

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

Навчально-науковий інститут оперативно-рятувальних сил

Кафедра психології діяльності в особливих умовах

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

циклу обов'язкової професійної підготовки

за освітньо-професійною програмою «Екстремальна та кризова психологія»

за другим (магістерським) рівнем вищої освіти

галузі знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
спеціальності С4 Психологія

Рекомендовано кафедрою психології
діяльності в особливих умовах
на 2025-2026 навчальний рік.

Протокол від _____ 2025 №__

Силабус розроблено відповідно до Робочої програми навчальної дисципліни
«Психологічна допомога в екстремальних та кризових ситуаціях»

2025 рік

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

1. Анотація

Навчальний курс передбачає формування у здобувачів вищої освіти теоретичних знань і практичних умінь, необхідних для надання психологічної допомоги особам, які переживають екстремальні або кризові життєві події. У межах дисципліни розглядаються психологічні механізми реагування людини на стрес, травму, втрату та загрозу життю, сучасні моделі кризової інтервенції, принципи і методи стабілізації психоемоційного стану, відновлення ресурсів і адаптаційного потенціалу особистості. Особлива увага приділяється розвитку професійної рефлексії, етичній відповідальності, навичкам роботи у гострих кризових умовах, а також забезпеченню психологічної безпеки фахівця і клієнта. Вивчення дисципліни сприяє інтеграції теоретичних знань із практичними навичками, формуванню готовності майбутніх психологів до ефективного реагування на кризові ситуації та наданню психологічної підтримки постраждалим у різних контекстах.

2. Інформація про науково-педагогічного працівника

Загальна інформація	Амурова Яна Володимирівна, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах навчально-наукового інституту оперативно-рятувальних сил, доктор філософії з психології
Контактна інформація	м. Черкаси, вул. Онопрієнка, 8, кабінет 213. Номер телефону: 0979788935
E-mail	amurova_yana@nuczu.edu.ua
Наукові інтереси	Глибинна психологія, групова психокорекція, психоаналіз, психологічне консультування, особливості тренінгової роботи, психомалюнок та його використання в психологічній практиці
Професійні здібності	Навички навчання та викладання; організація та проведення наукових досліджень; ведення тренінгових груп та груп глибинної психокорекції за методом АСПП; здійснення психологічного консультування з використанням психомалюнку
Наукова діяльність за освітнім компонентом	Доктор філософії з психології. Автор та співавтор понад 35 наукових публікацій у вітчизняних та міжнародних виданнях.

3. Час та місце проведення занять з дисципліни

Аудиторні заняття з навчальної дисципліни проводяться згідно затвердженого розкладу. Електронний варіант розкладу розміщується на сайті інституту (<http://rozklad.nuczu.edu.ua/time-table/student>). Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру у час, який попередньо погоджується з викладачем.

4. Мета вивчення дисципліни

Полягає у формуванні у здобувачів вищої освіти системних знань про психологічні особливості реагування особистості на екстремальні та кризові події, розвиток умінь надавати ефективну психологічну допомогу постраждалим, здійснювати кризову інтервенцію, стабілізацію емоційного стану та мобілізацію внутрішніх ресурсів людини; а також в оволодінні сучасними підходами, методами та технологіями психологічної підтримки в умовах надзвичайних ситуацій.

5. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Форма здобуття освіти	
	очна (денна, вечірня)	заочна (дистанційна)
Статус дисципліни	Обов'язкова професійна	
Навчальний рік	2025-2026	
Семестр	2	2
Обсяг дисципліни:		
в кредитах ЄКТС	4	4
загальна кількість годин	120	120
кількість модулів	1	1
Розподіл часу за навчальним планом (в годинах):		
лекції	18	6
практичні заняття	22	-
семінарські заняття	-	2
самостійна робота (годин)	80	112
індивідуальні завдання	на вибір	
Форма підсумкового контролю	іспит	

6. Передумови для вивчення дисципліни

Пререквізити: іноземна мова в професійній діяльності, методологія соціально-психологічного тренінгу, діагностика та корекція кризових станів особистості, психологія травми, психологія екстремальних та кризових ситуацій.

Постреквізити: технології соціально-психологічної допомоги в постраждалих спільнотах, переддипломна практика, виконання та захист кваліфікаційної роботи.

7. Результати навчання та компетентності з дисципліни

Відповідно до освітньої програми «Екстремальна та кризова психологія» вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити:

— досягнення здобувачами вищої освіти таких результатів навчання:

Програмні результати навчання	Абревіатура
Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.	РН 5

Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.	РН 6
Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.	РН 9
Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.	РН 11
Надавати оцінку готовності персоналу до дій за призначенням, кваліфіковану психологічну допомогу особистості, групі при кризових та посттравматичних кризових станах, зокрема і з досвідом травматизації внаслідок війни.	РН 12

– формування у здобувачів вищої освіти наступних компетентностей:

Програмні компетентності (загальні та професійні)	Абревіатура
Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).	ЗК 6
Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.	СК 3
Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.	СК 4
Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях	СК 10
Здатність надавати оцінку готовності персоналу до дій за призначенням, використовувати різні моделі психологічної допомоги особистості, групі в екстремальних і кризових ситуаціях та в постекстремальний період, зокрема і з досвідом травматизації внаслідок війни.	СК 11

8. Програма навчальної дисципліни

Теми навчальної дисципліни:

