

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»

О. Г. Романовський, А. І. Черкашин, Л. М. Грень,
ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМ У СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ

Методичні вказівки
для студентів усіх форм навчання
спеціальності 232 «Соціальне забезпечення»

Затверджено
редакційно-видавничою
радою НТУ «ХПІ»,
протокол № 2 від 26.06. 2023 р.

Харків
НТУ «ХПІ»
2023

УДК 159.9(072)

Рецензенти:

О. В. Попова, кандидат психологічних наук, професор, Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

В. Ю. Стрельніков, доктор педагогічних наук, професор, Полтавська академія неперервної освіти ім. М. В. Остроградського

Рекомендовано вченою радою Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» як навчальне видання для студентів неекономічних спеціальностей, протокол № 2 від 26.06.2023 р.

Психологія травм у соціальній роботі: методичні вказівки для студентів усіх форм навчання зі спеціальності 232 «Соціальне забезпечення» / О. Г. Романовський, А. І. Черкашин, Л. М. Грень,. Харків: НТУ «ХПІ». 2023. 38 с.

Навчальне видання призначено для підготовки до занять з курсу «Психологія травм у соціальній роботі» та активізації самостійної роботи студентів вищих закладів освіти спеціальності 232 «Соціальне забезпечення». Методичні вказівки складаються з інформативної частини – викладу питань, сконцентрованих на базових категоріях і поняттях, практичних питань для обговорення на семінарських заняттях і практичних завданнях для підготовки до них. Представлено завдання для самостійної роботи, а також питання до заліку та рекомендовані джерела інформації до вивчення курсу.

Призначено для студентів НТУ «ХПІ» спеціальності 232 «Соціальне забезпечення».

УДК . 159.9(072)

© О. Г. Романовський,

А. І. Черкашин,

Л. М. Грень, 2023.

ЗМІСТ

Передмова	4
Структура навчальної дисципліни.....	5
Короткий опис лекційного матеріалу.....	11
Методичні вказівки до практичних занять.....	16
Методичні вказівки з організації самостійної роботи студентів.....	23
Методичні вказівки до виконання контрольних робіт магістрами заочної форми навчання.....	27
Питання до іспиту з курсу «Психологія травм у соціальній роботі».....	31
Перелік практичних завдань.....	32
Методи контролю.....	35
Навчально-методичне забезпечення навчальної дисципліни.....	37

ПЕРЕДМОВА

Життєвий шлях людини характеризується наявністю різноманітних і багатопланових подій. Деякі з них, на жаль, є негативними, або сприймаються такими, та мають травматичний характер. Події з негативним забарвленням багато в чому впливають на формування подальшого сценарію життя людини і не кращим чином позначаються на її психічному й фізичному здоров'ї. Фахівцю з соціальної роботи, який збирається надати професійно-кваліфіковану допомогу, інколи може бути складно зрозуміти характер впливу зовнішніх подій та чинників на життєдіяльність людини.

Навчальний курс «Психологія травм у соціальній роботі» допоможе здобувачам усвідомити необхідність надання психологічної допомоги постраждалим особам в екстремальних та кризових ситуаціях, особам, які опинились у складних життєвих обставинах.

Метою викладання дисципліни є формування професійно важливих уявлень у студентів щодо роботи в екстремальних та кризових ситуаціях, уміння надати психологічну допомогу особам, які опинились у складних життєвих обставинах.

Нормативний зміст підготовки здобувачів вищої освіти, сформульований у термінах **результатів навчання** можна представити як уміння:

- використовувати сучасні теорії, методологію і методи соціальних та інших наук стосовно до завдань фундаментальних та прикладних досліджень у сфері соціального захисту (РН1);
- володіти методами комунікації у застосуванні різних форм взаємодії та спільної діяльності (РН3);
- володіти різними технологіями та методами подолання складних життєвих обставин сімей, дітей та молоді (ПРН3);
- здатність ініціювати командування щодо здійснення соціальної роботи (ФК2);

Під час вивчення дисципліни студент має

- навички міжособистісної взаємодії (ЗК7);
- здатність до впровадження методів і технологій інноваційного практикування та управління в системі соціального забезпечення (СК3);
- здатність до оцінки процесу і результату професійної діяльності та якості соціальних послуг (СК9).

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Порядковий №	Види навчальних занять (Л; ЛЗ; ПЗ; С, М)	Кількість годин	Номери семестрів, найменування тем і питань кожного заняття. Завдання на самостійну роботу студентам	Інформаційно-методичне забезпечення
Змістовий модуль № 1				
Екстремальні та кризові ситуації у житті людини				
1.	Л	2	<u>План:</u> <i>Типологія екстремальних та кризових ситуацій</i> 1.1. Психологія травм у соціальній роботі як навчальна дисципліна, причини її виникнення. 1.2. Предмет, мета, завдання психології травм у соціальній роботі 1.3. Підходи до визначення поняття «надзвичайна ситуація». 1.4. Забезпечення безпеки в надзвичайних ситуаціях. 1.5. Підходи до визначення поняття «криза». Надзвичайна ситуація як чинник кризи. 1.6. Визначення поняття «надзвичайна ситуація». 1.7. Підходи до визначення поняття «криза». Надзвичайна ситуація як чинник кризи. Криза як джерело надзвичайних ситуацій 1.8. Визначення поняття «кризова ситуація». 1.9. Наслідки дії кризової ситуації на людину. 1.10. Поняття «психотравмуючий чинник», «психічна травма». 1.11. Типологія психотравмуючих чинників.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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.,

2.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	Черкашин А. І., Грень Л.М., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
3.	ПЗ	2	Ділова гра	
4.	Л	2	<i>Вікові особливості перебігу криз</i> <u>План:</u> 2.1. Поняття вікової кризи. 2.2. Вікові кризи розвитку дитини за Л. Виготським. . 2.3. Періодизація розвитку особистості за Е. Еріксоном. 2.4. Кризи юнацького, зрілого, середнього, похилого та літнього віку.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
5.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. підготовка до практичних занять. Презентація.	
6.	Л	2	<i>Екзистенційні кризи та основи кризисної психотерапії</i> 3.1. Поняття екзистенціальна криза. Причини їх виникнення і способи подолання. 3.2. Сутність екзистенціальної тривоги. Її класифікація. 3.3. Види екзистенціальних тривог: - тривога долі і смерті; - тривога вини і осуду; - тривога порожнечі і відсутності сенсу. 3.4. Психотерапевтична теорія невротичної тривоги. 3.5. Особливості невротизованої особистості.	
7.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять.	
8.	Л	2	<i>Психологія екстремальних видів діяльності</i> <u>План:</u>	1. Зливков В. Л.

