

Державний вищий навчальний заклад  
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»  
Філософський факультет

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Проректор з науково-педагогічної роботи

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

## **РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **В 9.1 «ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ»**

галузь знань	<b>05 Соціальні та поведінкові науки</b>
спеціальність	<b>053 «Психологія»</b>
факультет	<b>філософський</b>

Робоча програма навчальної дисципліни **«Психологічна допомога у надзвичайних ситуаціях»** для студентів за галуззю знань **05 «соціальні та поведінкові науки»**, спеціальністю **053 «Психологія», ОКР «Магістр»**

Розробник: Кулеша-Любінець Мирослава Миронівна, доцент кафедри загальної та клінічної психології, кандидат психологічних наук, доцент.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної та клінічної психології.

Протокол від “15” березня 2017 р. № 8

Завідувач кафедри загальної та клінічної психології \_\_\_\_\_ (проф. Москалець В.П.)

“15” березня 2017 р.

Схвалено методичною комісією філософського факультету  
Протокол від “\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. № \_\_\_\_\_

Голова \_\_\_\_\_ ( доц. Пятківський Р.О. )

© Кулеша-Любінець М.М., 2017 р.  
© Прикарпатський національний  
університет імені Василя Стефаника, 2017 р.

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 05 – соціальні і поведінкові науки	Дисципліна самостійного вибору навчального закладу	
	Спеціальність 053 «Психологія»		
Модулів – 1	Спеціальність (професійне спрямування): Психологія.	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 2		2-й	2-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин – 90		3-й	3-й
Тижневих годин для денної форми навчання:  аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: Магістр	<b>Лекції</b>	
		16 год.	6 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		18 год.	6 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		__ год.	__ год.
		<b>Самостійна робота</b>	
56 год.	78 год.		
		<b>Вид контролю: залік</b>	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 38% / 62%

для заочної форми навчання – 13% / 87%

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**2.1. Мета викладання дисципліни:** розширити наукові уявлення та поглибити теоретичні знання про закономірності функціонування психіки і життєдіяльності індивіда у зоні граничних можливостей та сформувавши практичні вміння і навички надання психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях; сформувавши у студентів критичне мислення, стресостійкість та здатність до професійної мобільності.

### 2.2. Завдання вивчення дисципліни

Основними завданнями вивчення дисципліни є обґрунтування основних положень психології надзвичайних (екстремальних) ситуацій у відповідності із сучасними науковими уявленнями; формування у студентів уявлень про основні психічні реакції людини на травматичні події; вироблення базових практичних умінь та навичок першої психологічної допомоги; ознайомлення студентів із сучасними підходами до практики психологічної діагностики та корекції гострих і посттравматичних стресових розладів; навчання студентів психологічним заходам з відновлення працездатності фахівців оперативно-рятувальних служб, військовослужбовців; усвідомлення професійної ідентичності та становлення професійної компетентності студентів; формування морально-етичних норм

### **2.3. У результаті вивчення дисципліни студенти повинні:**

#### **знати**

- предмет, завдання та область застосування психології надзвичайних (екстремальних) ситуацій;
- співвідношення понять «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «стрес», «психічна травма» та ін.);
- ознаки гострих та посттравматичних стресових розладів;
- первинні психогенні реакції особи в надзвичайних ситуаціях;
- методи дослідження психічних станів осіб, які пережили надзвичайні ситуації;
- сучасні погляди на корекцію психогенних розладів постраждалих у надзвичайних ситуаціях;
- закономірності надійності професійної діяльності особи в надзвичайних ситуаціях.

#### **вміти**

- аналізувати сучасні теоретичні підходи у вирішенні питання організації психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях;
- здійснювати реферування наукових джерел, обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки;
- діагностувати психогенні реакції людини на травматичні події та надавати першу психологічну допомогу;
- володіти техніками психологічної допомоги (самопомоги) у надзвичайних ситуаціях;
- пропонувати власні способи вирішення задач організації психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях в процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання;
- здійснювати психологічну профілактику та корекцію посттравматичного стресового розладу особистості;
- здійснювати психологічні заходи з відновлення працездатності фахівців оперативно-рятувальних служб, військовослужбовців;
- організовувати психологічний супровід сімей військовослужбовців;
- складати та реалізовувати програму просвітницьких заходів з метою збереження психічного здоров'я у формі лекцій, бесід, круглих столів, тренінгів відповідно до запиту.