МОДУЛЬ 1. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В КРИЗОВИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

Змістовий модуль 1. Загальні питання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях

Тема №1. Теоретичні аспекти надання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях

Література: [Баз.: 1, 2, 3. Доп.: 1-3, 9, 13]

Тема №2. Особистість психолога, який надає кризову допомогу

Література: [Баз.: 2, 3. Доп.: 1, 2, 6, 8, 13]

Тема №3. Психодіагностика в кризових та екстремальних ситуаціях

Література: [Баз.: 1, 2, 5. Доп.: 1, 2, 5, 7, 10]

Тема №4. Методи психотерапевтичної допомоги особистості в кризових та екстремальних ситуаціях

Література: [Баз.: 2, 6, 7, 8, 9. Доп.: 4, 9, 11, 12, 13]

Змістовий модуль 2. Екстремальні ситуації та екстрена психологічна допомога

Тема №5. Перша психологічна допомога в екстремальній ситуації. Особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах війни

Література: [Баз.: 1, 2, 3, 5. Доп.: 4, 5, 9, 13]

Тема №6. Психологічна допомога дітям із травмівним досвідом

Література: [Баз.: 3, 4, 5. Доп.: 2, 10, 12]

Тема №7. Особливості психологічної допомоги у кризових ситуаціях. Суїцидальна поведінка як форма кризового реагування

Література: [Баз.: 4, 6, 7. Доп.: 2, 4, 11]

Тема №8. Психологічна допомога людині у стані горя. Психологічна допомога жертвам війни

Література: [Баз.: 1, 4, 5, 8, 9. Доп.: 6, 12, 13]

**Підсумкова модульна робота
Іспит**

9. Розподіл дисциплін у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять (очна форма: денна, вечірня)

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин за формами навчання					
	Усього	у тому числі				
		лекції	практ. заняття	семінар. заняття	самостійна робота*	Поточний контроль
МОДУЛЬ 1. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В КРИЗОВИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ						
Змістовий модуль 1. Загальні питання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях						
Тема 1. Теоретичні аспекти надання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	12	2	2	-	8	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 2. Особистість психолога, який надає кризову допомогу	12	2	2	-	8	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 3. Психодіагностика в кризових та екстремальних ситуаціях	12	2	2	-	8	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 4. Методи психотерапевтичної допомоги особистості в кризових та екстремальних ситуаціях	12	2	2	-	8	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Разом за змістовий модуль 1	48	8	8	-	32	-

Змістовий модуль 2. Екстремальні ситуації та екстрена психологічна допомога						
Тема 5. Перша психологічна допомога в екстремальній ситуації. Особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах війни	16	2	2	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 6. Психологічна допомога дітям із травмивним досвідом	16	2	2	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 7. Особливості психологічної допомоги у кризових ситуаціях. Суїцидальна поведінка як форма кризового реагування	16	2	4	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 8. Психологічна допомога людині у стані горя. Психологічна допомога жертвам війни	16	4	4	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
<i>Разом за змістовий модуль 2</i>	70	10	12	-	48	-
Підсумкова модульна робота	2	-	2	-	-	письмові завдання
Іспит	-	-	-	-	-	-
ВСЬОГО	120	18	22	-	80	-

Розподіл дисциплін у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять (заочна форма: дистанційна)

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин за формами навчання					
	Усього	у тому числі				
		лекції	практ. заняття	семінар. заняття	самостійна робота*	Поточний контроль
МОДУЛЬ 1. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В КРИЗОВИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ						
Змістовий модуль 1. Загальні питання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях						
Тема 1. Теоретичні аспекти надання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	16	2	-	-	14	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 2. Особистість психолога, який надає кризову допомогу	14	-	-	-	14	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 3. Психодіагностика в кризових та екстремальних ситуаціях	14	-	-	-	14	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 4. Методи психотерапевтичної допомоги особистості в кризових та екстремальних ситуаціях	14	-	-	-	14	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Разом за змістовий модуль 1	58	2	-	-	56	-
Змістовий модуль 2. Екстремальні ситуації та екстрена психологічна допомога						
Тема 5. Перша психологічна допомога в екстремальній ситуації.	14	2	-	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання

Особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах війни						
Тема 6. Психологічна допомога дітям із травмивним досвідом	12	-	-	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 7. Особливості психологічної допомоги у кризових ситуаціях. Суїцидальна поведінка як форма кризового реагування	12	-	-	-	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 8. Психологічна допомога людині у стані горя. Психологічна допомога жертвам війни	16	2	-	2	12	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
<i>Разом за змістовий модуль 2</i>	54	4	-	2	48	-
Підсумкова модульна робота	-	-	-	-	8	письмові завдання
Іспит	-	-	-	-	-	-
ВСЬОГО	120	6	-	2	112	-

* Примітка: самостійна робота здійснюється за методичними рекомендаціями щодо організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Психологічна допомога в екстремальних та кризових ситуаціях».

10. Орієнтовна тематики індивідуальних завдань

Індивідуальні завдання можуть виконуватись здобувачами як під час семінарських занять, так і під час самостійної роботи. Формами виконання індивідуальних завдань є: написання рефератів, есе, дайджесту, аналітичного огляду, аналізу практичних та проблемних ситуацій, підготовка результатів власних досліджень тощо.

