

**СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
ЕКСТРЕМАЛЬНА ТА КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ**

Спеціальність: **С4 «Психологія»**
Освітньо-професійна програма: **Клінічна психологія**
Код компонента в освітній програмі: **ОК2**
Рівень вищої освіти: **другий (магістерський)**
Форма здобуття освіти: **очна (денна)**
Рік навчання: **I**
Семестр(и): **I (осінній)**
Тип освітнього компонента: **вибірковий**
Навчальний рік: **2025-2026**

Обсяг: **3 кредити ECTS (90 год.)**
Навчальні заняття: **лекції, практичні заняття, консультації**
Підсумковий контроль: **залік**
Пререквізити: **обсяг знань достатній для вступу на спеціальність**

Кафедра/підрозділ: **кафедра української мови, психології та педагогіки**, пр. Науки, 4, корпус А, 5 поверх

Керівник освітнього компонента: **Абасалієва Оксана Миколаївна**,
email: om.abasalieva@knmu.edu.ua

ОПИС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

«Екстремальна та кризова психологія» зосереджена на закономірностях психічного реагування людини на загрозу, втрату, катастрофи, бойові дії та інші надзвичайні події. Курс охоплює класифікації кризових і екстремальних ситуацій, феноменологію гострого стресу та травми, механізми подолання, ризикові й захисні чинники, а також принципи оцінювання стану постраждалих. Розглядаються протоколи кризової інтервенції, перша психологічна допомога, короткострокові та довгострокові підходи підтримки, основи психологічної реабілітації та профілактики вторинної травматизації і професійного вигорання фахівця. Значну увагу приділено етиці допомоги та взаємодії в мультидисциплінарних командах у медичному й польовому контекстах.

МЕТА КУРСУ: сформувати у здобувачів системні знання про природу кризових і екстремальних станів та набути вмінь їхньої своєчасної діагностики, планування й здійснення психологічних втручань у надзвичайних умовах, організації міжвідомчої та командної взаємодії з дотриманням професійної етики і пріоритетом гідності, безпеки та автономії клієнта.

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

- пояснювати поняттєвий апарат, класифікації та психологічні особливості кризових і екстремальних ситуацій;
- розпізнавати діагностичні критерії гострих стресових реакцій і кризових станів, відрізнати їхню динаміку;
- проводити первинну психологічну оцінку, виявляти фактори ризику та ресурси підтримки;
- застосовувати методи кризового консультування, першу психологічну допомогу та інші короткострокові інтервенції;
- розробляти й реалізовувати програми психологічної допомоги й реабілітації для індивідів і груп у надзвичайних умовах;
- використовувати сучасні психокорекційні підходи з урахуванням віку, контексту події та запиту клієнта;
- оцінювати ефективність втручань і за потреби коригувати план допомоги на основі доказовості;
- організовувати роботу та комунікацію в мультидисциплінарних командах і міжвідомчій співпраці;
- дотримуватися професійної етики, стандартів безпеки та конфіденційності під час роботи в кризових умовах;
- застосовувати стратегії саморегуляції, профілактики вторинної травматизації і професійного вигорання у власній практиці.

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Перелік тем лекцій (20 год.):

1. Теоретико-методологічні основи кризової психології.
2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.
3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психо-соціальні наслідки.
4. Психологічна допомога при кризових станах особистості.
5. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.
6. Типологія екстремальних ситуацій.
7. Екстремальні стани: поняття і диференціальна діагностика.
8. Методи надання екстреної психологічної допомоги.

Перелік тем практичної роботи (30 год):

1. Теоретико-методологічні основи кризової психології.
2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.
3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психо-соціальні наслідки.
4. Психологічна допомога при кризових станах особистості.
5. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.
6. Типологія екстремальних ситуацій.
7. Екстремальні стани: поняття і диференціальна діагностика.
8. Методи надання екстреної психологічної допомоги.

Перелік тем самостійної роботи студента (40 год.)

1. Теоретико-методологічні основи кризової психології.
2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.
3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психо-соціальні наслідки.
4. Психологічна допомога при кризових станах особистості.
5. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.
6. Типологія екстремальних ситуацій.
7. Екстремальні стани: поняття і диференціальна діагностика.
8. Методи надання екстреної психологічної допомоги.

СРС спрямована на поглиблення та закріплення теоретичних знань, отриманих під час аудиторного навчання та сприяють формуванню професійних компетентностей. Результати СРС підлягають контролю та включені до підсумкового контролю знань.

Консультації: онлайн, за попередньою реєстрацією на сторінці курсу в Системі дистанційного навчання курсу.

Методи навчання: лекції, інтерактивні дискусії, робота в малих групах, аналіз і розв'язання комунікативних ситуацій, метод кейсів, рольові ігри, моделювання професійних діалогів, тренінгові вправи з розвитку комунікативних навичок, метод самопрезентації, мозковий штурм.

