

Київський університет імені Бориса Грінченка
Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Кафедра психології особистості та соціальних практик

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з науково-методичної та
навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

« _____ » 2023 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ З ПРАКТИКУМОМ. ЖИТТЄВІ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ»

для студентів

спеціальності 053 Психологія

другого (магістерського) рівня вищої освіти

освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія



Київ – 2023

Київський університет імені Бориса Грінченка
 Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
 Кафедра психології особистості та соціальних практик

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
 Проректор з науково-методичної та
 навчальної роботи
 Олександр ЖИЛЬЦОВ 
 « 09 » « 09 » 20 22 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Кризова психологія з практикумом. Життєві кризи особистості»

для студентів

спеціальності 053 Психологія

освітнього рівня другого (магістерського)

освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА	
Ідентифікаційний код 02136554	
Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма №	0434/22
	
(підпис)	(прізвище, ім'я, по-батькові)
«	20 22 р.

Київ – 2022

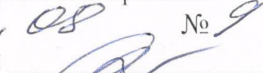
Розробник:

Столярчук Олеся Анатоліївна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик


Викладач:

Столярчук Олеся Анатоліївна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик

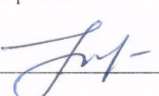
Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри психології особистості та соціальних практик

Протокол від 29.08 № 9
Завідувач кафедри  (Оксана СЕРГІЄНKOBA)


Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми (керівником освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія)

29.08.2022 р.
Керівник освітньої програми  (Олеся СТОЛЯРЧУК)

Робочу програму перевірено

01.09.2022 р.
Заступник декана  (Роман ПАВЛЮК)

Пролонговано:

на 29/2021 н.р.  (Сергеєнкова О.П.), «29» 08 2021 р., протокол № 8
на 20__/20__ н.р. _____ (Сергеєнкова О.П.), «__»__ 20__ р., протокол № __
на 20__/20__ н.р. _____ (Сергеєнкова О.П.), «__»__ 20__ р., протокол № __
на 20__/20__ н.р. _____ (Сергеєнкова О.П.), «__»__ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	3/90	
Курс	1	1
Семестр	1	1
Кількість змістових модулів з розподілом:	3	
Обсяг кредитів	3	3
Обсяг годин, в тому числі:	90	90
Аудиторні	24	12
Модульний контроль	6	-
Семестровий контроль	10	-
Самостійна робота	50	78
Форма семестрового контролю	екзамен	екзамен

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни – збагачення та систематизація компетентності студентів в сфері кризової психології, формування їх готовності до надання кваліфікованої психологічної допомоги особистості в кризовій ситуації.

Завдання навчальної дисципліни:

- поглиблення, інтеграція та систематизація знань студентів з проблематики життєвих криз;
- формування діалектичного сприймання кризи як життєвого феномену людини;
- збагачення арсеналу конструктивних копінг-стратегій студентів для успішного подолання життєвих криз,
- формування здатності до виявлення детермінації, ознак і форм переживання кризи особистістю;
- опанування здатності надання кваліфікованої психологічної допомоги особистості, яка перебуває у кризовому стані.

2. Результати навчання за дисципліною

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Кризова психологія з практикумом. Життєві кризи особистості» забезпечує формування таких **загальних та фахових компетентностей:**

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

- ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
- ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
- ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
- СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та/або практики.
- СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.
- СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
- СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.
- СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.
- СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.
- СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.
- СК12. Здатність розробляти та застосовувати превентивні та корекційні програми збереження психологічного здоров'я людини.
- СК13. Здатність до рефлексії та супервізії власної фахової діяльності.
- СК14. Здатність активізувати психосоматичні ресурси особистості для її ефективного функціонування в екстремальних і кризових ситуаціях.
- СК15. Здатність вибудовувати передбачувану тактику профілактики дистресу чи кризового стану людини.

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Кризова психологія з практикумом. Життєві кризи особистості» забезпечує оволодіння такими **програмними результатами навчання**:

- ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
- ПР3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки.
- ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
- ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

- ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
- ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.
- ПР16. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєстійкості.

3. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					Самостійна
		Аудиторна:					
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1. Криза як життєвий феномен особистості							
Тема 1. Життєва криза особистості	2	2					
Тема 2. Кризові ситуації та способи реагування особистості	16		2	4			10
Модульний контроль	2						
Разом	20	2	2	4			10
Змістовий модуль 2. Детермінація життєвих криз							
Тема 3. Вік як детермінанта життєвих криз	14		2	2			10
Тема 4. Втрата як причина особистісної кризи	17	2					15
Тема 5. Травма як чинник життєвої кризи	2			2			
Модульний контроль	2						
Разом	25	2	2	4			25
Змістовий модуль 3. Психологічний зміст криз професійного становлення особистості							
Тема 6. Характеристика криз професійного становлення	19	2		2			15
Тема 7. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку	4		2	2			
Модульний контроль	2						
Разом	25	2	2	4			15
Підготовка та проходження контрольних заходів	10						
Усього	90	6	6	12			50

Тематичний план для заочної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Ус	Розподіл годин між видами робіт				
		Аудиторна:				
		С	а	М	о	

		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1. Криза як життєвий феномен особистості							
Тема 1. Життєва криза особистості	2	2					
Тема 2. Кризові ситуації та способи реагування особистості	15			2			13
Разом	17	2		2			13
Змістовий модуль 2. Детермінація життєвих криз							
Тема 3. Вік як детермінанта життєвих криз	15			2			13
Тема 4. Втрата як причина особистісної кризи	15	2					13
Тема 5. Травма як чинник життєвої кризи	13						13
Разом	43	2		2			39
Змістовий модуль 3. Психологічний зміст криз професійного становлення особистості							
Тема 6. Характеристика криз професійного становлення	15			2			13
Тема 7. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку	15		2				13
Разом	30		2	2			26
Підготовка та проходження контрольних заходів							
Усього	90	4	2	6			78

4. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Криза як життєвий феномен особистості

Лекція 1. Життєва криза особистості (2 год.)

Кризова психологія як галузь професійної діяльності. Поняття про життєву кризу, її функції. Характеристика різновидів життєвих криз: альтернативні класифікації. Симптоматика та динаміка переживання особистістю кризи. Типи переживання особистістю кризи.

Основні поняття теми:

Кризова психологія, криза, життєва криза, кризова ситуація, картограма кризи.

Семінар 1. Кризові ситуації та типові способи реагування особистості.

Практичне заняття 1. Криза як життєве випробування особистості.

Практичне заняття 2. Копінг як опанувальна поведінка особистості в умовах кризи.

Змістовий модуль 2.

Детермінація життєвих криз

Лекція 2. Втрата як причина особистісної кризи (2 год.)

Втрата як детермінанта кризи особистості. Диференціація особистісних втрат. Поняття про психічну втрату. Переживання особистістю кризових станів в умовах війни. Хвороба як причина особистісної кризи. Втрата сімейного благополуччя як чинник переживання життєвої кризи.

Основні поняття теми:

Психічна втрата, внутрішня картина хвороби, психосоматична картина кризової особистості, сімейна криза.

Семінар 2. Вік як детермінанта життєвих криз.

Практичне заняття 3. Травма як чинник життєвої кризи.

Практичне заняття 4. Рефлексивно-проектувальні практики роботи з особистістю в кризовому стані.

Змістовий модуль 3.

Психологічний зміст криз професійного становлення особистості

Лекція 3. Характеристика криз професійного становлення (2 год.)

Поняття про кризи професійного розвитку, їх функції та динаміка. Детермінація криз професійного розвитку в умовах війни. Нормативні та ненормативні кризи фахового розвитку. Кризи професійної підготовки. Характеристика типових криз професійного розвитку особистості. Профілактика та корекція криз професійного розвитку.

Основні поняття теми:

Криза професійного становлення, криза професійних експектацій, криза професійного зростання, криза фахової кар'єри, криза професійної самоактуалізації, криза втрати професійної діяльності.

Семінар 3. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку.

Практичне заняття 5. Професійне вигорання особистості.

Практичне заняття 6. Переживання кризи особистістю, яка втратила роботу.

5. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів денної форми навчання

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	1	1	1	1	1	1
Відвідування семінарських занять	1	1	1	1	1	1	1
Відвідування практичних занять	1	2	2	2	2	2	2
Робота на семінарському занятті	10	1	10	1	10	1	10
Робота на практичному занятті	10	2	20	2	20	2	20
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	2	10	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25
Разом			64		69		64
Максимальна кількість балів: 197							
Розрахунок коефіцієнта: $197 : 100 = 2$							

Система оцінювання навчальних досягнень студентів заочної форми навчання

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	1	1	1	1	-	-
Відвідування семінарських занять	1	-	-	-	-	1	1
Відвідування практичних занять	1	1	1	1	1	1	1
Робота на семінарському занятті	10	-	-	-	-	1	10

Робота на практичному занятті	10	1	10	1	10	1	10
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	3	15	2	10
Разом			17		27		32
Максимальна кількість балів: 76							
Розрахунок коефіцієнта: $100 : 76 = 1,32$							

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Таблиця 6.2.1

Карта самостійної роботи студента денної форми навчання

№ з/п	Назва теми/завдання	Кількість годин	Бали
Змістовий модуль 1. Криза як життєвий феномен особистості			
1	Тема 2. Кризові ситуації та способи реагування особистості Завдання: Визначити, які копінг-стратегії використовував Форрест Гамп у кризових життєвих ситуаціях (цькування ровесниками, війна у В'єтнамі, смерть друга, мами, дружини), спираючись на перегляд кінофільму «Форрест Гамп».	10	5
Змістовий модуль 2. Детермінація життєвих криз			
2	Тема 3. Вік як детермінанта життєвих криз Завдання: Проаналізувати власний досвід переживання вікової кризи, надавши її опис та створивши картограму.	10	5
3	Тема 4. Втрата як причина особистісної кризи Завдання: Передивившись мультфільм «Жив-був пес», визначити, який персонаж переживав кризу, створити картограму її переживання.	15	5
Змістовий модуль 3. Психологічний зміст криз професійного становлення особистості			
4	Тема 6. Характеристика криз професійного становлення Завдання: Опрацювавши теоретичний матеріал, здійснити опис криз професійного становлення психолога, зазначивши причини, симптоми та профілактичні заходи переживання цих криз	15	5
Разом		50	20

Таблиця 6.2.2

Карта самостійної роботи студента
заочної форми навчання

№ з/п	Назва теми/завдання	Кількість годин	Бали
Змістовий модуль 1. Криза як життєвий феномен особистості			
1	Тема 2. Кризові ситуації та способи реагування особистості Завдання: Визначити, які копінг-стратегії використовував Форрест Гамп у кризових життєвих ситуаціях (цькування ровесниками, війна у В'єтнамі, смерть друга, мами, дружини), спираючись на перегляд кінофільму «Форрест Гамп».	13 1	5
Змістовий модуль 2. Детермінація життєвих криз			
2	Тема 3. Вік як детермінанта життєвих криз Завдання: Проаналізувати власний досвід переживання вікової кризи, надавши її опис та створивши картограму.	13	5
3	Тема 4. Втрата як причина особистісної кризи Завдання: Передивившись мультфільм «Жив-був пес», визначити, який персонаж переживав кризу, створити картограму її переживання.	13	5
4	Тема 5. Травма як чинник життєвої кризи Завдання: Ідентифікувати тип психотравми за поданим у психологічній ситуації описом.	13	5
Змістовий модуль 3. Психологічний зміст криз професійного становлення особистості			
5	Тема 6. Характеристика криз професійного становлення Завдання: Опрацювавши теоретичний матеріал, здійснити опис криз професійного становлення психолога, зазначивши причини, симптоми та профілактичні заходи переживання цих криз.	13	5
6	Тема 7. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку Завдання: Опрацювавши теоретичний матеріал за темою, розв'язати 2 психологічні задачі, надавши у відповіді повну, розгорнуту аргументацію	13	5
Разом		78	30

Критерії оцінювання самостійних робіт

Самостійні роботи виконуються у ЕНК «Кризова психологія з практикумом, 5 курс, ЕКПС, денна».

Максимальна оцінка за кожну роботу – 5 балів.

Критерії оцінювання самостійної роботи:

Відповідність меті та змісту завдань роботи, повнота, логічність, послідовність	2
Відсутність помилок	1
Обсяг виконання завдань роботи	1
Оформлення роботи (порядок оформлення, технічна компетентність у оформленні матеріалів тощо)	1
Всього	5 балів

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульні контрольні роботи виконуються у вигляді тестування в ЕНК «Кризова психологія з практикумом, 5 курс, ЕКПС, денна».

Кожна модульна контрольна робота (n=3) складається із питань закритого типу: 8 простих питань, 8 питань середнього рівня складності та 9 складних питань. Загальна кількість питань – 25. Кожна правильна відповідь оцінюється у 1 бал (виставляється автоматично програмою ADTester у електронному курсі). Максимальна кількість балів – 25.

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.