Тематика індивідуальних занять, що наведена у програмі є орієнтовною. Здобувачам надається право вільного вибору теми індивідуальної роботи, що повинна відповідати таким критеріям як: актуальність та відповідність завданням навчальної дисципліни.

Детальний опис форм, вимоги до виконання та критерії оцінювання індивідуальних завдань здобувачів викладені у методичних вказівках до виконання індивідуальних завдань здобувачів вищої освіти на кафедрі психології діяльності в особливих умовах.

1. Проаналізуйте поняття «криза» у психології та підготуйте порівняльну таблицю видів кризових станів.

2. Опишіть етапи надання першої психологічної допомоги та складіть власний алгоритм дій для фахівця екстремального профілю діяльності.

3. Дослідіть феномен «гостра стресова реакція» та змодельуйте ситуацію, де можливе її проявлення.

4. Розкрийте сутність посттравматичного стресового розладу та складіть приклад кейсу з його ознаками.

5. Проаналізуйте методи кризового консультування та створіть приклад діалогу «психолог – клієнт».

6. Дослідіть роль емпатії у кризовій допомозі, складіть вправи для її розвитку у психолога.
7. Опишіть значення невербальної комунікації в кризовій взаємодії та підготуйте пам'ятку для фахівця екстремального профілю діяльності.
8. Проаналізуйте особливості роботи з дітьми, які зазнали травматичного досвіду, та розробіть план арт-терапевтичного заняття.
9. Дослідіть шляхи психологічної підтримки сімей, що втратили близьких в умовах воєнного стану, та складіть практичні рекомендації.
10. Охарактеризуйте копінг-стратегії, що допомагають у кризових ситуаціях, та створіть «щоденник самодопомоги».
11. Проаналізуйте ризики професійного вигорання у працівників ДСНС України та підготуйте вправи з психогігієни.
12. Опишіть стратегії допомоги внутрішньо переміщеним особам.
13. Розкрийте можливості арт-терапії у кризовій психології та підготуйте вправу для групової роботи.
14. Охарактеризуйте особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, які брали участь у бойових діях.
15. Проаналізуйте психологічні наслідки переживання кризової ситуації (шок, дистрес, ПТСР) та запропонуйте можливі методи їх подолання.
16. Проаналізуйте роль кризових інтервенцій у профілактиці ПТСР та складіть покрокову інструкцію для психолога.
17. Дослідіть використання когнітивно-поведінкових технік у кризовій допомозі та розробіть приклад вправи.
18. Опишіть етапи роботи з панічною атакою та створіть протокол дій психолога.
19. Дослідіть значення психологічної підтримки у випадках природних катастроф і підготуйте план дій.
20. Проаналізуйте роль групової підтримки у кризових станах та розробіть вправу для групової терапії.
21. Охарактеризуйте можливості тілесно-орієнтованих методів у кризовій допомозі та створіть вправу на стабілізацію.
22. Дослідіть феномен психологічної резильєнтності та складіть рекомендації для її розвитку у дітей і дорослих.
23. Проаналізуйте поняття «перша психологічна допомога» та підготуйте візуальну схему для навчання волонтерів.
24. Дослідіть проблему вторинної травматизації у психологів та розробіть програму самопідтримки.
25. Опишіть значення кризового центру як інституції психологічної допомоги та складіть його модель функціонування.
26. Розкрийте особливості комунікації з людьми у стані шоку та створіть перелік «заборонених фраз».
27. Дослідіть роль духовних і ціннісних ресурсів у подоланні криз та напишіть творче есе на цю тему.
28. Проаналізуйте принципи кризового втручання та змодельуйте практичну ситуацію їх застосування.
29. Опишіть психологічні наслідки війни для цивільного населення та складіть рекомендації для освітян чи соціальних працівників.

30. Дослідіть роль психолога у команді екстреного реагування та складіть алгоритм взаємодії з іншими службами.
31. Проаналізуйте основні концепції кризової психології та порівняйте їх підходи до допомоги постраждалим.
32. Дослідіть психофізіологічні реакції людини на стрес у кризовій ситуації та складіть таблицю основних проявів.
33. Опишіть етапи надання психологічної допомоги в екстремальних умовах та запропонуйте власну схему організації допомоги.
34. Проаналізуйте ключові професійні та особистісні якості психолога у кризових умовах.
35. Охарактеризуйте вплив емоційного вигорання та вторинної травматизації на ефективність роботи психолога та запропонуйте методи профілактики.
36. Дослідіть роль саморефлексії та психологічної стійкості у професійній діяльності кризового психолога.
37. Проаналізуйте сучасні методи психодіагностики при оцінці стану постраждалих у кризових ситуаціях.
38. Складіть приклад психодіагностичного інструментарію для оцінки гострої стресової реакції у дорослих.
39. Дослідіть роль спостереження та інтерв'ю у психодіагностичній роботі з дітьми, які пережили травму.
40. Проаналізуйте когнітивно-поведінкові та гуманістичні підходи до роботи з постраждалими у кризі.
41. Складіть приклад терапевтичної сесії з використанням методів релаксації та стабілізації емоцій.
42. Дослідіть ефективність групової психотерапії у відновленні після травматичних подій та запропонуйте план заняття.
43. Складіть план індивідуальної або групової арт-терапевтичної сесії для дітей, що пережили кризу.
44. Проаналізуйте фактори ризику та ознаки суїцидальної поведінки у кризових умовах.
45. Проаналізуйте стадії переживання горя та запропонуйте методи психологічної підтримки на кожному етапі.
46. Опишіть механізми формування психологічної резильєнтності у постраждалих і запропонуйте вправи для її розвитку.
47. Проаналізуйте ефективність дистанційної психологічної допомоги у кризових ситуаціях.
48. Складіть план самопідтримки для психолога, який працює з постраждалими у війні або надзвичайних подіях.
49. Дослідіть роль соціальних ресурсів (волонтерів, громадських організацій) у кризовій психологічній допомозі та складіть рекомендації для координації роботи.
50. Розробіть пам'ятку для населення «Як поводитися в умовах масової паніки та зберігати психологічну стійкість».

