**Силабус курсу Психологічна допомога у кризових ситуаціях**

**2020-2021 навчального року**

|  |  |
| --- | --- |
| **Назва курсу** | Психологічна допомога у кризових ситуаціях |
| **Адреса викладання курсу** | Львівський національний університет імені Івана Франка, кафедра психології, вул.Коперника, 3 |
| **Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна** | Філософський факультет, кафедра психології |
| **Галузь знань, шифр та назва спеціальності** | 8.03010201 психологія |
| **Викладачі курсу** | Вовк Анна Олександрівна, доцент, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології |
| **Контактна інформація викладачів** | <http://filos.lnu.edu.ua/employee/vovk-anna-oleksandrivna>, e-mail: [junejean1778@gmail.com](mailto:junejean1778@gmail.com), viber, whatsapp +380672811115 |
| **Консультації по курсу відбуваються** | Щопонеділка, 16:00-17:00 год. (кафедра психології, вул.Коперника, 3)  АБО  Консультації в день проведення лекцій/практичних занять (за попередньою домовленістю). Також можливі он-лайн консультації через Skype або подібні ресурси. Для погодження часу он-лайн консультацій слід писати на електронну пошту викладача або дзвонити. |
| **Сторінка курсу** |  |
| **Інформація про курс** | Курс розроблено таким чином, щоб надати учасникам необхідні знання, обов’язкові для того, щоб орієнтуватися в теоретичних конструктах психології травми, виробити навички і вміння, що допоможуть консультувати і надавати психологічну допомогу особам, що пережили кризові ситуації. Тому у курсі представлено як огляд концепцій кризової психології, так і процесів та інструментів, які потрібні для практичної психологічної роботи з особами, що пережили кризові ситуації. |
| **Коротка анотація курсу** | Дисципліна «Психологічна допомога у кризових ситуаціях» є нормативною дисципліною з спеціальності Психологія для освітньої програми «Бакалавр», яка викладається в 5  семестрі в обсязі 3 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS). |
| **Мета та цілі курсу** | Метою вивчення нормативної/вибіркової дисципліни «Психологічна допомога у кризових ситуаціях» є ознайомлення студентів із завданнями орієнтації в теоретичних конструктах кризової психології, вироблення навичок і вмінь психологічного консультування та психологічної допомоги особам, що пережили кризові ситуації, оволодіння сучасними підходами та інструментами для вирішення психологічних складностей осіб, що пережили кризові ситуації. |
| **Література для вивчення дисципліни** | Основна література:   1. *Калшед Д.* Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа. – М.: Академический проект, 2007. – 368 с. 2. *Козлов В. В.* Работа с кризичной личностью: Методическое пособие. – М.: Психотерапия, 2007. – 336 с. 3. *Крукович Е.И., Ромек В.Г.* Кризисное вмешательство.–М.: Европейский гуманитарный университет, 2003.–92 с. 4. *Малкина-Пых И.Г.* Экстремальные ситуации: Справочник практического психолога.– М.: Изд-во Эксмо, 2006.–960 с. 5. *Меновщиков В.Ю.* Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями.–М.: Смысл, 2005.–182 с. 6. *Осипова А.А.* Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях.–Р.н.Д.: Феникс, 2005.–315 с. 7. *Пушкарев А.А., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г.* Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия.–М.: Изд-во Института психотерапии, 2001.–128 с. 8. *Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях.–СПб., Речь, 2004.–256 с. 9. Эффективная психотерапия посттравматического стрессового расстройства. – М.: Когито-Центр, 2005. – 467 с. 10. *Юрьева Л.Н.* Кризисные состояния.–Днепропетровск: Арт-Прес, 1998.–164 с.   Додаткова література:   1. *Бермант-Полякова О.В.* Посттравма: диагностика и терапия. – СПб.: Речь, 2006. – 248 с. 2. *Воробьев Ю.Л.* Катастрофы и человек.–М.: Академический проект, 1997.–256 с. 3. *Гостюшин А.*В. Человек в экстремальной ситуации.–М.: Армада-Пресс, 2001.–384 с. 4. *Гнездилов А.В.* Психология и психотерапия потерь.– СПб.: Речь, 2002.–162 с. 5. *Гремлинг С., Ауэрбах С.* Практикум по управлению стрессом.– СПб.: Питер, 2002.–240 с. 6. *Католик Г., Корнієнко І.* Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим.–Львів: Червона Калина, 2003.-124 с. 7. *Киз Д.* Множественные умы Билли Миллигана. – М.: Изд-во Эксмо, СПб.: Изд-во Домино, 2002. – 512 с. 8. *Корнієнко І.*, *Католик Г., Бабяк Т., Тарасевич О., Пачковський Ю., Католик О., Тихобаєва Г.* Скривджена дитина. Теоретичні і практичні аспекти проблеми дитячого кривдження та методи психокорекційної допомоги дітям, які зазнали насильства. Науково-методичний збірник.–Львів: Ромус-Поліграф, 2005.–303 с. 9. *Магомед-Эминов М. Ш.* Феномен экстремальности. – М.: Психоаналитическая ассоциация, 2008. – 218 с. 10. *Малкина-Пых И.Г.* Психология поведения жертвы.–М.: Изд-во Эксмо, 2006.–1008 с. 11. *Панок В. Г.* Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи. Монографія.–К., Центр соціальних експертиз і прогнозів, 1999.–106 с. 12. *Патнем Ф.В.* Диагностика и лечение расстройства множественной личности. – М.: Когито-Центр, 2004. – 440 с. |
| **Тривалість курсу** | 60 год. |
| **Обсяг курсу** | 16 годин аудиторних занять. З них 16 годин лекцій та 44 години самостійної роботи |