			4.1. Поняття екстремальної ситуації. 4.2. Вплив екстремальних ситуацій на людину. 4.3. Суб'єкти екстремальної ситуації.	Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях /
9.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Побудова порівняльної таблиці	В. Л. Зливков,
10.	ПЗ	2	Обговорення теми	С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
11.	Л	2	<i>Екстремальні психічні стани жертв надзвичайних ситуацій</i> <u>План:</u> 5.1. Типологія і особливості надзвичайних ситуацій. 5.2. Залежність поведінки людини в екстремальній ситуації від її індивідуально-	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях /

			психологічних особливостей. 5.3. Типові психічні стани людини в надзвичайній ситуації. 5.4. Динаміка афективних реакцій і поведінки людини в зоні надзвичайної ситуації. 5. 5. Фрустраційна регресія. 5.6. Роль суб'єктивних чинників у розвитку травматичного стресу.	В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
12.	СР	4	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	
13.	Л	2	<i>Психологія поведінки людини в напружених, екстремальних та надзвичайних ситуаціях</i> <u>План:</u> 6.1. Переживання і поведінка людини в надзвичайних ситуаціях, її образ світу. 6.2. Психологічна готовність людей до надзвичайних ситуацій. 6.3. Психічні розлади під час і після екстремальних ситуацій. 6.4. Основні психічні стани та реакції, що виникають у фахівців ДСНС в екстремальних ситуаціях службової діяльності.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. Психологія екстремальних та

14.	СР	4	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
15.	ПЗ	2	Ділова гра	
16.	Л	2	<i>Управління поведінкою і діяльністю жертв екстремальних ситуацій</i> <u>План:</u> 7.1. Класифікація учасників екстремальних ситуацій. 7.2. Натовп як форма стихійної масової поведінки. 7.3. Паніка як екстремальна форма поведінки натовпу. 7.4. Способи профілактики паніки. 7.5. Засоби боротьби з панікою	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. Психологія екстремальних та кризових ситуацій : навч.-метод. посіб. для студ. денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного
17.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	

				рівня «бакалавр» за спеціальністю 053 «Психологія» / Романовський О. Г.,
18.	Л	2	Основні теретичні підходи до проблеми суїцидальної поведінки. Фактори і типологія суїцидальної поведінки <u>План:</u> 8.1. Сутність суїцидальної поведінки. 8.2. Основні концепції та підходи в сучасній суїцидології. 8.3. Суїцидальна мотивація. 8.4. Міфи та факти щодо суїцидів. 8.5. Концепції формування суїцидів. 8.6. Типологія суїцидів. 8.7. Вікові особливості суїцидальної поведінки.	1. Зливков В. Л. Пиходіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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., Костиря
19.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	
20.	ПЗ	2	Обговорення теми.	

				I. В., – Харків : НТУ
Змістовий модуль № 2				
Надання екстреної психологічної допомоги в зоні надзвичайних ситуацій (НС) та особам, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО)				
21.	Л	4	<i>Питання горя і втрати у житті людини.</i> <i>Психотерапевтична допомога людині при горі і втраті</i> <u>План:</u> 9.1. Горе як процес. Стадії переживання. 9.2. «Нормальне» та «патологічне» горе. 9.2. Завдання горя. 9.3. Особливості психологічної допомоги при втраті. 9.4. Психологічний супровід людини, що переживає горе. 9.5. Консультування клієнтів, які пережили втрату.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
22.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	
23.	ПЗ	2	Ділова гра	

24.	Л	4	Організація діяльності служб екстреної психологічної допомоги для осіб, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО) <u>План:</u> 10.1. Поняття екстреної психологічної допомоги. 10.2. Підготовка психологів, соціальних працівників та соціально-психологічної служби. 10.3. Організація екстреної психологічної допомоги в зоні НС та особам, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО). 10.4. Основні принципи надання екстреної психологічної допомоги. 10.5. Правила проведення психологічної та корекційної допомоги.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. 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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
25.	СР	6	Вивчення лекційного матеріалу, Підготовка до практичних занять. Презентація.	
26.	Л	2	Соціально-психологічна допомога екстремальній та кризовій ситуації <u>План:</u> 11.1. Рекомендації для психологів та соціальних працівників, які працюють в екстремальній ситуації. 11.2. Сучасні напрямки психотерапії при	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков,

			наданні екстреної психологічної допомоги.	С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
27.	СР	4	Вивчення лекційного матеріалу, Підготовка до практичних занять, Підготовка індивідуального завдання (тема вибирається зі списку)	2. 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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.
28.	ПЗ	2	Презентація індивідуального завдання	
29.	Л	4	Стрес, посттравматичні стресові розлади 12.1. Поняття, фази і компоненти стресу. 12.2. Характеристика стресу. 12.3. Передумови виникнення посттравматичних стресових розладів. 12.4. Поняття посттравматичного стресового розладу. 12.5. Характеристика посттравматичного стресового синдрому. 12.6. Типологія ПТСР.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
30.	СР	4	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	2. Психологія екстремальних та
31.	ПЗ	2	Презентація	

32.	Л	2	<i>Принципи і методи психокорекційної роботи з особами, що мають ознаки посттравматичного стресового розладу</i> <u>План:</u> 13. 1. Діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу. 13.2. Основні напрями реабілітації ПТСР. 13.3. Психотерапія посттравматичного стресового розладу. 13.4. Консультування та психотерапія учасників бойових дій. 13.5. Модель психологічної реабілітації.	кризових ситуацій : навч.-метод. посіб. для студ. денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за
33.	СР	4	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Презентація.	1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с. 2. Психологія екстремальних та кризових ситуацій : навч.-метод. посіб. для студ. денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за
34.	ПЗ	2	Презентація	

				спеціальністю 053 «Психологія» / Романовський О. Г.,
	СР	4		Черкашин А. І., 120
	ПЗ	2		
	Л	32		
	ПЗ	16		
	СР	72		

КОРОТКИЙ ОПИС ЛЕКЦІЙНОГО МАТЕРІАЛУ

ТЕМА 1. ТИПОЛОГІЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ

Поняття кризи. Епігенетична теорія Е. Еріксона. Особливості кризи. Відмінність перехідного періоду від кризи. Вікові періодизації розвитку. Кризи в дитячому віці. Криза підліткового віку. Акцентуації характеру у підлітків. Деадаптивні стилі сімейного виховання як чинник девіантної поведінки дітей і підлітків. Деформація розвитку особистості підлітка в умовах сімейної депривації. Криза середнього віку. Формування і розвиток внутрішніх конфліктів. Криза літнього віку. Процес старіння і вікові зміни в організмі. Поняття психічного старіння.