11. Форми та методи навчання і викладання

Вивчення навчальної дисципліни реалізується **в таких формах**: навчальні заняття за видами, виконання індивідуальних завдань, консультації, контрольні заходи, самостійна робота.

У навчальній дисципліні використовуються **такі методи навчання і викладання**:

– методи навчання за джерелами набуття знань: словесні методи навчання (лекція, пояснення, бесіда, інструктаж); наочні методи навчання (ілюстрація, демонстрація, спостереження); практичні методи навчання (практична робота, виїзні заняття);

– методи навчання за характером логіки пізнання: аналітичний; синтетичний; індуктивний; дедуктивний; традиційний;

– методи навчання за рівнем самостійної розумової діяльності тих, хто навчається: проблемний виклад; частково-пошуковий; дослідницький;

– інноваційні методи навчання: робота з навчально-методичною літературою та відео метод; навчання з використанням технічних ресурсів; інтерактивні методи; методи організації навчального процесу, що формують соціальні навички;

– науково-дослідна робота;

– самостійна робота.

12. Оцінювання освітніх досягнень здобувачів вищої освіти

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: іспит, стандартизовані тести, виконання творчих завдань, наскрізні та командні проекти, аналітичні звіти, реферати, есе, презентація власних досліджень, виконання практичних завдань, доповіді.

13. Критерії оцінювання

Оцінювання рівня навчальних досягнень здобувачів з навчальної дисципліни здійснюється за 100-бальною шкалою. Відповідність 100-бальної шкали оцінювання іншим шкалам оцінювання наведена в таблиці.

**Таблиця відповідності 100-бальної шкали
оцінювання іншим шкалам оцінювання**

100-бальна шкала	Шкала ЄКТС	4-бальна шкала
90-100	A	відмінно
80-89	B	добре
65-79	C	
55-64	D	задовільно
50-54	E	
35-49	FX	незадовільно

14. Форми поточного та підсумкового контролю

Поточний контроль результатів навчання здобувачів освіти проводиться у формі: фронтального та індивідуального опитування, виконання письмових завдань, практичних завдань, проектної роботи тощо.

Підсумковий контроль проводиться у формі підсумкової модульної роботи та іспиту.

15. Розподіл та накопичування балів, які отримують здобувачі, за видами навчальних занять та контрольними заходами з дисципліни

Розподіл балів, які отримують здобувачі очної форми, за результатами опанування навчальної дисципліни, формою підсумкового контролю якого є: іспит

Модуль 1 (розподіл балів)											
Поточний контроль та самостійна робота								Індивідуальні завдання	Підсумкова модульна робота	Іспит	Сума балів
Змістовий модуль 1				Змістовий модуль 2							
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	10	T. 1-8	30	100
до 5	до 5	до 5	до 5	до 5	до 5	до 10 (5+5)	до 10 (5+5)		10		

Розподіл балів, які отримують здобувачі заочної форми навчання, за результатами опанування навчальної дисципліни, формою підсумкового контролю якого є: іспит

Модуль 1 (розподіл балів)											
Поточний контроль та самостійна робота								Індивідуальні завдання	Підсумкова модульна робота	Іспит	Сума балів
Змістовий модуль 1				Змістовий модуль 2							
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	55	T. 1-8	30	100
-	-	-	-	-	-	-	до 5		10		

Примітка: за виконання творчих робіт з навчальної дисципліни здобувачу можуть нараховуватися додаткові, заохочувальні бали. Сума заохочувальних балів не має перевищувати 20. Максимально можлива сума підсумкової оцінки з дисципліни (з урахуванням додаткових заохочувальних балів) – 100 балів. Види творчих робіт та критерії щодо їх оцінювання наведені у методичних вказівках до виконання індивідуальних завдань здобувачів вищої освіти на кафедрі психології діяльності в особливих умовах (розділ «Оцінювання творчих робіт»).

Поточний контроль проводиться на кожному практичному (семінарському) занятті та передбачає оцінювання теоретичних знань і практичних умінь здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу).

Критерії поточного оцінювання знань здобувачів на семінарському занятті здійснюється в діапазоні від 0 до 5 балів:

5 балів – завдання виконане в повному обсязі, відповідь вірна, наведено аргументацію, використовуються професійні терміни.

4 бали – завдання виконане повністю, але відповіді обґрунтовані недостатньо.

3 бали – завдання виконане не в повному обсязі, але обґрунтування відповіді недостатнє, у звіті допущені незначні помилки.

2 бали – завдання виконане частково, але обґрунтування відповіді недостатнє, у звіті допущені помилки.

1 бал – завдання виконане частково, допущені значні помилки.

0 балів – завдання не виконане.