#### **Загальнонаукові (фундаментальні) компетентності:**

- здатність до критичного мислення та самокритики;
- здатність використовувати сучасні інформаційні технології;
- здатність застосовувати набуті знання на практиці організації психологічної допомоги та самопомоги особі у надзвичайній ситуації;
- здатність генерувати нові ідеї;
- навички міжособистісної взаємодії;
- здатність діяти соціально свідомо і на основі етичних мотивів.

#### **Фахові (інструментальні) компетентності:**

- знання предмету та методології психологічної допомоги особі у надзвичайній ситуації;
- самостійний критичний аналіз та узагальнення інформації про основні психічні реакції людини на травматичні події;
- здатність самостійно планувати, здійснювати наукове дослідження, систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації;
- здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову) постраждалим у надзвичайних ситуаціях;
- здатність набувати практичні уміння та навички першої психологічної допомоги;
- здатність володіти сучасними підходами до практики психологічної профілактики та корекції гострих і посттравматичних стресових розладів;
- здатність усвідомлювати межі своєї компетентності;
- уміння адаптуватися до складних життєвих ситуацій та здатність до професійної мобільності;
- здатність до особистісного та професійного саморозвитку.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1. «Психічні реакції людини на травматичні події у надзвичайних ситуаціях»**

##### **Тема 1. Загальні уявлення про предмет та завдання психології надзвичайних ситуацій**

Предмет, завдання психології надзвичайних ситуацій. Взаємозв'язок дисципліни з іншими галузями знань. «Надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «кризова ситуація», «стресова ситуація»: співвідношення понять. Категорії визначення рівня надзвичайних ситуацій. Стрес-фактори екстремальності ситуації. Життєві кризи особистості (за Т.Титаренко). Нормативна та аномальна криза Типи життєвих світів (подій) особистості: внутрішні і зовнішні, позитивні і негативні (за Ф.Василюком). Конфліктні та безконфліктні надзвичайні ситуації. Надзвичайні ситуації природного характеру. Надзвичайні ситуації техногенного характеру. Надзвичайні ситуації соціально-політичного характеру. Соціальні небезпеки, пов'язані із психологічним впливом на людину, з фізичним впливом на людину, із вживанням психоактивних речовин, із захворюваннями, із суїцидом. Надзвичайні ситуації воєнного характеру. Надзвичайні ситуації загальнодержавного, регіонального, місцевого та об'єктового рівнів. Проблема екстремальності у сучасній психологічній науці.

##### **Тема 2. Психологічні особливості особистості у надзвичайних ситуацій**

Поняття про стрес та основні підходи до його дослідження (теорії Г.Сельє, Р.Лазаруса, Ю.Л.Александровського та ін). Семантичний та феноменологічний аналіз понять «стрес», «психічна напруженість», «емоційний стрес», «професійний стрес», «емоційне вигорання». Особливості формування стресу в надзвичайних ситуаціях. Особливості формування суб'єктивного ставлення до надзвичайної ситуації як стресової. Чинники реагування в стресовій ситуації (соціальні і особистісні). Суть та основні теорії професійного стресу. Сучасний стан проблеми дослідження стратегій подолання (копінг-механізми) складної ситуації. Чинники формування механізмів та стратегій поведінки в період адаптації до стресової ситуації. Механізми психологічного захисту особистості у надзвичайних ситуаціях. Виховання стресостійкості як провідної проблеми психології здоров'я.

##### **Тема 3. Особливості дії психічної травми при надзвичайних ситуаціях**

Психічна травма: короткий історичний огляд проблеми. «Травма», «травматична подія», «травматичний стрес»: співвідношення понять. Чинники розвитку безпосередніх та віддалених негативних наслідків надзвичайних ситуацій. Періоди розвитку психотравмуючої ситуації. Стадії (фази) переживання психотравмуючої ситуації. Типи поведінки в надзвичайних ситуаціях. Непатологічні та патологічні психічні реакції особи на травматичні події у надзвичайних ситуаціях. Онови травмафокусованої терапії.

