини.

9. Методи навчання

I. Організація, самоорганізація та здійснення навчально-пізнавальної діяльності за джерелом передання і сприймання навчальної інформації: словесні (розповідь, бесіда, лекція, пояснення, інструктаж) і практичні (вправи, алгоритмізація, практична робота, активне соціально-психологічне навчання);

за ступенем самостійності мислення студентів: репродуктивні і творчі методи;

за логікою передання і сприймання навчальної інформації: індуктивні (узагальнення), дедуктивні(конкретизація), аналітичні, синтетичні – навчальний аналіз, синтез, установлення причинно-наслідкових зв'язків;

за ступенем керівництва навчальною роботою студентів: самостійна робота студентів, робота з книгою.

II. Стимулювання та мотивація навчально-пізнавальної діяльності

Дидактичні (ділові, ситуативно-рольові та ін.) ігри, навчальні дискусії, інтерактивні методи навчання

III. Контроль і самоконтроль, аналіз та оцінювання результатів навчання

Індивідуальне і фронтальне опитування, письмові контрольні роботи

10. Методи контролю

- Поточне тестування.
- Перевірка завдань самостійної роботи.
- Перевірка індивідуальної роботи.
- Поточний контроль.
- Семестрова форма контролю.

11. Питання до заліку з курсу

1. Поняття кризи
2. Динаміка кризи
3. Причини кризи
4. Психологічні особливості кризи
5. Переживання кризи
6. Криза новонародженості. Криза першого та третього років життя
7. Криза 6-ти років
8. Підліткова криза
9. Криза юнацького віку
10. Криза середнього віку
11. Криза людей похилого віку

12. Криза вмирання: психологічна готовність до завершення життя.
13. Переживання термінально хворого та його психологічний супровід.
14. Підтримка рідних і близьких людини, що помирає.
15. Тяжка втрата: як завершити роботу горя.
16. Загальна типологія кризових станів
17. Окремі типології кризових станів
18. Кризові стани за П.П. Горностаєм
19. Стратегії психосоціальної допомоги
20. Дослідження кризових станів
21. Принцип супроводу як основа психосоціальної допомоги кризовій особистості
22. Кризова інтервенція
23. Психологічний дебрифінг як форма кризової інтервенції
24. Подолання як модель вирішення проблем
25. Втрата як причина життєвої кризи.
26. Горе як реакція людини на втрату.
27. Сімейні кризи.
28. Хвороба як втрата здоров'я.
29. Професійна криза.
30. Тюремна криза.
31. Психологія залежних станів.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування, робота на практичних заняттях, самостійна, інд.робота					Підсумковий контроль	Сума
Змістовий модуль №1						40
T1	T2	T3	T4	T5		
12	12	12	12	12		

T1, T2 ... T12 – теми змістових модулів.

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
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

13.Методичне забезпечення

1. Підручники.
2. Роздатковий матеріал. Психодіагностичні методики
3. Мультимедійні засоби. Презентації.

14. Рекомендована література

Основна

1. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості : навч. посіб. / І.С. Булах. – Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. – С. 8-35.
2. Дальке Р. Кризис как шанс начать жизнь лучше / Р. Дальке; пер. с нем.; [под ред. Т.В. Гариной]. – СПб. : ИГ «Весь», 2006. – 256 с.
3. Косякова О.О. Возрастные кризисы : учеб. пособ. / О.О. Косякова. – Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 224 с.
4. Максименко С.Д. Психологічна допомога тяжким соматично хворим : навч. посіб. / С.Д. Максименко, Н.Ф. Шевченко. – К. : Ін-т психології імені Г.С. Костюка; Ніжин : Міланік, 2007. – 115 с.
5. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы : справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2005.
6. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2006. – С. 776-795.
7. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь близким / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2009. – 192 с.
8. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А.А. Осипова. – [2-е изд.]. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – С. 3- 19.
9. Простакова Т.М. Кризис подросткового возраста / Т.М. Простакова. – Ростов н/Д : Феникс, 2009. – 244 с.
10. Ромек В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. – СПб. : Речь, 2007. – С. 24-31.
11. Савчин М.В. Вікова психологія : навч. посіб. / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. – К. : Академвидав, 2005. – 360 с.
12. Соціально-психологічна профілактика стресів та стресових розладів учнів та студентів : навч. посіб. / [за ред. В.Г. Панка, І.І. Цушка]. - К. : Ніка-Центр, 2007. – 164 с.
13. Титаренко Т. Життєві кризи : технологія консультування / Тетяна Титаренко. – К. : Главник, 2007. – С. 89-93, 116-120. – Психологічний інструментарій.
14. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості : у межах і за межами буденності / Т.М. Титаренко. – К. : Либідь, 2003. – 376 с.
15. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / І.О. Черезова. – Бердянськ, БДПУ, 2016. – 193 с.
16. Черній А., Колодич О. Інклюзивна освіта. Практикум : навчальний посібник / А. Черній, О. Колодич. – Рівне : РОППО, 2020. – 180 с.
17. Шапарь В.Б. Психология кризисных ситуаций / В.Б. Шапарь. – [2-е изд.]. – Ростов н/Д : Феникс, 2009. – 452 с.
18. Швалб Ю.М. Возрастная психология : учеб. пособ./ Ю.М. Швалб, И.Ф. Муханова. – Донецк : Норд-Пресс, 2005. – 303 с.

Допоміжна

1. Бочелюк В.Й. Психологія людини з обмеженими можливостями / В.Й. Бочелюк, А.В. Турубарова. – К. : Центр учбової літератури, 2011. – 264 с.
2. Бочелюк В.Й. Юридична психологія / В.Й. Бочелюк. – К. : Центр учбової літератури, 2010. – 336 с.
3. Бочелюк В.Й. Кримінально-виконавча психологія / В.Й. Бочелюк, Т.А. Денисова. – К. : Істина, 2008. – 328 с.
4. Гаврілець І.Г. Психофізіологія людини в екстремальних ситуаціях : навч. посіб. / І.Г. Гаврілець. – К. : ЗАТ «Віпол», 2006. – С. 76-85.
5. Дворкин А.Л. Как не попасть в секту / А.Л. Дворкин. – Запорожье : Диалог, 2002. – 40 с.
6. Запобігання торгівлі жінками : посіб. [для вчителів] / [Горбунова О.Г., Левченко К.Б., Савич Л.Л. та ін.]; за ред. К.Б. Левченко, О.А. Удалової. – Харків : Видавництво ун-ту внутрішніх справ, 2000. – 184 с.
7. Петров И.Н. Семейные кризисы : правила компромиссов / И.Н. Петров. – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 189 с.

15. Інформаційні ресурси

1. <https://www.megu.edu.ua/uk/biblioteka/osvitni-portaly/>
2. <http://extrpsy.nuczu.edu.ua/book2>
3. <http://msvitu.com/archive/2011/may/article-5.php>
4. <http://www.info-library.com.ua/books-text-4956.html>