ТЕМА 2. ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОТІКАННЯ КРИЗ

Поняття кризи. Епігенетична теорія Е. Еріксона. Особливості кризи. Відмінність перехідного періоду від кризи. Вікові періодизації розвитку. Кризи в дитячому віці. Криза підліткового віку. Акцентуації характеру у

підлітків. Деадаптивні стилі сімейного виховання як чинник девіантної поведінки дітей і підлітків. Деформація розвитку особистості підлітка в умовах сімейної депривації. Криза середнього віку. Формування і розвиток внутрішніх конфліктів. Криза літнього віку. Процес старіння і вікові зміни в організмі. Поняття психічного старіння.

ТЕМА 3. ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ КРИЗИ ТА ОСНОВИ КРИЗИСНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

Ситуаційна криза. Екзистенціальна криза. Духовна криза. Теорія екзистенціальних криз І. Ялома. Нормальний і патологічний перебіг кризових станів. Типи, етапи і фази кризових станів. Діагностика кризи, її етапів. Фази в інтерв'ю. Основні стратегії роботи на кожному з етапів кризи.

ТЕМА 4. ПСИХОЛОГІЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ВИДІВ ДІЯЛЬНОСТІ

Специфіка професійної діяльності працівників силових структур. Екстремальні ситуації в діяльності фахівців ДСНС. Проблема профвідбору в екстремальних видах діяльності. Індивідуально- психологічні особливості суб'єкта екстремальної діяльності. Екстремальна ситуація як чинник розвитку особистості.

ТЕМА 5. ЕКСТРЕМАЛЬНІ ПСИХІЧНІ СТАНИ ЖЕРТВ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

Класифікація екстремальних психічних станів жертв надзвичайних ситуацій. Змінені стани свідомості у жертв надзвичайних ситуацій. Адаптивні психологічні реакції на надзвичайну ситуацію. Деадаптивні психологічні реакції на надзвичайну ситуацію. Гострі афектні психологічні реакції на надзвичайну ситуацію. Стенічні і астенічні психічні стани. Психічна напруженість і фрустраційні стани.

ТЕМА 6. ПСИХОЛОГІЯ ПОВЕДІНКИ ЛЮДИНИ В НАПРУЖЕНИХ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Переживання і поведінка людей в напружених і екстремальних ситуаціях. Зовнішні і внутрішні чинники емоціогенності професійних і життєвих напружених, екстремальних ситуацій. Первинні реакції людини на напружені і екстремальні ситуації. Вплив екстремальних ситуацій на пізнавальні процеси людини. Активна і пасивна форми поведінки людини в напружених і екстремальних ситуаціях, їх переваги і недоліки. Типи поведінки людини в напружених і екстремальних ситуаціях (напружений, агресивно-безконтрольний, прогресивний, гальмівний, боязкий). Особливості поведінки людини в напружених і екстремальних ситуаціях залежно від соціального статусу і типу особистості.

ТЕМА 7. УПРАВЛІННЯ ПОВЕДІНКОЮ І ДІЯЛЬНІСТЮ ЖЕРТВ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ

Методи профілактики панічних реакцій. Аналіз особливостей виникнення і перебігу різних форм індивідуальних і колективних реакцій страху (паніки). Навчання правилам забезпечення безпеки і виховна робота по формуванню в свідомості людей обережності і розумної поведінки в аварійних і надзвичайних ситуаціях. Засоби боротьби з панікою: переконання, категоричний наказ, інформація про неіснування небезпеки, використання сили, усунення найбільш активних панікерів. Зниження загальної інтенсивності негативного емоційного впливу. Жорстке, директивне управління людьми в панічні моменти у поєднанні з екстремим пред'явленням звичного стимулу.

ТЕМА 8. ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМИ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ. ФАКТОРИ І ТИПОЛОГІЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

Репресивний і біологічний підходи. Соціологічний підхід. Психологічний підхід. Соціально-психологічний підхід. Психоаналітична концепція суїцидальної поведінки. Уявлення про суїцидальну поведінку до Юнга, Меннінгера. Клініко- психологічний підхід. Інтеграційний підхід. В. Франкл про самогубство. Танатологія Е. Шнейдмана. Суїцид як явище. Психологічний сенс суїциду. Полімотивованість суїцидальної поведінки. Суїцидальна поведінка за типом «протесту». Суїцидальна поведінка за типом «заклику». Суїцидальна поведінка за типом "уникнення". Суїцидальна поведінка за типом «самопокарання». Суїцидальна поведінка за типом

«відмови» від життя. Класифікація самогубств Е. Дюркгейма. Соціальні чинники суїциду. Вікові аспекти суїцидології.

ТЕМА 9. ПИТАННЯ ГОРЯ І ВТРАТИ У ЖИТТІ ЛЮДИНИ. ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА ДОПОМОГА ЛЮДИНІ ПРИ ГОРІ І ВТРАТІ

Поняття «Нормального горя». Загальні симптоми горя. Соматичні порушення. Специфічні порушення дихання, фізична перевтома, втрата апетиту, порушення сну (кошмари, безсоння). Психологічна сфера при втраті близьких. Відчуття провини, занурення в образ померлого. Відчуття спустошеності, дратівливості. Ідеалізація померлого. Конфлікт гніву з ідеалізацією. Фази горя і стадії переживання втрати. Шок і оціпеніння. Фаза страждання – дезорганізації. Фаза залишкових поштовхів і реорганізації. Фаза завершення. Психологічна і психотерапевтична допомога на різних стадіях переживання втрати. Принципи спілкування і допомога дитині у горі. Стани в процесі горювання, що вимагають психотерапії. Психотерапія при смерті близької людини. Робота з відчуттям провини, агресією, травматичними спогадами. Побудування майбутнього. Робота з дітьми, що пережили втрату близької людини.