##### **Тема 4. Психологічні аспекти переживання гострого горя та посттравматичного стресового розладу як анормальної життєвої кризи**

Синдром втрати (гострого горя). Горе як хвороба, як втрата прихильності, як втрата особистої свободи, як стрес. Стадії переживання гострого горя (Дж.Енджел, Дж.Тельтейбаум). Поведінкові реакції при неускладненому (нормальному, здоровому) горі. Форми дисфункціонального (патологічного, ускладненого) горя (Е.Ліндемани): відсутнє горе, викривлене горе, перетворене (конвертоване) горе, хронічне горе, відстрочене горе, перебільшене горе, передбачене горе, «не вивільнене» горе. Основні принципи психологічної допомоги при гострому горі. Вікові особливості переживання горя. Реакція дітей та підлітків на смерть близької людини. Особливості психологічної допомоги особам залежно від стадії переживання горя. Посттравматичний стресовий розлад: визначення, критерії та методи

діагностики. Особливості прояву посттравматичного стресового розладу у дітей. Психотехніки корекції посттравматичного стресового розладу у дітей та дорослих. Особливості групової психотерапії посттравматичних стресових станів постраждалих у надзвичайних ситуаціях. Форми і методи психологічної роботи з психотравмою (психологічний дебрифінг, аутодебрифінг, група підтримки дітям та дорослим в гострому, хронічному та відстроченому стресовому розладі, програма подолання психічних травм дитинства та ін.).

## **Тема 5. Екстремальна професійно-психологічна підготовка персоналу ризиконебезпечних професій**

Організація екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу аварійно-рятувальних служб, військовослужбовців. Сучасні психолого-педагогічні технології розвитку професійних якостей персоналу аварійно-рятувальних служб, військовослужбовців для роботи в умовах надзвичайних ситуаціях. Методика перевірки та оцінки екстремальної психологічної готовності персоналу аварійно-рятувальних служб, військовослужбовців. Надійність професійної діяльності людини в умовах надзвичайних ситуацій. Внутрішні та зовнішні фактори надійності. Стратегії регуляції професійного стресу працівників ризиконебезпечних професій. Психічна адаптація особи до змінених умов існування. Принципи та методи зниження рівня психічних втрат та психічної недієздатності серед персоналу аварійно-рятувальних служб, військовослужбовців. Психологічне забезпечення відновлювального періоду діяльності персоналу ризиконебезпечних професій.

## **Змістовий модуль 2. «Зміст психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях»**

### **Тема 6. Психологічно-діагностичне забезпечення діяльності у надзвичайних ситуаціях**

«Метод», «методика», «методологія»: співвідношення понять. Основні методи дослідження психічного стану, поведінки постраждалих у надзвичайних ситуаціях. Загальна характеристика психотехнік діагностики адаптації до стресу, стресостійкості, дезадаптивних станів у надзвичайній ситуації. Особистісний опитувальник «МЛО – Адаптивність» (Маклаков А.Г.), опитувальник адаптивності до стресу «АС» (Розов В.І.). Методика визначення домінуючого стану (Куликов В.Л.), методика оцінки нервово-психічної стійкості «Прогноз», тест «СР-45». Методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Ендлера-Паркера (Крюкова Т.Л.), опитувальник «Опанування складними життєвими ситуаціями» (Осухова Н.Г.). Методика «Захисні стилі поведінки» LSI Келермана-Плутчика (Мирошник Є.В., Веселков А.Ф.). Клінічний опитувальник для виявлення і оцінки невротичних станів (К.К.Яхін, Д.М.Менделевич), Гіссенський перелік скарг (ЛПНІ ім. Бехтерева), опитувальник нервово-психічного напруження (Немчин Т.А.). Методика «Рівень суб'єктивного контролю», Шкала депресії (Балашова Т.І.), Шкала безнадії Бека. Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості (Бойко В.В.), методика дослідження синдрому емоційного вигорання (Бойко В.В.), тест САН. Проективні методи, що застосовуються у психології надзвичайних ситуацій. Специфіка діагностики психічних станів у дітей, які пережили надзвичайні ситуації.