Викладачем оцінюється повнота розкриття питання, цілісність, системність, логічна послідовність, вміння формулювати висновки, акуратність оформлення письмової роботи, самостійність виконання. При виконанні практичних завдань оцінюється вміння здійснювати психологічний аналіз кризових та екстремальних ситуацій, добирати адекватні методи і техніки надання психологічної допомоги, застосовувати сучасні підходи до кризової інтервенції та здатність ефективно використовувати їх у професійній діяльності.

Підсумкова модульна робота є складовою підсумкового контролю і здійснюється через проведення аудиторної письмової роботи під час проведення останнього практичного заняття в межах окремого залікового модуля.

Кожен варіант підсумкової модульної роботи складається з двох завдань (теоретичного та практичного). Відповіді на поставленні завдання повинні відображати вільне володіння обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміти застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки.

Критерії оцінювання знань здобувачів очної та заочної форм навчання при виконанні контрольних робіт (оцінюється в діапазоні від 0 до 10 балів):

Сума балів за виконання одного завдання (як теоретичного, так і практичного) складає 5 балів:

5 балів – питання розкрито в повному обсязі, відповідь вірна, наведено переконливу аргументацію, використовуються професійні терміни, наявний творчий підхід.

4 бали – питання розкрито вірно, але обґрунтування відповіді недостатнє, професійна термінологія використана вірно.

3 бали – питання розкрито в цілому вірно, допущені помилки при аргументації, використана термінологія вірна.

2 бали – питання розкрито частково, допущені значні помилки при аргументації, використана термінологія плутана.

1 бал – питання розкрито на рівні окремих фрагментів, аргументація відсутня.

0 балів – питання не розкрито.

Підсумковий контроль успішності проводиться з метою оцінки результатів навчання та передбачає перевірку засвоєння здобувачами теоретичного та практичного матеріалу дисципліни, розвитку їх творчого мислення, набутих знань, умінь та навичок і їх застосування під час вирішення практичних завдань. Здійснюється шляхом складання здобувачами *усного іспиту* за екзаменаційними білетами встановленої форми, комплект яких повинен становити 120% від кількісного складу навчальної групи.

Зміст завдань підсумкового контролю формується відповідно до програми навчальної дисципліни, відповіді на які повинні відображати вільне володіння здобувачами обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміти застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки.

Тривалість усного іспиту для одного здобувача не повинна перевищувати 0,5 години (з врахуванням часу на підготовку та відповідь здобувача). Для уточнення рівня володіння матеріалом дисципліни екзаменатор може задавати додаткові питання.

Здобувач допускається до складання підсумкового контролю, якщо він виконав усі види обов'язкових робіт, що передбачені робочою програмою дисципліни. У разі отримання незадовільної оцінки, перескладання іспиту з дисципліни допускається не більше двох разів. У разі включення сигналу «Повітряна тривога» або інших відповідних сигналів оповіщення іспит переривається та продовжується вже після відбою.

Критерії оцінювання знань здобувачів на підсумковому контролі у формі іспиту (оцінюється від 0 до 30 балів):

30 балів – здобувач в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, глибоко та всебічно розкрив зміст поставлених завдань;

29-20 бали – здобувач достатньо повно володіє навчальним матеріалом, в основному розкрив зміст поставлених завдань. При наданні відповіді на деякі питання не вистачає достатньої глибини та аргументації, при цьому є несуттєві неточності та незначні помилки;

19-10 балів – здобувач в цілому володіє навчальним матеріалом, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки;

9-1 балів – здобувач частково володіє навчальним матеріалом, відповіді загальні, допущено при цьому суттєві помилки;

0 балів – здобувач не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його викласти, не розуміє змісту поставлених завдань.

У разі не згоди із результатом підсумкового контролю або порушенням процедури його проведення здобувач має право на їхнє оскарження. Порядок такого оскарження викладений у Положенні про організацію освітнього процесу в Національному університеті цивільного захисту України.

Оцінювання самостійної роботи. Результати самостійної роботи спеціально не оцінюються, але виявляються під час діагностики знань з навчальної дисципліни. Навчальний матеріал дисципліни, засвоєний у процесі самостійної роботи, виноситься на підсумковий контроль, передбачений робочим навчальним планом, разом з іншим навчальним матеріалом дисципліни і оцінюється за критеріями відповідного підсумкового контролю.

Оцінювання індивідуальних завдань здійснюється під час поточного контролю теми на відповідному аудиторному занятті. Оцінювання тем, які виносяться лише на самостійну роботу і не входять до тем аудиторних занять, навчальних практик/практичних занять, контролюється під час модульного та підсумкового контролів. Оцінювання індивідуальних завдань здобувачів очної

форми навчання здійснюється в діапазоні від 0 до 10 балів, заочної – від 0 до 55 балів і залежать від форми виконання індивідуального завдання, наприклад:

Реферат, доповідь: 3 бали – у роботі здобувачі правильно виокремили основні положення з різних джерел, логічно та структурно об'єднали їх, коротко проаналізували та зробили ґрунтовні узагальнюючі висновки. Дотримано усі вимоги щодо структурної побудови роботи. Робота містить список використаної літератури, що включає вітчизняні та іноземні літературні джерела;

2 бали – у роботі здобувачі в цілому правильно виокремили основні положення кожного з джерела, але не зробили їх відповідного аналізу та узагальнюючих висновків. Дотримано більшість вимог щодо структурної побудови роботи. Робота містить список використаної літератури, що складається лише з вітчизняних літературних джерел;

1 бал – у роботі здобувачі фрагментарно виокремили основні положення кожного з джерела, не зробили їх відповідного аналізу та узагальнюючих висновків. Не дотримано вимог щодо структурної побудови роботи. Список використаної літератури оформлений не вірно або відсутній;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлено факти академічної недоброчесності.