ТЕМА 10. ОРГАНІЗАЦІЯ ДІЯЛЬНОСТІ СЛУЖБ ЕКСТРЕНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДЛЯ ОСІБ, ЩО ОПИНИЛИСЬ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ (СЖО)

Взаємодія служб екстреної допомоги в НС. Нормативно-правове забезпечення діяльності антикризових підрозділів. Організація і зміст діяльності сектора «Мобільна допомога». Організація і зміст діяльності сектора «Телефон довіри». Організація і зміст діяльності антикризових бригад. Спеціальні технології в діяльності антикризових підрозділів. Інформаційні технології в діяльності антикризових підрозділів. Патерни поведінки в надзвичайних ситуаціях. Психологія груп в надзвичайних ситуаціях. Стратегії роботи з постраждалими в НС. Специфіка застосування психодіагностики, психотехнік дії і процедур надання психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях. Основні принципи екстреної психологічної допомоги в НС. Цілі і завдання екстреної психологічної допомоги. Інформаційна терапія. поведінкові прийоми і методи, які спрямовані на зняття психоемоційного збудження, тривоги, панічних реакцій.

ТЕМА 11. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В ЕКСТРЕМАЛЬНІЙ ТА КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ

Екстремальна підготовленість людини. Само- і взаємодопомога постраждалим в екстремальній ситуації. Організація комплексної допомоги постраждалим в екстремальних ситуаціях різного типу. Основні напрями психологічної допомоги постраждалим дітям і їх батькам. Психологічна підтримка фахівців, що працюють в кризових ситуаціях. Сексуальне насильство. Принципи допомоги жертвам зґвалтування. Психологічна допомога особам, постраждалим від насильства в дитинстві. Принципи роботи з клієнтами, що скоїли насильство в сім'ї.

ТЕМА 12. СТРЕС, ПОСТРАВМАТИЧНІ СТРЕСОВІ РОЗЛАДИ

Теоретичні передумови виникнення і розвитку проблеми стресу. Вчення І. П. Павлова про експериментальні неврози. Причини, передумови стресу. Емоційна напруженість. Види стресу. Класифікація основних стресорів. Фази розвитку стресу. Поняття загального адаптаційного синдрому, рівні адаптації. Стадії розвитку стресових реакцій по Г.Сельє. Поняття психічного здоров'я. Стрес і пограничні стани. Хвороби стресової етіології. Чинники розвитку посттравматичних стресових розладів (далі – ПТСР). Класифікації причин виникнення ПТСР

ТЕМА 13. ПРИНЦИПИ І МЕТОДИ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З ОСОБАМИ, ЩО МАЮТЬ ОЗНАКИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ

Різні техніки і вправи, які використовують у психокорекційній роботі з клієнтами, що страждають ПТСР. ПТСР у клієнтів, що отримали травми в результаті катастроф і нещасних випадків. Особливості перебігу посттравматичних стресових розладів у клієнтів, що отримали травми в результаті катастроф і нещасних випадків. Поведінкова терапія. Когнітивна терапія. Екзистенціальна терапія.

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

План практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Типологія екстремальних та кризових ситуацій	2
2	Тема 4. Психологія екстремальних видів діяльності	2
3	Тема 6. Психологія поведінки людини в напружених, екстремальних та надзвичайних ситуаціях	2
4	Тема 8. Питання горя і втрати у житті людини	2
5	Тема 9. Питання горя і втрати у житті людини. Психотерапевтична допомога людині при горі і втраті	2
6	Тема 11. Соціально-психологічна допомога в екстремальній та кризовій ситуації	2
7	Тема 12. Стрес, постравматичні стресові розлади	2
8	Тема 13. Принципи і методи психокорекційної роботи	2

	з особами, що мають ознаки посттравматичного стресового розладу	
--	---	--

Зміст практичних занять

Практичне заняття 1. *Тема 1.* Типологія екстремальних та кризових ситуацій

Питання для обговорення на занятті:

1. Психологія травм у соціальній роботі як навчальна дисципліна, причини її виникнення.
2. Предмет, мета, завдання психології травм у соціальній роботі
3. Підходи до визначення поняття «надзвичайна ситуація».
4. Забезпечення безпеки в надзвичайних ситуаціях.
5. Підходи до визначення поняття «криза». Надзвичайна ситуація як чинник кризи.
6. Визначення поняття «надзвичайна ситуація» в окремих галузях психологічних наук.
7. Підходи до визначення поняття «криза». Надзвичайна ситуація як чинник кризи. Криза як джерело надзвичайних ситуацій
8. Визначення поняття «кризова ситуація» в психології.
9. Наслідки дії кризової ситуації на людину.
10. Поняття «психотравмуючий чинник», «психічна травма».
11. Типологія психотравмуючих чинників

Практичне завдання:

1. Проаналізуйте співвідношення понять «екстремальна ситуація» та «кризова ситуація».
2. Що є предметом вивчення дисципліни «Психологія екстремальних та кризових ситуацій»?
3. Дайте визначення поняття «надзвичайна ситуація» у психологічному контексті.

4. Поясніть підходи до поняття «криза».
5. Поясніть поняття «психологічна травма» та «психотравмуючі чинники».

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
3. Оніщенко Н. В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти: монографія / Н.В.Оніщенко. – Х.: Право, 2014. – 514.
4. 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., Костира І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Практичне заняття 2. *Тема 4.* Психологія екстремальних видів діяльності

Питання для обговорення на занятті:

1. Поняття екстремальної ситуації.
2. Вплив екстремальних ситуацій на людину.
3. Суб'єкти екстремальної ситуації.

Практичне завдання:

1. Що таке екстремальна ситуація та які фактори визначають екстремальність?
2. Яка ситуація є максимально психотравматичною з точки зору антропогенних надзвичайних ситуацій?