### **Тема 7. Перша психологічна допомога особі у надзвичайних ситуаціях**

Поняття, мета та завдання першої (екстреної) психологічної допомоги постраждалим у надзвичайній ситуації. Основні принципи надання екстреної психологічної допомоги у надзвичайній ситуації. Специфіка роботи психолога в екстремальних умовах. Основні напрямки роботи психолога в осередку надзвичайної ситуації. Психопрофілактика здорової частини населення, яке опинилося в осередку надзвичайної ситуації. Особливості проведення психотерапії та психопрофілактики постраждалих на місці ліквідації наслідків надзвичайної ситуації (робота психолога із жертвами, ізольованими в осередку надзвичайної ситуації;

постраждалими безпосередньо фізично, психологічно, матеріально; очевидцями; спостерігачами; рятувальниками). Правила першої психологічної допомоги постраждалим в надзвичайній ситуації. Поняття про страх, ступор, плач, нервові тремтіння, рухове збудження, агресія, істеричний розлад, апатія, паніка, невроз, реактивний психоз, паніка як реакції особи на надзвичайну ситуацію. Види першої психологічної допомоги людям в залежності від вираженої психогенної реакції на надзвичайну ситуацію. Особливості першої психологічної допомоги персоналу аварійно-рятувальних служб.

#### **Тема 8. Психологічна допомога постраждалим залежно від виду надзвичайної ситуації**

Особливості психічних розладів у постраждалих від стихійних лих, катастроф. Організація психологічної допомоги постраждалим у вогнищах стихійних лих та катастроф. Психологічні наслідки тероризму. «Стокгольський синдром». Діагностика психічних розладів і організація психологічної допомоги заручникам. Психологічні наслідки техногенних катастроф. Особливості психологічної допомоги постраждалим внаслідок техногенних катастроф (на прикладі аварії на Чорнобильській АЕС). Психологічні наслідки, викликані воєнними діями. «В'єтнамський синдром». Особливості психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій, у госпіталях. Особливості психологічної допомоги сім'ям загиблих військовослужбовців АТО. Специфіка психологічної допомоги ветеранам війни (на прикладі ветеран АТО).

#### **Тема 9. Психологічна допомога та самопомога особі у надзвичайних ситуаціях**

Психологічна профілактика психічних розладів в осіб, які пережили надзвичайну ситуацію. Особливості групової психокорекції гострих та посттравматичних стресових станів постраждалих у надзвичайних ситуаціях. Форми і методи психологічної роботи з психотравмою (психологічний дебрифінг, аутодебрифінг, група підтримки дітям та дорослим в гострому горі, програма подолання психічних травм дитинства та ін.). Стадії роботи з психотравмою: гостра фаза, фаза корекції і реабілітації. Мета, специфіка та завдання основних напрямків комплексної реабілітації постраждалих у надзвичайній ситуації.

### **4. Структура навчальної дисципліни**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Модуль 1</b>												
<b>Змістовий модуль 1. «Психічні реакції людини на травматичні події у надзвичайних ситуаціях»</b>												
<b>Тема 1.</b> Загальні уявлення про предмет та завдання психології надзвичайних ситуацій.	9	2	2			5	7	1				6
<b>Тема 2.</b> Психологічні особливості особистості у надзвичайних ситуацій.	9	2	2			5	7	1				6
<b>Тема 3.</b> Особливості дії психічної травми при надзвичайних ситуаціях.	9	2	2			5	9		1			8

<b>Тема 4.</b> Психологічні аспекти переживання гострого горя та посттравматичного стресового розладу як аномальної життєвої кризи.	9	2	2			5	10	1	1			8
<b>Тема 5.</b> Екстремальна професійно-психологічна підготовка персоналу ризиконебезпечних професій.	8		2			6	10					10
Разом за змістовим модулем 1	44	8	10			26	43	3	2			38
<b>Змістовий модуль 2. «Зміст психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях»</b>												
<b>Тема 6.</b> Психологічно-діагностичне забезпечення діяльності у надзвичайних ситуаціях	11	2	2			7	12	1	1			10
<b>Тема 7.</b> Перша психологічна допомога особі у надзвичайних ситуаціях.	12	2	2			8	12	1	1			10
<b>Тема 8.</b> Психологічна допомога постраждалим залежно від виду надзвичайної ситуації.	11	2	2			7	12	1	1			10
<b>Тема 9.</b> Психологічна допомога та самопомога особі у надзвичайних ситуаціях	12	2	2			8	11		1			10
Разом за змістовим модулем 2	46	8	8			30	47	3	4			40
<b>Усього годин</b>	90	16	18			56	90	10	6			78