ОЦІНЮВАННЯ

Поточна навчальна діяльність (ПНД). Оцінювання успішності здобувачів освіти здійснюється відповідно до Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в ХНМУ (<https://knmu.edu.ua/documents/normatyvni-dokumenty-navchalnogo-proczesu/>). Оцінка за практичне чи підсумкове заняття становить від 2 до 5 балів. Подання завдань за запізненням з неповажних причин тягне за собою зниження оцінки відповідно до відсотка запізнення в часі від часу виконання завдання. Завдання перевіряються до 24 год. Оцінки виставляються у електронний журнал. Незадовільні оцінки відпрацьовуються відповідно до Положення про

порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

В кінці семестру середня оцінка за семестр конвертується у багатобальну оцінку (70 – 120 балів) відповідно до таблиці 1 Інструкції з оцінювання (див. вище). Середнє арифметичне ПНД становить загальну навчальну діяльність (ЗНД).

Індивідуальні завдання (ІЗ) оцінюються до 10 балів.

Підсумковий контроль. Умовою допуску до заліку є набрання 70 балів ЗНД. Оцінка за залік становить від 50 до 80 балів.

Оцінка з дисципліни (ОД). $ОД = ЗНД + ІЗ + З$.

Оскарження результатів підсумкового контролю проводиться у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_apel_kontrol.pdf).

ПОЛІТИКИ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Рекомендації щодо роботи на курсі: брати активну участь у всіх формах роботи на заняттях, присвячувати 1-2 год. щодня виконанню самостійної роботи та підготовці до занять, ставити запитання під час занять, відвідувати консультації, вчасно здавати завдання та виконувати усі форми контролю.

Відвідування занять. Відвідування лекцій є обов'язковим. Формою одягу під час офлайн-занять є білий медичний халат. При запізненні більше ніж на 5 хвилин ви можете бути не допущені до заняття. Пропущені заняття відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

Академічна доброчесність. ХНМУ стоїть на позиціях нульової толерантності до проявів академічної недоброчесності. Будь-які порушення принципів академічної доброчесності тягнуть за собою відповідальність у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_ad-1.pdf).

Використання електронних гаджетів та інструментів штучного інтелекту допускається лише з дозволу викладача.

Політика щодо осіб з особливими освітніми потребами. Здобувачі з особливими освітніми потребами мають зв'язатися з викладачем задля розробки індивідуальної освітньої траєкторії.

Час відповіді викладача: 24 години.

Технічні вимоги до роботи на курсі:

- доступ до комп'ютера, ноутбука, планшета чи смартфона
- корпоративний обліковий запис Google з власним фото
- навички роботи з Google Workspace (Google Meet, Docs, Sheets, Slides, Forms) та Moodle

Технічна підтримка: АСУ (ev.shevtsov@knmu.edu.ua), Google (tehotdelknmu@gmail.com), Moodle (al.korol@knmu.edu.ua)

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Дії підрозділів ДСНС України в умовах воєнного стану: навчальний посібник / за ред. М. Ковалю. Львів: ЛДУБЖД, 2023. 308 с.

2. Мохнар Л.І. Психологія діяльності в особливих умовах : навч.посіб. / [Л.І.Мохнар, С.І. Головченко, Г.С. Грибенюк, О.М. Дячкова та ін.] ; за заг. ред. проф. М.А. Кришталю. Черкаси: видавець Третяков О.М., 2021. 120 с.

3. Психологія діяльності в особливих умовах : навч.посіб. / за заг.ред. проф. М.А. Кришталю. Черкаси: видавець Третяков О.М., 2021. 120 с.

4. Mokhnar L.I. Professional stress and post-traumatic stress disorders arising in the staff of the state emergency service of Ukraine during the tasks performance in the conditions of an extreme situation / L.I. Mokhnar, K.O. Suhak // Achievements and prospects of modern scientific research: abstracts of III international scientific and practical conference (February 7-9, 2021) : Buenos Aires, 2021. – С. 161-164.

5. Mokhnar L. I. Coping behaviour as the way to overcome stress of specialists of fire and rescue units of the state emergency service of Ukraine / L. I. Mokhnar, O. M. Diachkova // Proceedings of the XXVI International Scientific and Practical Conference Social and Economic Aspects of Education in Modern Society. February 25, 2021. – P. 28-31.

6. Сучасні форми та методи роботи психолога в кабінеті психологічного розвантаження персоналу ДСНС України: монографія / М.А. Кришталь, М.В.Фомич, Л.І. Мохнар, О.М. Дячкова, Т.В. Чередниченко. Черкаси: видавець Вовчок О.Ю., 2023. 198 с.

Зав. кафедри української мови,
психології та педагогіки

Людмила ФОМІНА