3. Який вид екстремальної ситуації природного походження вважається найбільш руйнівним? Які він має психоемоційні наслідки для людини?
4. Перелічіть, хто відноситься до суб'єктів екстремальної ситуації.
5. Опишіть стадії психічних реакцій жертв екстремальних ситуацій.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних :

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
4. 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., Костиря І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Практичне заняття 3. *Тема 6.* Психологія поведінки людини в напружених, екстремальних та надзвичайних ситуаціях

Питання для обговорення на занятті:

1. Переживання і поведінка людини в надзвичайних ситуаціях, її образ світу.
2. Психологічна готовність людей до надзвичайних ситуацій.
3. Психічні розлади під час і після екстремальних ситуацій.
4. Основні психічні стани та реакції, що виникають у фахівців ДСНС в екстремальних ситуаціях службової діяльності.

Практичне заняття 4. *Тема 8.* Основні теретичні підходи до проблеми суїцидальної поведінки. Фактори і типологія суїцидальної поведінки

Питання для самоперевірки:

1. Сутність суїцидальної поведінки.
2. Основні концепції та підходи в сучасній суїцидології.
3. Суїцидальна мотивація.
4. Міфи та факти щодо суїцидів.
5. Концепції формування суїцидів.
- 8.6. Типологія суїцидів.
7. Вікові особливості суїцидальної поведінки.

Практичне завдання:

1. Поясніть різницю у переживанні НС між інтерналами та екстераналами.
2. Опишіть можливі стани психологічно невідготтовлених людей у НС.
3. Коротко опишіть три періоди розвитку НС. Якими станами людей характеризується кожний з періодів?
4. Охарактеризуйте класифікацію бойових стресорів.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних :

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.

4. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХП», 2022. – 364 с.

Практичне заняття 5. *Тема 9.* Питання горя і втрати у житті людини.

Психотерапевтична допомога людині при горі і втраті

Питання для обговорення на занятті:

1. Горе як процес. Стадії переживання.
2. «Нормальне» та «патологічне» горе.
3. Завдання горя.
4. Особливості психологічної допомоги при втраті.
5. Психологічний супровід людини, що переживає горе.
6. Консультування клієнтів, які пережили втрату.

Практичне завдання:

1. Наведіть приклад надання психологічної допомоги людині, яка переживає втрату.
2. Визначте етапи психологічної допомоги.
3. Розкрийте особливості психологічного консультування клієнтів, які зазнали втрату.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних :

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.

3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.

4. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Практичне заняття 6. *Тема 11.* Соціально-психологічна допомога в екстремальній та кризовій ситуації

Питання для обговорення на занятті:

1. Рекомендації для психологів та соціальних працівників, які працюють в екстремальній ситуації.

2. Сучасні напрямки психотерапії при наданні екстреної психологічної допомоги.

Практичне завдання:

1. Розкрийте принципи надання екстреної психологічної допомоги особам, постраждалим у результаті впливу екстремальних ситуацій.

2. Як поводитися з постраждалими, які перебувають у різних психічних станах?

3. Психологічна допомога близькій людині.

4. Розкрийте правила першої психологічної допомоги в екстремальній ситуації.

2. Розкрийте психотерапевтичні та психокорекційні напрямки роботи, які використовуються при наданні екстреної психологічної допомоги

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних :

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
4. 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., Костиря І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Практичне заняття 7. Тема 12. Стрес, посттравматичні стресові розлади

Питання для обговорення на занятті:

1. Поняття, фази і компоненти стресу.
2. Характеристика стресу.
3. Передумови виникнення посттравматичних стресових розладів.
4. Поняття посттравматичного стресового розладу.
5. Характеристика посттравматичного стресового синдрому.
6. Типологія ПТСР.

Практичне завдання:

1. Розкрийте особливості психопатологічних розладів в екстремальних ситуаціях.

3. Надайте поняття «ПТСР», розкрийте його симптоми та стадії.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних :

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
4. 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., Костиря І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Практичне заняття 8. *Тема 13.* Принципи і методи психокорекційної роботи з особами, що мають ознаки посттравматичного стресового розладу

Питання для обговорення на занятті:

1. Діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу.
2. Основні напрями реабілітації ПТСР.
3. Психотерапія посттравматичного стресового розладу.
4. Консультування та психотерапія учасників бойових дій.
5. Модель психологічної реабілітації.

Практичне завдання:

1. Охарактеризуйте види посттравматичного стресового розладу та їх діагностика.

2. Розкрийте основні напрями реабілітації ПТСР.

3. Психотерапевтичне консультування, напрями та методи роботи з травматичними переживаннями

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних :

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
4. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

**МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ З ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
СТУДЕНТІВ**

Загальні методичні рекомендації організації самостійної роботи студентів

Самостійна робота студентів (СРС) займає провідне місце у системі сучасної вищої освіти. З усіх видів навчальної діяльності СРС значною мірою забезпечує формування самостійності як провідної риси особистості студента.

Самостійна робота завершує завдання усіх інших видів навчальної діяльності. Адже знання, що не стали об'єктом власної діяльності, не можуть вважатися дійсним надбанням людини. Тому СРС має навчальне, особисте та суспільне значення.

Навчальна діяльність характеризується суб'єктністю, активністю, предметністю, цілеспрямованістю, наявністю структури та змісту. Особливими ознаками самостійної навчальної діяльності є такі:

- зміни самого суб'єкта;
- залежність від рівня розвитку студента та опора на досягнутий рівень розвитку;
- засвоєння загальних способів дій та наукових понять;
- передування загальних засобів дій вирішенню завдань;
- залежність змін психічних властивостей та поведінки тих, хто навчається, від результатів їх власних дій.

Виконання самостійної роботи передбачає:

1. Опрацювання навчальної літератури за допомогою бібліотеки кафедри, університету, мережі Інтернет.
2. Вивчення навчального матеріалу, який дається для самостійної роботи.
3. Засвоєння знань, видів та способів діяльності в конкретній предметній галузі.
4. Самоперевірка засвоєних знань за допомогою представлених питань.

За необхідності можна отримати індивідуальну консультацію викладача щодо виконання самостійної роботи. Для цього на кафедрі кожного семестру розробляється графік консультацій викладачів.