### 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Загальні уявлення про предмет та завдання психології надзвичайних ситуацій.	2	-
2	Психологічні особливості особистості у надзвичайних ситуацій.	2	-
3	Особливості дії психічної травми при надзвичайних ситуаціях	2	1
4	Психологічні аспекти переживання гострого горя та посттравматичного стресового розладу як аномальної життєвої кризи.	2	1
5	Екстремальна професійно-психологічна підготовка персоналу ризиконебезпечних професій.	2	-

6	Психологічно-діагностичне забезпечення діяльності у надзвичайних ситуаціях	2	1
7	Перша психологічна допомога особі у надзвичайних ситуаціях.	2	1
8	Психологічна допомога постраждалим залежно від виду надзвичайної ситуації.	2	1
9	Психологічна допомога та самопомога особі у надзвичайних ситуаціях	2	1

#### 6. Теми практичних занять

-

#### 7. Теми лабораторних занять

-

#### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Загальні уявлення про предмет та завдання психології надзвичайних ситуацій.	5	6
2	Психологічні особливості особистоті у надзвичайних ситуацій.	5	6
3	Особливості дії психічної травми при надзвичайних ситуаціях.	5	8
4	Психологічні аспекти переживання гострого горя та посттравматичного стресового розладу як аномальної життєвої кризи.	5	8
5	Екстремальна професійно-психологічна підготовка персоналу ризиконебезпечних професій.	6	10
6	Психологічно-діагностичне забезпечення діяльності у надзвичайних ситуаціях	7	10
7	Перша психологічна допомога особі у надзвичайних ситуаціях.	8	10
8	Психологічна допомога постраждалим залежно від виду надзвичайної ситуації.	7	10
9	Психологічна допомога та самопомога особі у надзвичайних ситуаціях	8	10
	<b>Разом</b>	<b>56</b>	<b>78</b>

#### Завдання для самостійної роботи

#### Змістовий модуль 1. «Психічні реакції людини на травматичні події у надзвичайних ситуаціях»

##### *Тема 1. Загальні уявлення про предмет та завдання психології надзвичайних ситуацій*

##### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. У чому полягає суть міждисциплінарного визначення психологічної допомоги у надзвичайних ситуаціях?
2. Які основні завдання вивчення психології надзвичайних ситуацій і як вона пов'язана з іншими галузями науки?
3. Назвіть подібність та відмінність у визначенні понять «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «кризова ситуація», «складна життєва ситуація».
4. Які стрес-фактори визначають екстремальність ситуації?
5. Охарактеризуйте типи життєвих криз особистості.
6. Розкрийте зміст конфліктних та безконфліктних надзвичайних ситуацій.
7. Опишіть різновиди надзвичайних ситуацій згідно законодавства України.
8. Охарактеризуйте особливості проблеми екстремальності у сучасній психологічній науці.

### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Проаналізуйте сучасний стан проблеми надання психологічної допомоги у надзвичайних ситуаціях у нашій країні та за кордоном.
3. Законспекуйте визначення таких понять: «ситуація», «кризова ситуація», «екстремальна ситуація», «надзвичайна ситуація», «складні життєві обставини», «аварія», «катастрофа».
4. Систематизуйте основні методи психології надзвичайних ситуацій та оформіть їх у вигляді таблиці.
5. Оформіть різновиди надзвичайних ситуацій у вигляді опорних схем.

### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Життєві кризи особистості.
2. Проблема екстремальності у сучасній психологічній науці.
3. Чинники психологічного впливу на персонал ДСНС в умовах надзвичайної ситуації.