Підготовка огляду певної наукової проблеми/аналізу ситуації:

5 балів – робота виконана у повному обсязі із чітким дотриманням визначеної структури. Робота містить ґрунтовний аналіз, висновки та рекомендації з порушеної проблеми;

4 бали – робота виконана у повному обсязі із дотриманням визначеної структури за виключенням деяких елементів. Робота містить аналіз, висновки та рекомендації з порушеної проблеми;

3 бали – робота виконана частково із дотриманням визначеної структури, що містить більшість необхідних елементів. Робота містить поверхневий аналіз, висновки та окремі рекомендації з порушеної проблеми;

2 бали – робота виконана частково. Структура роботи недотримана. Робота містить поверхневий аналіз, окремі висновки. Рекомендації з порушеної проблеми відсутні;

1 бал – робота виконана на рівні окремих фрагментів. Структура роботи недотримана. Робота містить поверхневий аналіз, висновки зроблені не вірно. Рекомендації з порушеної проблеми відсутні;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлено факти академічної недоброчесності.

Есе: 3 бали – здобувач створює оригінальний за думкою та оформленням письмовий твір відповідно до навчальної ситуації; повно, вичерпно висвітлює тему; вправно формулює тезу; аналізує різні погляди на той самий предмет, наводить доречні аргументи, використовує набуту з різних джерел інформацію для розв'язання певних психологічних проблем; приклади переконливі, конкретизовані; цілісний, послідовний і несуперечливий розвиток думки (логічність і послідовність викладу); висновок відповідає запропонованій темі й органічно впливає зі сформульованої тези, аргументів і прикладів;

2 бали – здобувач самостійно будує послідовний, повний, логічно викладений текст; формулює тезу, що відповідає запропонованій темі; загалом розкриває тему, висловлює основну думку; наводить доречні аргументи; висновок відповідає

запропонованій темі; у роботі виявлені недоліки за двома показниками: тезу чітко не сформульовано, відсутність виразної особистісної позиції, належної її аргументації;

1 бал – побудований текст характеризується фрагментарністю; сформульована теза не відповідає запропонованій темі; наведені аргументи не є доречними; прикладів немає або вони не є доречними;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлено факти академічної недоброчесності.

Групова презентація: 3 бали – усі ідеї подані таким чином, що демонструють глибокі знання здобувачів про предмет дослідження і здатність мислити логічно. Тема презентації чітко визначена і добре розроблена. Презентація має зрозумілу і логічну структуру, організована. Дотримані прийняті норми культури презентації, автори творчо підійшли до її оформлення. Робота не переобтяжена текстом. Наявні гіперпосилання працюють коректно. Усі учасники групи беруть активну участь у висвітленні презентації;

2 бали – більша частина ідей подані таким чином, що демонструють значні знання здобувачів про предмет дослідження і здатність мислити логічно. Тема презентації доволі чітко визначена і задовільно розроблена. Презентація має зрозумілу і логічну структуру, у достатній мірі організована. Дотримані прийняті норми культури презентації. Робота дещо переобтяжена текстом, що ускладнює її сприйняття. Наявні гіперпосилання працюють. Переважна більшість учасників групи беруть участь у висвітленні презентації;

1 бал – більшість ідей у презентації виражені нечітко. Тема визначена нечітко і розроблена з помилками. Презентація має порушену структуру або взагалі її не має. Зустрічається багато порушень прийнятих норм культури проведення презентації. Окремі учасники групи або лише один з них може пояснити викладені ідеї;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлені факти академічної недоброчесності;

Проектна діяльність: 5 балів – робота виконана у повному обсязі на актуальну та практично значущу тему. Наявний творчий підхід до вирішення проблеми. У роботі правильно визначено об'єкт та предмет дослідження. Обґрунтовано використано доцільні методи. Містяться відповідні висновки з якісними і кількісними даними. Презентація проекту містить необхідний ілюстраційний матеріал, доповідач вільно орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання;

4 бали – робота виконана у повному обсязі на актуальну та практично значущу тему. У роботі правильно визначено об'єкт та предмет дослідження. Доцільно використано методи. Містяться відповідні висновки. Презентація проекту містить необхідний ілюстраційний матеріал, доповідач орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання з незначними помилками;

3 бали – робота виконана. У роботі визначено об'єкт та предмет дослідження, що потребують уточнення. Доцільно використано методи. Містяться відповідні висновки. Презентація проекту містить ілюстраційний матеріал, дещо перевантажений текстом, доповідач переважно орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання з помилками.

2 бали – робота виконана частково. У роботі невірно визначено об’єкт та предмет дослідження. Використані методи переважно вжито доцільно. Містяться часткові висновки. Презентація проекту перевантажена текстом, доповідач слабо орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання з грубими помилками;

1 бал – робота виконана на рівні окремих фрагментів. У роботі невірно визначено об’єкт та предмет дослідження або вони відсутні. Використані методи недоцільні. Містяться часткові висновки. Презентація проекту відсутня, доповідач не орієнтується у поданому матеріалі;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлені факти академічної не доброчесності.