Дидактичне забезпечення самостійної роботи студентів

Тема 2. Вікові особливості протікання криз

Питання для самоперевірки:

1. Поняття вікової кризи.
2. Вікові кризи розвитку дитини за Л. Виготським. .
3. Періодизація розвитку особистості за Е. Еріксоном.
4. Кризи юнацького, зрілого, середнього, похилого та літнього віку.

Література:

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
4. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації / Р. А. Мороз. – Миколаїв : Іліон, 2016. – 224 с.

5. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Тема 3. Екзистенційні кризи та основи кризисної психотерапії

Питання для самоперевірки:

1. Поняття екзистенціальна криза. Причини їх виникнення і способи подолання.
2. Сутність екзистенціальної тривоги. Її класифікація.
3. Види екзистенціальних тривог:
 - тривога долі і смерті;
 - тривога вини і осуду;
 - тривога порожнечі і відсутності сенсу.
4. Психотерапевтична теорія невротичної тривоги.
5. Особливості невротизованої особистості.

Література:

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.

3. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
4. Злобіна О. Г. Суспільна криза і життєві стратегії особистості / О. Г. Злобіна, В. О. Тихонович. – К. : Стислос, 2001. – 238 с.
5. Кісарчук З.Г. Психологічне консультування // Основи практичної психології. – К., 2001. – С. 267-283.
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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

Тема 5. Екстремальні психічні стани жертв надзвичайних ситуацій

Питання для самоперевірки:

1. Типологія і особливості надзвичайних ситуацій.
2. Залежність поведінки людини в екстремальній ситуації від її індивідуально- психологічних особливостей.
3. Типові психічні стани людини в надзвичайній ситуації.
4. Динаміка афективних реакцій і поведінки людини в зоні надзвичайної ситуації.
5. Фрустраційна регресія.
6. Роль суб'єктивних чинників у розвитку травматичного стресу.

Література:

1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
2. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХП», 2022. – 364 с.
3. Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб./ І. І. Приходько, О. С. Колесніченко, О.В.Тімченко та ін. / За заг. ред. проф. І. І. Приходька. – Х.: НА НГУ, 2016. – 571 с.

Тема 7. Управління поведінкою і діяльністю жертв екстремальних ситуацій

Питання для обговорення на занятті:

1. Класифікація учасників екстремальних ситуацій.
2. Натовп як форма стихійної масової поведінки.
3. Паніка як екстремальна форма поведінки натовпу.
4. Способи профілактики паніки.
5. Засоби боротьби з панікою

Література:

1. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
2. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХП», 2022. – 364 с.

3. Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб./ І. І. Приходько, О. С. Колесніченко, О.В.Тімченко та ін. / За заг. ред. проф. І. І. Приходька. – Х.: НА НГУ, 2016. – 571 с.

Тема 10. Організація діяльності служб екстреної психологічної допомоги для осіб, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО)

Питання для самоперевірки:

1. Поняття екстреної психологічної допомоги.
2. Підготовка психологів, соціальних працівників та соціально-психологічної служби.
3. Організація екстреної психологічної допомоги в зоні НС та особам, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО).
4. Основні принципи надання екстреної психологічної допомоги.
5. Правила проведення психологічної та корекційної допомоги.

Література:

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
3. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ МАГІСТРАМИ ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

Варіант 1

1. Опишіть особливості вікових криз.
2. Психологія травм у соціальній роботі як навчальна дисципліна, причини її виникнення.
3. Модель психологічної реабілітації.

Варіант 2

1. Опишіть стадії розвитку *Ego* особистості за Е. Еріксоном.
2. Предмет, мета, завдання психології травм у соціальній роботі.
3. Специфіка професійної діяльності працівників силових структур.

Варіант 3

1. Вікова криза. Головний сенс перехідного періоду.
2. Забезпечення безпеки в надзвичайних ситуаціях.
3. Діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу.

Варіант 4

1. Характеристика криз дитячого віку з точки зору Л. Виготського.
2. Підходи до визначення поняття «надзвичайна ситуація».
3. Основні напрями реабілітації ПТСР.

Варіант 5

1. Криза 3-х років.
2. Психотерапія посттравматичного стресового розладу.
3. Консультування та психотерапія учасників бойових дій.

Варіант 6

1. Особливості поведінки підлітку за Л. Виготським.
2. Опишіть етапи завершення паніки.

3. Поняття екстреної психологічної допомоги.

Варіант 7

1. Криза середнього віку. Можливі шляхи розв'язання даної кризи.
2. Типологія суїцидів.
3. Підготовка психологів, соціальних працівників та соціально-психологічної служби.

Варіант 8

1. НС соціально-політичного характеру.
2. Організація екстреної психологічної допомоги в зоні НС та особам, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО).
3. Горе як процес. Стадії переживання.

Варіант 9

1. Природні явища, що призводять до виникнення надзвичайних ситуацій.
2. «Нормальне» та «патологічне» горе.
3. Вікові особливості суїцидальної поведінки.

Варіант 10

1. Теорія В. І. Гарбузова щодо типології людей в залежності від домінуючого інстинкту.
2. Підходи до визначення поняття «криза». Надзвичайна ситуація як чинник кризи.
3. Особливості психологічної допомоги при втраті.

Варіант 11

1. Особливості процесів уваги, пам'яті та афективних реакцій особистості в екстремальній ситуації.

2. Наслідки дії кризової ситуації на людину.
3. Консультування клієнтів, які пережили втрату.

Варіант 12

1. Класифікація ознак пам'яті.
2. Визначення поняття «надзвичайна ситуація» в окремих галузях психологічних наук.
3. Психологічний супровід людини, що переживає горе.

Варіант 13

1. Особливості надання психологічної допомоги учасникам екстремальних ситуацій залежно від категорії, до якої відносяться люди.
2. Поняття «психотравмуючий чинник», «психічна травма».
3. Правила проведення психологічної та корекційної допомоги.

Варіант 14

1. Види паніки.
2. Роль суб'єктивних чинників у розвитку травматичного стресу.
3. Основні психічні стани та реакції, що виникають у фахівців ДСНС в екстремальних ситуаціях службової діяльності.

Варіант 15

1. Способи профілактики паніки.
2. Переживання і поведінка людини в надзвичайних ситуаціях, її образ світу.
3. Сутність суїцидальної поведінки.