### **Література:**

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Закон України «Про аварійно-рятувальні служби» № 1281-XIV від 14.12.1999 р. // Відомості Верховної Ради (ВВР). – 2000. – №4. – С.25.
3. Закон України «Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру» № 1809-III від 08.06.2000 р. // Відомості Верховної Ради (ВВР). – 2000. – №40. – С.337.
4. Закон України «Про правові засади цивільного захисту» № 1859-IV від 24.06.2004 р. (ст. 13. Психологічний захист).
5. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. - Х.: НУЦЗУ, 2010. - 401с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://extrpsy.nuczu.edu.ua/sites/all/books/kryzova.pdf>.
6. Михайлов Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. и др. / Под ред. Л.А.Михайлова. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
7. Положення про медико-психологічну реабілітацію рятувальників аварійно-рятувальних служб та осіб, що постраждали внаслідок надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру»
8. Постанова кабінету Міністрів України від 24.03.2004 р. № 368 «Про затвердження Порядку класифікації надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру за їх рівнями».
9. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.
10. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Титаренко Т.М. – К., 2003. – 376 с.
11. Юрьева Л.Н. Кризисные состояния / Юрьева Л.Н. – Днепропетровск, 1999. – 345 с.

### **Тема 2. Психологічні особливості особистості у надзвичайних ситуації**

#### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. У чому суть концепції стресу і «загального адаптаційного синдрому» Г.Сельє?
2. У чому полягає суть понять «психічна напруженість», «емоційний стрес», «психологічний стрес», «професійний стрес», «синдром емоційного вигорання»?
3. Які чинники впливають на особливості реагування в стресовій ситуації (соціальні і особистісні)?
4. Які є механізми психологічного захисту особистості і адаптації у надзвичайних ситуаціях?
5. Який сучасний стан проблеми дослідження стратегій подолання (копінг-поведінки) стресу?
6. У чому суть понять «психологічна витривалість» і «психологічна еластичність»?
7. У чому суть адаптивності до стресу як системної властивості інтегральної

індивідуальності?

8. Як формувати стресостійкість особистості в онтогенезі?

#### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Розтлумачте феноменологію понять «стрес», «психічна напруженість», «психологічний стрес», «емоційний стрес», «професійний стрес», «синдром емоційного вигорання» та законспекуйте їх. Наведіть приклади наявності цих станів у психолога в процесі професійної діяльності.
3. Опишіть власне розуміння афоризмів: «Справжній оптимізм базується не на переконанні, що все буде добре, а на переконанні, що не все буде погано» (Дютур); «Песимізм – це настрій, оптимізм – це воля (Рене Ален, французький кінорежисер).

#### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Толерантність до стресу як провідна проблема психології здоров'я.
2. Сучасний стан дослідження професійного стресу серед фахівців ризиконебезпечних професій.
3. Депресивні розлади як відповідь на стресові ситуації: етіологія, клінічні ознаки, патогенез та психокорекція.
4. Психологічні технології стресостійкості особистості.

#### **Література:**

1. Анцыферова Л.И. Личность в тяжелых жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуации и психологическая защита / Анцыферова Л.И. // Психологический журнал. – 1994. – Т.15. – №1.
2. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с. – С.38-94.
3. Загальна та медична психологія (практикум) / Під заг.ред. проф. І.Д.Спіріної, проф. І.С.Вітенка. – Дніпропетровськ: АРТ ПРЕС, 2002.
4. Исаев Д.Н. Детская медицинская психология. Психологическая педиатрия / Исаев Д.Н. – СПб.: Речь, 2004. – 384 с.
5. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посібник / [Богданов .О., Гніда Т.Б., Залеська О.В., Лунченко Н.В., Панок В.Г., Соловійова В.В. / за заг. ред. Богданов С.О., Панок В.Г.] – Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. – 208 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/11847>
6. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / Маклаков А.Г. // Психологический журнал. – 2001. – №1. – С. 16-24.
7. Марищук В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / Марищук В.Л. – СПб.: Изд. дом «Сентябрь», 2001. – 256 с.
8. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология / Менделевич В.Д. – М.: Медпрес., 2001.
9. Михайлов Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. и др. / Под ред. Л.А.Михайлова. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
10. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.
11. Черепанова И. Психологический стресс: помощи себе и ребёнку / Черепанова И. – М., 1996.

### **Тема 3. Особливості дії психічної травми при надзвичайних ситуаціях**

#### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. Здійснить теоретичний аналіз історії вчень про психічну травму.
2. Які чинники розвитку безпосередніх та віддалених негативних наслідків надзвичайної

ситуації?