16. Перелік завдань для підготовки до іспиту

1. Охарактеризуйте поняття «криза», «стрес», «психотравма» та «посттравматичний стресовий розлад».

2. Проаналізуйте особливості реагування особистості на травматичну стресову подію.

3. Охарактеризуйте роль первинних об’єктів у формуванні внутрішнього алгоритму подолання кризової ситуації.

4. Проаналізуйте практику надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих.

5. Охарактеризуйте особливості психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам.

6. Проаналізуйте принципи побудови програм психологічної допомоги особистості, яка пережила екстремальну чи кризову ситуацію.

7. Охарактеризуйте моделі екстреної психологічної допомоги постраждалим залежно від виду психологічного реагування.

8. Проаналізуйте психологічну допомогу особистості в умовах втрати особистісної цілісності.

9. Охарактеризуйте загальні правила надання першої (екстреної) психологічної допомоги постраждалим в умовах війни.

10. Проаналізуйте особливості надання екстреної психологічної допомоги при апатії.

11. Охарактеризуйте специфіку надання екстреної психологічної допомоги при ступорі.

12. Проаналізуйте психологічну допомогу людині, яка переживає горе.

13. Охарактеризуйте основні правила взаємодії персоналу ДСНС України з родичами загиблих.

14. Проаналізуйте особливості надання екстреної психологічної допомоги при плачу.

15. Охарактеризуйте особливості надання екстреної психологічної допомоги при агресії.

16. Проаналізуйте правила здійснення екстреної психологічної допомоги.

17. Охарактеризуйте особливості психологічного реагування на екстремальні ситуації.

18. Проаналізуйте особливості надання екстреної психологічної допомоги при маренні та галюцинаціях.
19. Охарактеризуйте особливості надання психологічної допомоги дітям, які пережили травматичну ситуацію.
20. Проаналізуйте особливості надання психологічної допомоги людині, яка переживає горе.
21. Охарактеризуйте особливості надання екстреної психологічної допомоги при нервовому тремтінні.
22. Проаналізуйте психопатологічні прояви серед цивільного населення в умовах надзвичайної ситуації.
23. Охарактеризуйте психологічні особливості поведінки людей у надзвичайних ситуаціях.
24. Проаналізуйте особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах війни залежно від типу психологічної реакції.
25. Охарактеризуйте особливості роботи практичних психологів щодо зниження впливу професійного стресу та ПТСР на персонал ДСНС України.
26. Проаналізуйте основні правила взаємодії персоналу ДСНС України з родичами загиблих.
27. Охарактеризуйте етапи екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах війни.
28. Проаналізуйте правила здійснення екстреної психологічної допомоги військовослужбовцям.
29. Охарактеризуйте динаміку психогенних розладів, що розвиваються в небезпечних ситуаціях.
30. Проаналізуйте техніки першої психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях.
31. Охарактеризуйте форми психологічної допомоги через засоби масової інформації.
32. Проаналізуйте особливості психологічної допомоги дорослим з хронічною психотравмою.
33. Охарактеризуйте психологічну допомогу дітям та підліткам, що зазнали насильства.
34. Проаналізуйте особливості психологічної допомоги дітям в ситуаціях булінгу.
35. Охарактеризуйте психологічну допомогу особистості в умовах карантину.
36. Проаналізуйте психотехніки корекції посттравматичного стресового розладу у дітей та дорослих.
37. Охарактеризуйте форми і методи психологічної роботи з психотравмою (психологічний дебрифінг, аутодебрифінг, групова підтримка).
38. Проаналізуйте особливості проведення психотерапії та психопрофілактики постраждалих на місці ліквідації наслідків надзвичайної ситуації.
39. Охарактеризуйте особливості екстреної психологічної допомоги персоналу аварійно-рятувальних служб.
40. Проаналізуйте організацію психологічної допомоги постраждалим методами глибинної психореакційної роботи.

41. Охарактеризуйте особливості психологічної допомоги постраждалим внаслідок техногенних катастроф (на прикладі аварії на ЧАЕС).
42. Проаналізуйте особливості психологічної допомоги учасникам бойових дій та їх сім'ям.
43. Охарактеризуйте застосування психологічного дебрифінгу у роботі з кризовими станами.
44. Проаналізуйте використання арт-терапії при роботі з дітьми в екстремальних ситуаціях.
45. Охарактеризуйте особливості психологічної діагностики постраждалих у надзвичайних ситуаціях.
46. Проаналізуйте психологічні механізми формування стійкості особистості у кризових умовах.
47. Охарактеризуйте особливості взаємодії психолога з постраждалими, що перебувають у стані шоку.
48. Проаналізуйте методи роботи з особами, які пережили травму війни.
49. Охарактеризуйте психологічні аспекти роботи з дітьми та підлітками, що зазнали психотравмуючих подій.
50. Проаналізуйте роль соціальних та сімейних ресурсів у процесі психологічної допомоги в кризових ситуаціях.