Варіант 16

1. Фази, які переживає особистість у НС.
2. Типологія психотравмуючих чинників
3. Міфи та факти щодо суїцидів.

Варіант 17

1. Можливі поведінки особистості на тлі регресії у НС.
2. Динаміка афективних реакцій і поведінки людини в зоні надзвичайної ситуації.
- 3.

Варіант 18

1. Руйнівні стани для людини у НС.
2. Правила проведення психологічної та корекційної допомоги.
3. Основні концепції та підходи в сучасній суїцидології.

Варіант 19

1. Типи ставлень людини до самої себе, що по-різному впливають на її поведінку у НС.
2. Підходи до визначення поняття «криза». Надзвичайна ситуація як чинник кризи. Криза як джерело надзвичайних ситуацій
3. Психічні розлади під час і після екстремальних ситуацій.

Варіант 20

1. Поняття екзистенційної тривоги. Фактори, за якими класифікують екзистенційні тривоги.
2. Концепції формування суїцидів.
3. Види натовпу.

Варіант 21

1. Категорії підлітків, які найбільш чутливі до наслідків психологічної кризи.
2. Типові психічні стани людини в надзвичайній ситуації.
3. Психологічна готовність людей до надзвичайних ситуацій.

Варіант 22

1. Способи профілактики паніки.

2. Залежність поведінки людини в екстремальній ситуації від її індивідуально- психологічних особливостей.

3. Поняття екстреної психологічної допомоги.

Варіант 23

1. Поняття екзистенційної кризи та її причини.

2. Ознаки невротизованої особистості.

3. Основні принципи надання екстреної психологічної допомоги.

Варіант 24

1. Сфери особистості, що найбільш схильні до змін під час кризи похилого віку.

2. Основні принципи надання екстреної психологічної допомоги.

3. Підготовка психологів, соціальних працівників та соціально-психологічної служби.

Варіант 25

1. Види екзистенційних тривог.

2. Типологія і особливості надзвичайних ситуацій.

3. Організація екстреної психологічної допомоги в зоні НС та особам, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО).

ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ З КУРСУ «ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМ У СОЦІАЛЬНІЙ
РОБОТІ»

Змістовий модуль 1

Екстремальні та кризові ситуації у житті людини

1. Причини виникнення психології екстремальних та кризових ситуацій.
2. Предмет, розділи та завдання психології екстремальних та кризових ситуацій?
3. Що розуміється під словосполученням «надзвичайна ситуація»?
4. Поняття «кризис» у життєвих та екстремальних ситуаціях.
5. Що розуміється під словосполученнями: «небезпечна ситуація», «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «кризисна ситуація»?
6. Спільні та відмінні особливості стресової ситуації (СС), напруженої ситуації (НС), екстремальної ситуації (ЕС).
7. Класифікації напружених і екстремальних ситуацій, їх критерії.
8. Зовнішні і внутрішні фактори емоціогеності надзвичайних та екстремальних ситуацій.
9. Первинні реакції людини на екстремальні ситуації.
10. Дайте визначення поняттю «стрес».
11. Емоційний (психічний) та фізіологічний (системний) стрес.

12. Що таке загальний адаптаційний синдром і які стадії розвитку цього синдрому вам відомі?
13. В якій стадії загального адаптаційного синдрому виділяють фази «шоку» і «протишоку»?
14. Дайте визначення поняттю «стресостійкість».
15. Особистісні особливості людини, які впливають на ступінь її стресостійкості.
16. Емоції людини у стресовій ситуації.
17. Залежність між видом стресу і конкретними емоціями.
18. Назвіть фактори, що впливають на розвиток психологічного стресу.
19. Індивідуальні і особистісні особливості людини, які впливають на розвиток психологічного стресу.
20. Які негативні наслідки стресу для людини?
21. Позитивний вплив стресу на життя людини.
22. Гострий стресовий розлад та його характеристика.

Змістовий модуль 2

Надання екстреної психологічної допомоги в зоні надзвичайних ситуацій (НС) та особам, що опинились у складних життєвих обставинах (СЖО)

23. Основні правила надання екстреної психологічної допомоги.
24. Поняття психічної травми.
25. Характеристика травматичної стресової ситуації.
26. Стратегії поведінки людей, які отримали психічну травму.
27. Феномен компульсивної поведінки.
28. Динаміка переживання травматичної ситуації.

29. Умови виникнення ПТСР.
30. Групи ризику розвитку ПТСР.
31. Діагностичні критерії ПТСР.
32. Форми ПТСР.
33. Напрямки реабілітації ПТСР.
34. Етапи професійної допомоги при ПТСР.
35. Методи самодопомоги при ПТСР.
36. Етапи «нормального» горювання.
37. Стадія відновлення при горі.
38. Хворобливі реакції горя.
39. Синдром передбачуваного горя.
40. Принципи допомоги людині у горі.
41. Патологічні реакції дітей, які пережили втрату.
42. Роль придбань і втрат у нашому житті.
43. Етапи розвитку особистості професіонала.
44. Вікові кризи професійного розвитку.
45. Шляхи подолання емоційного вигоряння професіонала

ПЕРЕЛІК ПРАКТИЧНИХ ЗАВДАНЬ:

Практичне завдання № 1

Наведіть приклади психічних стресорів.

Практичне завдання № 2

Охарактеризуйте поняття «відстрочені реакції на стресову ситуацію»?

Практичне завдання № 3

Дайте визначення екстреної психологічної допомоги.

Практичне завдання № 4

Охарактеризуйте особливості поведінки дітей, які пережили втрату батька.

Практичне завдання № 5

Визначте фактори, що впливають на ступінь впливу на людину сильної стресової ситуації.

Практичне завдання № 6

Опишіть картину гострого горя.

Практичне завдання № 7

Визначте причини емоційного вигорання професіонала.

Практичне завдання № 8

Охарактеризуйте умови сприйняття людиною сильного стресу як травматичного.

Практичне завдання № 9

Охарактеризуйте прийоми само- і взаємодопомоги при страху.

Практичне завдання № 10

Охарактеризуйте своєрідність умов надання екстреної психологічної допомоги.

Практичне завдання № 11

Розкажіть про фази реакцій на горе.

Практичне завдання № 12

Перерахуйте основні завдання, які розв'язуються психологами при наданні екстреної психологічної допомоги в цілому та на кожному етапі роботи.