Семестровий контроль проводиться у вигляді письмового екзамену у форматі тестування в ЕНК «Кризова психологія з практикумом, 5 курс, ЕКПС, денна». Підсумковий тест включає випадкові питання різного рівня складності за всіма змістовими модулями: «Життєві кризи особистості» - 13 питань, «Суїцидологія» - 13 питань та «Психосоматичні ресурси особистості» - 14 питань). Загальний розподіл у питань у підсумковому тесті такий:

- 13 питань **рівня А** (прості питання);
- 13 питань **рівня Б** (питання середнього рівня складності);
- 14 питань **рівня В** (складні, пошукові питання).

У підсумковому контролі використовуються такі види тестових завдань:

- з вибором відповіді «Так / Ні»,
- з вибором однієї правильної відповіді,
- з вибором двох або трьох правильних відповідей,
- на встановлення відповідності запропонованих наборів тверджень,
- на встановлення послідовності.

Кожна правильна відповідь оцінюється у 1 бал (виставляється автоматично програмою ADTester у електронному курсі). Оцінка за підсумковий тест може складати від 0 (min) балів до 40 (max) балів. Надається лише одна спроба для проходження тесту.

6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

1. Кризова психологія як наукова галузь, її предмет, категорії і завдання.
2. Поняття кризи та кризової ситуації.
3. Поняття біографічної кризи, її види.
4. Типові симптоми життєвої кризи.

5. Динаміка переживання кризи особистістю.
6. Характеристика типів ставлення особистості до кризи.
7. Типи реакцій людини на переживання життєвої кризи.
8. Зміст картограми життєвої кризи.
9. Поняття про копінг, його функції та класифікація.
10. Поняття про вікові кризи, їх призначення та типові симптоми.
11. Характеристика нормативних криз епохи дитинства.
12. Характеристика нормативних криз підліткового та юнацького віку.
13. Характеристика нормативних криз епохи дорослості.
14. Види втрат за ознакою детермінації та змісту.
15. Поняття про психічну втрату та травматичну кризу.
16. Переживання особистістю кризових станів в умовах війни.
17. Передумови та симптоми сімейної кризи.
18. Характеристика нормативних сімейних криз.
19. Характеристика ненормативних сімейних криз.
20. Зміст психологічної допомоги особистості, яка переживає кризу втрати сімейного благополуччя.
21. Хвороба як причина особистісної кризи.
22. Психологічна допомога особистості, яка переживає кризу втрати здоров'я.
23. Поняття про кризи професійного розвитку особистості.
24. Характеристика нормативних криз професійного розвитку.
25. Характеристика ненормативних криз професійного розвитку.
26. Характеристика стратегій переживання особистістю криз професійного розвитку.
27. Феномен професійного вигорання, його причини та симптоми.
28. Зміст психологічної допомоги особистості, яка переживає професійне вигорання.
29. Характеристика кризи втрати роботи.
30. Зміст психологічної допомоги особистості, яка переживає кризу втрати роботи.

6.6. Шкала відповідності оцінок

Рейтингова оцінка	Оцінка за 100-бальною шкалою	Значення оцінки
A	90-100 балів	Відмінно – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з, можливими, незначними недоліками
B	82-89 балів	Дуже добре – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75-81 балів	Добре – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок

D	69-74 балів	Задовільно – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо – мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
FX	35-59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання – незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1-34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

**7. Навчально-методична картка дисципліни «Життєві кризи особистості»
для спеціальності 053 Психологія, освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія
денної форми навчання**

Разом: 90 год., лекції – 6 год., семінари – 6 год., практичні заняття – 12 год., модульний контроль – 6 год., самостійна робота – 60 год.