17. Політика викладання навчальної дисципліни

1. Активна участь в обговоренні навчальних завдань, попередня підготовка до семінарських та практичних занять за рекомендованою літературою, якісне і своєчасне виконання завдань.
2. Беззастережне дотримання під час занять правил безпеки, вимог охорони праці, санітарно-гігієнічних норм та протиепідемічних заходів.
3. Сумлінне виконання розкладу занять з навчальної дисципліни (здобувачі освіти, які запізнилися на заняття, до заняття не допускаються).
4. Здобувачі освіти мають право на визнання результатів навчання з дисципліни, набутих у неформальній та/або інформальній освіті.
5. Здобувачі освіти мають право на оскарження результатів підсумкового контролю з дисципліни або процедури його проведення.
6. Здобувачі освіти мають право на самостійний вибір форм і проблематики індивідуальних завдань.
7. При виконанні індивідуальної роботи здобувачі освіти зобов'язані дотримуватись політики академічної доброчесності. У разі виявлення фактів порушення політики здобувачі несуть персональну відповідальність згідно із законодавством України та нормативними документа НУЦЗ України.

18. Рекомендовані джерела інформації

Нормативні документи

1. Стандарт вищої освіти України із галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 «Психологія» для другого (магістерського) рівня вищої освіти. Затверджено та введено в дію наказом Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 р. № 564 (зі змінами).

2. Освітньо-професійна програма «Екстремальна та кризова психологія» для підготовки магістра в галузі знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини за спеціальністю С4 Психологія. Черкаси: НУЦЗ України.

Базова література

1. Коваль М. С. Дії підрозділів ДСНС України в умовах розвитку воєнного стану. Навчальний посібник. Львів : ЛУБЖД, 2023. 308 с.
2. Кокун О. М., Мороз В. М., Лозінська Н. С., Пішко І. О. Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України: метод. посіб. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2021. 301 с.
3. Олексюк О. Є. Психологія кризова та травмуючих ситуацій : навчально-методичний посібник. Миколаїв : СПД Румянцева, 2020. 420 с.
4. Оніщенко Н. В. Екстрена психологічна допомога в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти: монографія. Харків : Право, 2014. 584 с.
5. Психологія діяльності в особливих умовах : навч. посіб. Л.І. Мохнар Л. І. та ін.; за заг. ред. проф. М. А. Кришталя. Черкаси: Третяков О.М., 2021. 120 с.
6. Психологія екстремальних та кризових ситуацій : навч.-метод. посіб. для студ. денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за спеціальністю 053 «Психологія» / Романовський О. Г., Черкашин А. І., Грень Л. М. та ін. Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2022. 356 с.
7. Психолого-корекційний практикум травм війни : навчальний посібник. І. Сулятицький та інші. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2019. 396 с.
8. Сучасні форми та методи роботи психолога в кабінеті психологічного розвантаження персоналу ДСНС України: монографія / М. А. Кришталь, М. В. Фомич, Л. І. Мохнар, О. М. Дячкова, Т. В. Чередниченко. Черкаси: видавець Вовчок О. Ю., 2023. 198 с.
9. Шебанова В. І. Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях: навчально-методичні рекомендації. Херсон: Вид-во ПП Вишемирський В. С., 2017. 136 с.
10. Шевченко Н. Ф. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях: навч. посіб. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2021. 192 с.
11. Шевченко О. Т. Психологія кризових станів. Київ : «Здоров'я», 2015. 120 с.
12. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

Допоміжна література

1. Афанасьєва Н. Є. Особливості та ефективність психологічного консультування пожежних-рятувальників при переживаннях провини, сорому, кризи. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2016. Вип. 20. С. 3-14.
2. Булах І. С. Психологія життєвих криз особистості: навч. посіб. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2018. 110 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. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.

5. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.

6. Кризові стани в сучасних умовах: діагностика, корекція та профілактика; за ред. Л. М. Юр'євої. Київ : Видавництво ТОВ «Галерея Принт», 2017. 174 с.

7. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: зб. матеріалів доп. учасн. V Міжнародної наук.-практ. конф. Сумський держ. пед. ун-т імені А. С. Макаренка. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 477 с.

8. Психологія травмуючих ситуацій у роботі з вимушеними переселенцями; за заг. ред. В. М. Мишківської. Житомир, 2015. 110 с.

9. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери. Мельник Л.А. та ін.; за ред. Волинець Л. С. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.

10. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.

11. Фомич М. Особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах масової загибелі населення внаслідок ракетного удару по житловому будинку в місті Умані. *Вісник Національного університету оборони України*, 2024. 81(5), С. 163-168.

12. Шлапак К. Є. Психологічні особливості проведення соціально-психологічного тренінгу (СПТ) для дітей, травмованих наслідками війни. Кривий Ріг : КДПУ, 2023. 51 с.

13. Coombs T., Holladay S. The Handbook of Crisis Communication: Second Edition. Wiley-Blackwell, 2022. 592 p.

14. Taylor. S. The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease. Cambridge Scholars Publishing, 2019. 160 p.

Інформаційні ресурси

1. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій : зб. статей. Ін-т соціальної та політичної психології; Представництво Польської академії наук у м. Києві; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. Київ : Міленіум, 2015. 150 с. URL: <http://surl.li/nvpvdb>

2. Glowacz F. Psychological distress during the COVID-19 lockdown: The young adults most at risk. URL: : <https://cutt.ly/6WcjAXo>

Розробник:

доцент кафедри психології
діяльності в особливих умовах,
доктор філософії з психології



Яна АМУРОВА