| **Очікувані результати навчання** | Після завершення цього курсу студент буде :  - Знати: теоретичні засади та прикладні аспекти, методи дослідження впливу кризових ситуацій на психіку, концептуальні моделі виникнення психологічних реакцій на кризову ситуацію, особливості роботи захисних механізмів, копінг-стратегій та психологічних ресурсів особистості, особливості динаміки та рівнів психологічних реакцій на кризові ситуації, можливості психологічного втручання при психологічних реакціях на кризову ситуацію, межі власних можливостей психологічного втручання та міру відповідальності за його наслідки..  - Вміти: розрізняти фази та рівні психологічних реакцій на кризову ситуацію, особливості механізмів психологічного захисту, копінг-стратегій та психологічних ресурсів особистості, створювати план та здійснювати психологічне втручання залежно від фаз та рівнів психологічних реакцій на кризову ситуацію, а також в залежності від особливостей кризової ситуації, моделей долаючої поведінки та психологічних ресурсів особистості, розробляти та реалізовувати оптимальну стратегію психологічного втручання в індивідуальній та груповій психокорекційній, консультативній та психоедукаційній роботі, проводити психоедукаційну, консультативну, психокорекційну індивідуальну та групову роботу з особами, що пережили кризові ситуації. |
| **Ключові слова** | Кризова ситуація, психологічна травма, стрес, стресова реакція, гостра стресова реакція, гострий стресовий розлад, посттравматичний стресовий розлад, реактивний психоз, адаптація, дезадаптація. |
| **Формат курсу** | Очний /заочний |
|  | Проведення лекцій, практичних робіт та консультацій для кращого розуміння тем |
| **Теми** | Подано у формі СХЕМИ КУРСУ |
| **Підсумковий контроль, форма** | іспит в кінці семестру  письмовий/тестовий |
| **Пререквізити** | Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з клінічної психології, психіатрії, основ психотерапії та психокорекції, достатніх для сприйняття категоріального апарату Психологічної допомоги в кризових ситуаціях. |
| **Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу** | Презентація, лекції, індивідуальні психотерапевтичні вправи, групова психотерапевтична робота, проектно-орієнтоване навчання, дискусія |
| **Необхідне обладнання** | Метафоричні карти, матеріали для арт-терапії, каремати, бланки психодіагностичних опитувальників. |
| **Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)** | Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співідношенням:  • практичні/самостійні тощо: 25% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 25  • контрольні заміри (модулі): 25% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 25  • іспит/залік: 50% семестрової оцінки. Максимальна кількість балів 50  Підсумкова максимальна кількість балів 100  **Письмові роботи:** Очікується, що студенти виконають декілька видів письмових робіт (есе, вирішення кейсу). **Академічна доброчесність**: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахуванння викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. **Відвідання занять** є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні зайняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом. **Література.** Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.  **Політика виставлення балів.** Враховуються бали набрані на поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов’язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнень на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов’язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін.  Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. |
| **Питання до заліку чи екзамену.** | 1. Основні поняття психології кризових ситуацій, їх співвідношення та взаємозв’язок. 2. Поняття кризової ситуації, її ознаки та різновиди. 3. Історія вивчення психологічних реакцій на кризову ситуацію. 4. Сприймання кризової ситуації людиною. Види та рівні реакцій на кризову ситуацію. 5. Різновиди, рівні та динаміка психологічних станів та розладів при катастрофах. 6. Поняття стресу в психології. Загальні ознаки та симптоми надмірного стресу. 7. Теоретичні моделі посттравматичного стресового розладу. 8. Психодіагностика розладів, пов’язаних із травматичним стресом. 9. Загальні особливості та послідовні цілі психокорекції при роботі з переживанням кризової ситуації. 10. Особливості протікання психічних процесів при переживанні кризової ситуації. 11. Значення сімейного та інтерперсонального контексту при переживанні кризової ситуації. 12. Механізми психологічного захисту та копінг-стратегії при переживанні кризової ситуації. 13. Дисоціація та розлад множинної особистості як наслідки переживання кризової ситуації. 14. Психологічні особливості дітей з посттравматичним стресовим розладом. 15. Особливості діяльності психолога у вогнищі надзвичайної ситуації. 16. Дебрифінг як метод роботи з потерпілими від надзвичайної ситуації. 17. Методи зняття психологічного напруження, робота з емоційними переживаннями потерпілих у вогнищі надзвичайної ситуації. 18. Психологічні проблеми психолога в роботі з психологічною травмою. 19. Групова психокорекційна робота з кризовими станами. 20. Тілесно-орієнтована психотерапія в роботі психокорекційної групи осіб, що пережили кризову ситуацію. 21. Арт-терапія при роботі з травматичними реакціями. 22. Робота з екзистенціальними переживаннями осіб, що пережили кризову ситуацію. 23. Психоаналітичний підхід до кризових станів. 24. Гештальт-терапія в роботі з особами, що пережили кризову ситуацію. 25. Когнітивно-поведінковий підхід в роботі з особами, що пережили кризову ситуацію. 26. Сімейна психотерапія в роботі з особами, що пережили кризову ситуацію. 27. Нейролінгвістичне програмування в роботі з особами, що пережили кризову ситуацію. 28. Кататимно-імагінативна психотерапія в роботі з кризовими станами. 29. Методи саморегуляції психологічного стану особистості, їх різновиди та особливості застосування. |