Модулі	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3
Назва модуля	Криза як життєвий феномен особистості	Детермінація життєвих криз	Психологічний зміст криз професійного становлення особистості
Кіль-сть балів	64 бали	69 балів	64 бали
Теми лекцій	1. Життєва криза особистості – 1 бал.	2. Втрата як причина особистісної кризи – 1 бал.	3. Характеристика криз професійного становлення – 1 бал.
Кіль-сть балів	1 бал	1 бал	1 бал
Теми семінарів	1. Кризові ситуації та типові способи реагування особистості – 11 балів.	2. Вік як детермінанта життєвих криз – 11 балів.	3. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку – 11 балів.
Кіль-сть балів	11 балів	11 балів	11 балів
Теми практичних занять	1. Криза як життєве випробування особистості – 11 балів. 2. Копінг як опанувальна поведінка особистості під час кризи – 11 балів.	3. Травма як чинник життєвої кризи – 11 балів. 4. Рефлексивно-проектувальні практики роботи з особистістю в кризовому стані – 11 балів.	5. Професійне вигорання особистості – 11 балів. 6. Переживання кризи особистістю, яка втратила роботу – 11 балів.
Кіль-сть балів	22 бали	22 бали	22 бали
Самостійна робота	1. Копінг-стратегії – 5 балів.	2. Аналіз вікової кризи – 5 балів. 3. Картограма кризи – 5 балів.	4. Опис криз професійного становлення психолога – 5 балів
Кіль-сть балів	5 балів	10 балів	5 балів
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів
Рейтингові бали	Загальна кількість балів – 197 Коефіцієнт для переведення у 100-бальну шкалу – 1,97		
Підсумковий контроль	-		

**Навчально-методична картка дисципліни «Життєві кризи особистості»
для спеціальності 053 Психологія, освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія
заочної форми навчання**

Разом: 90 год., лекції – 4 год., семінари – 2 год., практичні заняття – 6 год., самостійна робота – 78 год.

Модулі	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3
Назва модуля	Криза як життєвий феномен особистості	Детермінація життєвих криз	Психологічний зміст криз професійного становлення особистості
Кіль-сть балів	17 балів	27 балів	32 бали
Теми лекцій	1. Життєва криза особистості – 1 бал.	2. Втрата як причина особистісної кризи – 1 бал.	
Кіль-сть балів	1 бал	1 бал	-
Теми семінарів			1. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку – 11 балів.
Кіль-сть балів	-	-	11 балів
Теми практичних занять	1. Копінг як опанувальна поведінка особистості під час кризи – 11 балів.	2. Травма як чинник життєвої кризи – 11 балів.	3. Професійне вигорання особистості – 11 балів.
Кіль-сть балів	11 балів	11 балів	11 балів
Самостійна робота	1. Копінг-стратегії – 5 балів.	2. Аналіз вікової кризи – 5 балів. 3. Картограма кризи – 5 балів. 4. Ідентифікація типу психотравми – 5 балів	5. Опис криз професійного становлення психолога – 5 балів 6. Розв'язування психологічних задач – 5 балів.
Кіль-сть балів	5 балів	15 балів	10 балів
Рейтингові бали	Загальна кількість балів – 76 Коефіцієнт для переведення у 100-бальну шкалу – 1,32		
Підсумковий контроль	-		

8. Рекомендовані джерела

Основна література:

1. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості: навч. посіб. – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 110 с.
2. Кризова психологія: навч. посіб. /За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
3. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування: навч. посіб.: У 2-х ч. / Тетяна Титаренко. Київ: Главник, 2007. Ч. 2. 176 с.

Додаткова література:

1. Байер О.О. Життєві кризи особистості: навч. посіб. Дніпро: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 244 с.
2. Зливков В.Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л. Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
3. Євдокимова Н.О. Дорога змін: ефективне спілкування у кризових умовах життя: посібник з психології для чайників / Н.О.Євдокимова, В.Л.Зливков, С.О. Лукомська. Миколаїв: Іліон, 2016. 182 с.
4. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію. Львів. Видавництво Українського католицького університету. 2014. 120 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
6. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
7. Поліщук В.М. Від кризи 7 років до кризи входження в дорослість: монографія. Суми: Університетська книга. 2019. 142 с.
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: ТОВ «Видавництво «Логос», 2014. 207 с.
9. Психосоціальна підтримка в кризовій ситуації: методичний посібник для педагогів / С. Богданов, О. Залеська. Київ: Пульсари. 2018. 76 с.

9. Додаткові ресурси:

1. [Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека](#)
2. [Психологічна кризова служба України](#)
3. Olesia Stoliarchuk, Natalia Prorok, Oksana Serhieienkova, Svitlana Khrypko, Mariia Sychynska, Olena Lobanchuk (2022). [Real and Virtual Space of Life Activities of Ukrainian Adolescents in War Conditions](#). International Journal of Computer Science and Network Security, VOL.22 No.6, June 2022.
4. Столярчук О. А. [Зміст і детермінанти переживання студентською молоддю кризи втрати почуття безпеки](#). Науковий вісник

*Ужгородського національного університету. Серія Психологія. 2023.
(1). С. 78-82.*