

**Державний вищий навчальний заклад
Донбаський державний педагогічний університет
Горлівський інститут іноземних мов
Кафедра психології**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Особистість у кризових умовах: психотехнології особистісних змін
(ПРОФІЛЬНИЙ РІВЕНЬ)**

Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність	014 Середня освіта , 053 Психологія
Освітня програма	Середня освіта (Українська мова і література). Психологія, Середня освіта (Історія). Психологія
Форма навчання	денна
Рік навчання	2 семестр
Статус дисципліни обов'язкова	обов'язкова
Пререквізити	загальні та фахові знання, отримані на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти («Загальна психологія», «Вікова психологія», «Основи психологічного консультування», «Сучасні теорії глибинної психології», «Практикум психологічної допомоги»)
Постреквізити	знання можуть бути використані під час психологічної практики (виробничої), виконання кваліфікаційної роботи та післядипломної практичної підготовки.
Технічне обладнання та програмне забезпечення	Moodle, DSpace Repository Мультимедійна дошка, ноутбук, проектор

Відомості про розробників, які викладають навчальну дисципліну

Викладач (-і)	<i>Резнікова Олена Анатоліївна</i> , кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Контактна інформація	+38(050)-50-47-993
E-mail	ereznikova63@gmail.com
Формат курсу	Очний (offline) /онлайн (online) / змішане навчання (blended learning)
Консультації	консультації в день проведення лекцій/ семінарських /практичних занять (за попередньою домовленістю). Усі запитання також можна надсилати на адресу електронної пошти, зазначену в силабусі.

1. Опис навчальної дисципліни «Особистість у кризових умовах: психотехнології особистісних змін (профільний рівень)» формує теоретичні конструкти та психологічні технології управління особистісними змінами в кризових умовах та критичних ситуаціях життя.

2. Цілі та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни полягає у ознайомленні студентів із концептуальними засадами і методологічними принципами кризової психології, сучасними психологічними технологіями управління особистісними змінами в кризових умовах та критичних ситуаціях життя; у формуванні базових практичних умінь і навичок, морально-етичних норм і відповідальності; у становленні професійної ідентичності та професійної компетентності.

Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни «Особистість у кризових умовах: психотехнології особистісних змін» є:

- формування цілісного уявлення про зміст, методи і принципи кризової психології;
- формування уявлення про психологічні технології управління особистісними змінами в кризових умовах та критичних ситуаціях життя;
- формування початкового досвіду та професійної позиції майбутніх психологів щодо своєї практичної діяльності;
- надання можливості засвоєння професійних критеріїв оцінки ефективності психотехнологій кризових особистісних змін.

3. Програмні компетентності та результати навчання

Вивчення навчальної дисципліни «Особистість у кризових умовах: психотехнології особистісних змін» передбачає формування та розвиток у здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти наступних **компетентностей** і програмних **результатів** навчання:

інтегральна компетентність:

- Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання і проблеми в галузі середньої освіти та психології, що передбачає застосування концептуальних знань на межі галузей, здійснення інновацій та/або проведення досліджень і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог;

загальні компетентності

- Здатність виявляти професійні проблеми, знаходити рішення і брати відповідальність за їх реалізацію.
- Здатність мислити абстрактно, аналізувати, синтезувати, узагальнювати й систематизувати.

спеціальні компетентності

- Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
- Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
- Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

програмні результати навчання:

- Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
- Розробляти програми психологічних інтервенцій (консультування), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
- Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

4. Рекомендовані джерела

Основна література:

- 1 Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
- 2 Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с. Загальна редакція: Л. Царенко. Колектив авторів: Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович, Л. Гриценко, В. Кочубей, Л. Гридковець. Загальне керівництво проектом: Л. Малогулко.
- 3 Резнікова О.А., Бабкіна О.В.. Адаптаційна трансформація копинг-стратегій та стилів саморегуляції особистості студента. Теорія і практика сучасної психології Зб. наук. праць Класичного приватного університету №1, Т.2, 2020.– С.141-145. (Index Copernicus International)
- 4 Романенко Ю.В. Сучасні психотехнології: навчальний посібник. Київ, 2018. 72 с.
- 5 Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

Допоміжна література:

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів, 2017. 212 с.
2. Арнц А., Якою Г. Схема-терапія: модель роботи з частками / пер. Я. Кременської. Львів: Свічадо, 2014, 254 с.
3. Борозенцева Т.В., Грицук О.В., Муратова О.В. Стрес-менеджмент: практичні технології : навчально-методичний посібник. Краматорськ : Тираж – 51, 2021. 128 с.
4. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості: навчальний посібник. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 110 с.
5. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж.. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Свічадо, 2014. с. 420.
6. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. Дрогобич, 2015. 116 с.
7. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник. К.: ТОВ Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
8. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
9. Кошелева Н.Г. Особливості психосоціальної допомоги внутрішньо переміщеним особам. *Проблеми психології діяльності в особливих умовах: матеріали I Всеукр. наук.-практ. конф., м. Черкаси, 18 квітня 2023 р. /*