| **Опитування** | Анкету-оцінку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу. |

СХЕМА КУРСУ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тиж. / дата / год.- | Тема, план, короткі тези | Форма діяльності (заняття)\* \*лекція, самостійна, дискусія, групова робота) | Література | Завдання, год | Термін виконання |
| *1, 4.09 – 2 год* | Тема 1. Кризова ситуація та її психологічні наслідки. Посттравматичні стресові реакції та розлади. | лекція | *1. Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  2. Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический ин-т РАО, 2008. – 304 с.  3. *Пуховский Н. Н.* Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. – М.: Академический проект, 2000. – 286 с.  4. *Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *2, 18.09 – 2 год* | Тема 1. Кризова ситуація та її психологічні наслідки. Посттравматичні стресові реакції та розлади (продовження) | лекція | *1. Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  2. Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический ин-т РАО, 2008. – 304 с.  3. *Пуховский Н. Н.* Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. – М.: Академический проект, 2000. – 286 с.  4. *Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *3, 2.10 – 2 год* | Тема 2. Теоретичні моделі розвитку стресових реакцій. Динаміка психологічних розладів в кризових ситуаціях. | лекція | *Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  2. Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический ин-т РАО, 2008. – 304 с.  3. *Пуховский Н. Н.* Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. – М.: Академический проект, 2000. – 286 с.  4. *Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *4, 16.10 – 2 год* | Тема 3. Індивідуальні особливості переживання кризових ситуацій. | лекція | *Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  2. Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический ин-т РАО, 2008. – 304 с.  3. *Пуховский Н. Н.* Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. – М.: Академический проект, 2000. – 286 с.  4. *Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *5, 30.10 – 2 год* | Тема 4. Горе і втрата як причини кризового стану. | лекція | *1. Католик Г., Корнієнко І.* Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим. – Львів: Червона Калина, 2003. – 124 с.  2. *Магомед-Эминов М.Ш.* Феномен экстремальности. – М.: Психоаналитическая ассоциация, 2008. – 218 с.  3. *Малкина-Пых И. Г.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – М.: Эксмо, 2008. – 928 с.  4. *Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  5. *Крюкова М. А., Никитина Т. И., Сергеева Ю. С.* Экстренная психологическая помощь : практ. пособие. – М.: НЦ ЭНАС, 2007. – 64 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *6, 13.11 – 2 год* | Тема 5. Загальні особливості психологічної корекції в кризових станах. | лекція | *Католик Г., Корнієнко І.* Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим. – Львів: Червона Калина, 2003. – 124 с.  2. *Магомед-Эминов М.Ш.* Феномен экстремальности. – М.: Психоаналитическая ассоциация, 2008. – 218 с.  3. *Малкина-Пых И. Г.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – М.: Эксмо, 2008. – 928 с.  4. *Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  5. *Крюкова М. А., Никитина Т. И., Сергеева Ю. С.* Экстренная психологическая помощь : практ. пособие. – М.: НЦ ЭНАС, 2007. – 64 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *7, 27.11 – 2 год* | Тема 6. Можливості психологічної корекції в кризових станах (продовження). | лекція | *1. Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  *2.*Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. *Б. Д. Карвасарского.* – СПб.: Питер, 1998. – 752 с.  *3. Ромек В. Г., Конторович В. А., Крукович Е. И.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.  *4. Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.  *5.* Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства / Под ред. Э. Фоа, Т.М. Кина, М. Фридмана. – М.: Когито-Центр, 2005. – 467 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |
| *8, 11.12 – 2 год* | Тема 6. Можливості психологічної корекції в кризових станах (продовження). | лекція | *1. Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации : справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2006. – 960 с.  *2.*Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. *Б. Д. Карвасарского.* – СПб.: Питер, 1998. – 752 с.  *3. Ромек В. Г., Конторович В. А., Крукович Е. И.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.  *4. Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.  *5.* Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства / Под ред. Э. Фоа, Т.М. Кина, М. Фридмана. – М.: Когито-Центр, 2005. – 467 с. | Реферування, есе, 5,5 год | 2 тижні |