Практичне завдання № 13

Охарактеризуйте етичні принципи роботи психолога в надзвичайній ситуації.

Практичне завдання № 14

Розкрийте правила першої психологічної допомоги в екстремальній ситуації.

Практичне завдання № 15

Розкрийте психотерапевтичні та психокорекційні напрямки роботи, які використовуються при наданні екстреної психологічної допомоги

Практичне завдання № 16

Охарактеризуйте види посттравматичного стресового розладу та їх діагностика.

Практичне завдання № 17

Розкрийте основні напрями реабілітації ПТСР.

Практичне завдання № 18

Охарактеризуйте класифікацію бойових стресорів.

Практичне завдання № 19

Коротко опишіть три періоди розвитку НС. Якими станами людей характеризується кожний з періодів?

Практичне завдання № 20

Опишіть можливі стани психологічно невідгодованих людей у НС.

Практичне завдання № 21

Назвіть основні етапи організації екстреної психологічної допомоги при надзвичайній ситуації.

Практичне завдання № 22

Поясніть різницю у переживанні НС між інтерналами та екстерналами.

Практичне завдання № 23

Охарактеризуйте прийоми само- і взаємодопомоги при істерії.

Практичне завдання № 24

Охарактеризуйте прийоми само- і взаємодопомоги при тривозі.

Практичне завдання № 25

Охарактеризуйте прийоми само- і взаємодопомоги при агресії і при руховому збудженні.

МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Система оцінювання знань, вмінь та навичок студентів передбачає виставлення оцінок за усіма формами проведення занять. Перевірка та оцінювання знань студентів може проводитись у таких формах:

1. Оцінювання роботи студентів у процесі лабораторних занять.
2. Проведення проміжного контролю.
3. Проведення модульного контролю.

Загальна модульна оцінка складається з поточної оцінки, яку студент отримує під час лабораторних занять та оцінки за виконання модульної контрольної роботи.

Загальна оцінка з дисципліни визначається як середнє арифметичне модульних оцінок.

Порядок поточного оцінювання знань студентів

Поточне оцінювання здійснюється під час проведення лабораторних занять і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до виконання конкретної роботи. Об'єктами поточного контролю є:

- 1) активність та результативність роботи студента протягом семестру над вивченням програмного матеріалу дисципліни; відвідування занять;
- 2) виконання проміжного контролю;
- 3) виконання модульного контрольного завдання.

Контроль систематичного виконання самостійної роботи та активності на практичних заняттях

Оцінювання проводиться за 5-бальною шкалою за такими критеріями:

- 1) розуміння, ступінь засвоєння теорії та методології проблем, що розглядаються;
- 2) ступінь засвоєння матеріалу дисципліни;
- 3) ознайомлення з рекомендованою літературою, а також із сучасною літературою з питань, що розглядаються;
- 4) уміння поєднувати теорію з практикою при розгляді виробничих ситуацій, розв'язанні задач, проведенні розрахунків при виконанні завдань, винесених для самостійного опрацювання, та завдань, винесених на розгляд в аудиторії;
- 5) логіка, структура, стиль викладу матеріалу в письмових роботах і при виступах в аудиторії, вміння обґрунтовувати свою позицію, здійснювати узагальнення інформації та робити висновки.

Оцінка «відмінно» ставиться за умови відповідності виконаного завдання студента або його усної відповіді до всіх п'яти зазначених критеріїв.

Відсутність тієї чи іншої складової знижує оцінку на відповідну кількість балів.

При оцінюванні практичних завдань увага приділяється також їх якості та самостійності, своєчасності здачі виконаних завдань викладачу (згідно з графіком навчального процесу). Якщо якась із вимог не буде виконана, то оцінка буде знижена.

Проміжний модульний контроль

Проміжний модульний контроль рівня знань передбачає виявлення опанування студентом матеріалу лекційного модуля та вміння застосовувати його для вирішення практичної ситуації і проводиться у вигляді контрольної роботи за темами 1-го та 2-го модулю.

Проведення модульного контролю

Модульний контроль здійснюється та оцінюється за допомогою проведення контрольної роботи за всіма темами дисципліни.

Підсумкова оцінка з дисципліни розраховується як середня з кількох складових, що враховує оцінки кожного виду контролю (дві оцінки за

результатами поточного модульного контролю, оцінку за курсовий проект і підсумкову контрольну роботу).

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
 2. Злобіна О. Г. Суспільна криза і життєві стратегії особистості / О. Г. Злобіна, В. О. Тихонович. – К. : Стислос, 2001. – 238 с.
 3. Кириленко Т. С. Психологія : емоційна сфера особистості: навч. посібник / Т. С. Кириленко. - К: Либідь, 2007. - 256 с.
 4. Коен Д. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату / Д. Коен, Е. Маннаріно, Е. Деблінджер. – Львів : Свічадо, 2016. – 264 с.
 5. Кісарчук З.Г. Психологічне консультування // Основи практичної психології. – К., 2001. – С. 267-283.
- Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
6. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
 7. Оніщенко Н. В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти: монографія / Н.В.Оніщенко. – Х.: Право, 2014. – 514.
 8. 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., Костиця І. В., – Харків : НТУ «ХПІ», 2022. – 364 с.

9. Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб./ І. І. Приходько, О. С. Колесніченко, О.В.Тімченко та ін. / За заг. ред. проф. І. І. Приходька. – Х.: НА НГУ, 2016. – 571 с.

10. Столярченко О. Б. Психологія особистості: навч. посібник / О. Б. Столярченко. – К.: Центр учбової літ., 2012. – 280 с.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

11. Кризова психологія: Навчальний посібник /За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. – Х.: НУЦЗУ, 2010. – 401 с.

12. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації / Р. А. Мороз. – Миколаїв : Іліон, 2016. – 224 с.

13. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / Пер. з англ. Діана Бусько; наук. ред. Катерина Явна. – Львів : Вид-во Українського католицького університету : Свічадо, 2014. – 120 с.

14. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. / Тетяна Титаренко. – К. : Главник, 2007. – 144 с.

15. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: Навч. посібник. – К., 2006.

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ В ІНТЕРНЕТІ

16. <http://un.org>
17. <http://uncf.com.ua>

План, п. 568