- Черкаський ін.-т пожежної безпеки імені героїв Чорнобиля НУЦЗ України.
Черкаси: видавець Третяков О.М., 2023. С. 189-191.
10. Кучеренко Є. В. Інтегративні методи психосинтезу особистості: навчальний посібник. Ужгород, 2013. 120 с.
 11. Москалець В. П. Психологія особистості: підручник. Київ, 2021. 364 с.
 12. Мушкевич М. І. Основи психотерапії: навч. посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. 420 с.
 13. Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості: монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми, 2019. 540 с.
 14. Седих К. В., Фільц О. О. Основи психотерапії: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2016. 192 с.
 15. Сердюк Л. З., Чайка Г. В., Чиханцова О. А. Психологічні технології сприяння психологічному благополуччю особистості: методичні рекомендації. Київ – Львів, 2021. 68 с.
 16. Сердюк Л. З. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості: монографія. Київ, 2018. 192 с.
 17. Тавровецька Н. І. Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості: колективна монографія. Херсон, 2019. 354 с.
 18. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь, 2003. 376 с.
 19. Чепелева Н. В., Зазимко О. В., Шиловська О. М. Наративні практики самопроєктування: методичні рекомендації. Київ, 2019. 44 с.
 20. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І., Коширець В. В. Психологічне консультування та психотерапія: зміст, прийоми, технології: навч. посібник. Луцьк, 2018. 300 с.
 21. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум: навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.
 22. Maltz M. Psycho-Cybernetics: Updated and Expanded. TarcherPerigee. 2015 P.336.
 23. Peeters N, van Passel B, Krans J. The effectiveness of schema therapy for patients with anxiety disorders, OCD, or PTSD: A systematic review and research agenda. Br J Clin Psychol. 2021 Jul 23.
 24. Stephanie A. Wiebe, Susan M. Johnson. A Review of the Research in Emotionally Focused Therapy for Couples. Family Process. 2016. T. 55, Vol. 3. P. 390-407.

Інформаційні ресурси:

1. Законодавство України – <https://rada.gov.ua/news/zak>
2. Наукова періодика України – <http://nbuv.gov.ua/taxonomy/term/334>–.
3. Електронні підручники онлайн «Педагогіка і психологія» – <http://chitalka.info/psy.html>.
4. Вісник психології і соціальної педагогіки – <http://psyh.kiev.ua/nma-referats/flarefers/lang-1/referat-109/referatpart-4/index.html> –.
5. Національна парламентська бібліотека України – nplu.kiev.ua
6. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського – nbuv.gov.ua

7. Державна науково-медична бібліотека України – ukrlibworld.kiev.ua/med4.gntb.n-t.org
8. Публічна бібліотека імені Лесі Українки (Київ) – lucl.lucl.kiev.ua.ukrbook.net
9. Українська електронна бібліотека – lib.com.ua -

5. Процес навчання, інформаційний обсяг дисципліни

Навчання на курсі відбувається в форматі лекційних, семінарських та практичних занять.

Загальна кількість годин/кредитів: 90 год. /3 ECTS; лекційні заняття – 10 год., семінарські – 8 год., практичні – 36 год.; самостійна робота – 36 год.

Теми лекцій

№	Назва теми	Кількість годин
	Змістовий модуль № 1. «Психологія кризи. Психологічні технології особистісних змін»	
1	Життєві кризи особистості: психологічний аналіз	2
2	Сучасні класифікації кризових ситуацій та методологічні підходи до їх вивчення	2
3	Особливості функціонування Еґо-системи особистості у період кризи та після неї	2
4	Психотерапевтичні технології особистісних змін в кризових умовах та критичних ситуаціях життя	4
	Разом:	10

Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Бойова психічна травма: критерії діагностики, динаміка розвитку, реабілітація.	2
2	Психологія кризової особистості	2
3	Психологічне подолання як індивідуальний спосіб взаємодії із кризовою ситуацією	2
4	Психодіагностика стресових розладів.	2
	Разом:	8

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Значення психологічного концепту стресу в психології кризи.	2
2	Психологічний зміст кризових ситуацій. Типології стресових розладів.	8
3	Стратегії подолання життєвих криз та їх типологія. Механізми і психологічні структури посткризового зростання.	2
4	Визначення та сутність психологічної допомоги особистості в кризових станах.	8

САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Життєві кризи особистості: психологічний аналіз	6
2	Сучасні класифікації кризових ситуацій та методологічні підходи до їх вивчення	6
3	Особливості функціонування Его-системи особистості у період кризи та після неї	6
4	Теоретичні основи та стратегії психологічної допомоги у ситуації кризи	6
5	Психодіагностичні технології кризових особистісних змін	6
6	Психотерапевтичні технології кризових особистісних змін	6
	Разом:	36

Політика навчальної дисципліни

Політика академічної поведінки. Внутрішня екосистема інституту будується на засадах взаємної поваги й партнерства між учасниками освітнього процесу, а також на засадах розвитку, інклюзивності, безбар'єрності, відкритості, прозорості, у якій враховані потреби й таланти кожної людини. Форми організації освітнього процесу, види навчальних занять і оцінювання результатів навчання регламентуються [Положенням про організацію освітнього процесу](#).

Вивчення навчальної дисципліни *«Особистість у кризових умовах: психотехнології особистісних змін (профільний рівень)»* потребує підготовки до семінарських занять, практичних занять. Результатом підготовки до занять повинно бути змістовне володіння здобувачем вищої освіти матеріалом з теми, якій присвячено відповідне заняття.

Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання здобувачів вищої освіти. За об'єктивних/поважних причин навчання може відбуватись у змішаному та онлайн-форматі за попереднім погодженням. Пропущені (з поважних причин) заняття мають бути відпрацьовані. Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин.

Політика академічної доброчесності здобувачів і викладачів регламентується [Положенням про академічну доброчесність](#), [Положенням про забезпечення якості освітньої діяльності та якості вищої освіти](#), [Положенням про самостійну роботу](#).

Відповідь здобувача повинна демонструвати ознаки самостійного виконання завдань, відсутність ознак повторюваності та плагіату. Цитування в письмових роботах допускається тільки із відповідним посиланням на авторський текст. Недопустимі підказки і списування у ході виконання лабораторних робіт, контрольних робіт.

7. Політика та критерії оцінювання

Вивчення курсу завершується складанням екзаменом.

Загальна оцінка з навчальної дисципліни складається із суми балів за контрольні точки (40%) та контрольної роботи змістового модулю (20%), набраних упродовж навчального семестру та оцінки за іспит (40 %)

Кількість КТ – 2 (коефіцієнт – 0,2)

Кількість КРЗМ – 1 (коефіцієнт – 0,2)

Іспит – коефіцієнт 0,4

№	Вид діяльності	% від заг. оцінки	Термін виконання
1.	КТ №1: усне опитування, письмові завдання	20	Семінар № 4
2.	КТ №2: усне опитування, письмові завдання	20	Практичне заняття № 6
3.	КРЗМ: тестування, підготовка творчих завдань	20	Практичне заняття № 17
4.	Іспит	40	
	Разом:	100	

Критерії оцінювання результатів навчання

Оцінка	Критерії оцінювання
«відмінно»	ставиться за повні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; за вияв креативності у розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь.
«добре»	ставиться за вияв здобувачем повних, систематичних знань із дисципліни, успішне виконання практичних завдань, засвоєння основної та додаткової літератури, здатність до самостійного поповнення та оновлення знань. Але у відповіді студента наявні незначні помилки.
«задовільно»	ставиться за вияв знання основного навчального матеріалу в обсязі, достатньому для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності, поверхову обізнаність з основною і додатковою літературою, передбаченою навчальною програмою; можливі суттєві помилки у виконанні практичних завдань, але здобувач спроможний усунути їх із допомогою викладача.
«незадовільно»	виставляється студентові, відповідь якого під час відтворення основного програмового матеріалу поверхова, фрагментарна, що зумовлюється початковими уявленнями про предмет вивчення. Таким чином, оцінка «незадовільно» ставиться здобувачеві, який неспроможний до навчання чи виконання фахової діяльності після закінчення ВНЗ без повторного навчання за програмою відповідної дисципліни.

Шкала оцінювання рівня навчальних досягнень здобувачів ВНЗ, національна та ECTS:

Оцінка	в	Оцінка за національною	Оцінка за	Пояснення
--------	---	------------------------	-----------	-----------

балах	шкалою		шкалою ECTS	
	екзамен	залік		
90-100	Відмінно	зараховано	A	відмінне виконання лише з незначною (мінімальною 1-2) кількістю помилок
82-89			B	вище середнього рівня з кількома помилками
75-81			C	вище середнього рівня з кількома помилками
67-74			D	непогано, але зі значною кількістю недоліків
60-66			E	виконання задовольняє мінімальним критеріям
35-59	Незадовільно	не зараховано	FX	з можливістю повторного складання
1-34			F	з обов'язковим повторним курсом