3. Охарактеризуйте основні періоди розвитку психотравмуючої ситуації.
4. Які особливості психоемоційного стану особи в залежності від стадії процесу переживання психотравмуючих ситуацій (за М.Решетниковим)?
5. Опишіть непатологічні психоемоційні реакції людини на травматичні події у надзвичайних ситуаціях.
6. Назвіть основні психопатологічні психогенні розлади (психогенії), що виникають у надзвичайній ситуації.
7. Охарактеризуйте різновиди паніки за масштабом, ступенем психічного зараження, тривалістю, деструктивними наслідками та опишіть ознаки паніки осіб в осередку НС.
8. Які чинники розвитку паніки в осередку надзвичайної ситуації?

#### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Проведіть семантичний диференціал ключових понять теми та законспекуйте їх.
3. Зробіть анотацію статті: *Моляко В.А. Особенности проявления паники в условиях экологического бедствия (на примере Чернобыльской атомной катастрофы) // Психологический журнал. – 1992. - №2. – С. 66-74.*

#### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Стан тривоги як форма психічної реакції на травматичні події.
2. Образа як реакція особи в надзвичайних ситуаціях.

#### **Література:**

1. Василюк Ф.Е. Психология переживаний: Анализ преодоления критических ситуаций / Василюк Ф.Е. – М.: МГУ, 1984. – 200 с.
2. Дорожевец А. Когнітивні механізми адаптації до кризових подій / Дорожевец А. // Психолог. – 2004. – №17 (травня). – С.20-29.
3. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
4. Завалова Н.Д. Психические состояния человека в особых условиях деятельности // Психологический журнал / Завалова Н.Д., Пономоренко В.А. – 1983. – №6. – С.92-105.
5. Католик Г. В. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям, та постраждалим: наук.-метод. зб./ Г.В. Католик, І.О. Корнієнко. – 2-ге вид., допов. – Львів : Червона калина, 2003. – 124 с.
6. Лупко С. Стратегії подолання психічної травми / Лупко С. // Соціальна психологія. – 2004. – №5(7). – С.25-35.
7. Моляко В.А. Особенности проявления паники в условиях экологического бедствия (на примере Чернобыльской атомной катастрофы) / Моляко В.А. // Психологический журнал. – 1992. – №2. – С.66-74.
8. Психічні реакції людини в екстремальній ситуації [Електронний ресурс] // Режим доступу: [www.extrpsy.org.ua/stati](http://www.extrpsy.org.ua/stati).
9. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.
10. Смирнов Б.Л. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Смирнов Б.Л. – Х., 2008.

#### **Тема 4. Психологічні аспекти переживання гострого горя та посттравматичного стресового розладу як аномальної життєвої кризи**

##### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. Які основні клінічні ознаки синдрому гострого горя?
2. Які є стадії переживання гострого горя (Дж.Енджел, Дж.Тельтейбаум)?
3. Опишіть поведінкові реакції при неускладненому (нормальному) горі.
4. Які клінічні ознаки та види дисфункціонального горя?
5. Визначте основні принципи психологічної допомоги при гострому горі.

6. Які вікові особливості переживання горя?
7. Яка психологічна допомога надається дитині залежно від стадії переживання горя?
8. Які діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу?
9. Які характерні особливості прояву посттравматичного стресового розладу у дітей та у підлітків?
10. Назвіть основні психотехніки діагностики та корекції посттравматичного стресового розладу у дітей та дорослих.
11. В чому суть травмафокусованої терапії?
12. Які особливості групової психотерапії посттравматичних стресових станів постраждалих у надзвичайних ситуаціях?

#### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Опишіть власне розуміння афоризмів: «Життя проявляється не в станах, а в діях» (Антуан де Сент-Екзюпері, французький письменник); «Якщо існує якийсь секрет успіху, він полягає в здатності прийняти точку зору іншої людини і бачити речі під її кутом зору так само добре, як під своїм власним» (Генрі Форд, американський промисловець, винахідник).
3. Здійсніть порівняльний аналіз симптомів гострого стресового розладу та посттравматичного стресового розладу та оформіть висновки у вигляді таблиці.
4. Законспектуйте дві із запропонованих статей (на вибір): 1. Астахов В. Психологія горя // Здоров'я України. – 2001. – Август. – С.38; 2. Дашкина М.Е. Основы групповой работы с детьми, переживающими утрату близких (на основе опыта Великобритании) // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. - № 10. – С. 40-42; 3. Литвиненко І.С. Розмова з дитиною про смерть (криза втрати) // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – № 9. – С. 1-8; 4. Гриценко Л. Посттравматичний стресовий розлад у дітей: вікові особливості // Психолог. – 2004. - № 19 (травень). – С. 10-16.

#### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Поведінкові реакції дітей та підлітків на смерть близької людини.
2. Основи консультування суїцидальних клієнтів.
3. Програма профілактики суїцидальної поведінки осіб різних вікових груп.
4. Алкоголізм як деструктивний вихід з кризової ситуації.
5. Профілактика деліквентної поведінки в осіб, постраждалих у надзвичайних ситуаціях.

#### **Література:**

1. Астахов В. Психологія горя / Астахов В. // Здоров'я України. – 2001. – Август. – С.38.
2. Гриценко Л. Посттравматичний стресовий розлад у дітей: вікові особливості / Гриценко Л. // Психолог. – 2004. - № 19 (травень). – С. 10-16.
3. Дашкина М.Е. Основы групповой работы с детьми, переживающими утрату близких (на основе опыта Великобритании) / Дашкина М.Е. // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. - № 10. – С. 40-42.
4. Исаев Д.Н. Детская медицинская психология. Психологическая педиатрия / Исаев Д.Н. – СПб.: Речь, 2004. – 384с.
5. Калмыкова Е.С. Особенности психотерапии посттравматического стресса / Калмыкова Е.С., Миско Е.А., Тарабрина Н.В. // Психологический журнал. - № 4. - 2001. -С.70-80.
6. Карсон Р. Анормальная психология / Карсон Р., Батчер Дж., Минека С.. – 11-е изд. – СПб.: Питер, 2004. – 1167 с.
7. Козина Н. Як допомогти дітям пережити втрату близької людини / Козина Н. // Психолог. – 2004. - 45 (грудень). – С. 29-30.
8. Линдемманн Э. Клиника острого горя / Линдемманн Э. // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К.Вилюнас, Ю.Б.Гиппернрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – С. 88-105.
9. Литвиненко І.С. Розмова з дитиною про смерть (криза втрати) / Литвиненко І.С.// Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – № 9. – С. 1-8.

10. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію: Пер. з англ. / Мартіна Мюллер – Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.
11. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.
12. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Тарабрина Н.В. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.
13. Черепанова И. Психологический стресс: помощи себе и ребёнку / Черепанова И. – М., 1996.
14. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посібник / О.Т.Шевченко. – К.: Здоров'я, 2005. – 120 с.

### **Тема 5. Екстремальна професійно-психологічна підготовка персоналу ризиконебезпечних професій**

#### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. В чому полягає організація екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу ризиконебезпечних професій?
2. Опишіть методіку перевірки та оцінки екстремальної психологічної готовності персоналу аварійно-рятувальних служб та військовослужбовців.
3. Які основні напрямки діяльності практичних психологів щодо зниження рівня психічних втрат та психічної недієздатності серед персоналу аварійно-рятувальних служб та військовослужбовців?
4. Назвіть принципи надання психологічної допомоги працівникам ризиконебезпечних професій.
5. Опишіть стратегії регуляції професійного стресу у працівників аварійно-рятувальних служб та військовослужбовців.
6. Які є внутрішні і зовнішні фактори надійності професійної діяльності людини в умовах надзвичайних ситуацій?
7. У чому полягає специфіка психологічної роботи з персоналом аварійно-рятувальних служб та з військовослужбовцями в умовах надзвичайної ситуації?
8. Яке психологічне забезпечення відновлюваного періоду діяльності персоналу аварійно-рятувальних служб та військовослужбовців?

#### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Оформіть основні складові дебрифінгу як методу групової психокорекції посттравматичних стресових розладів у вигляді малюнка-схеми.
3. Систематизуйте рівні групової роботи з різними категоріями персоналу МНС у вигляді таблиці (вказіть мету, завдання) [2].
4. Законспектуйте основні принципи та алгоритми надання екстреної психологічної допомоги працівникам аварійно-рятувальних служб [2].

#### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Особливості надання психологічної допомоги рятувальникам, які були поранені (травмовані).
2. Профілактика професійного стресу серед персоналу аварійно-рятувальних служб.
3. Психологічні особливості діяльності оперативного співробітника пожежної охорони.

#### **Література:**

1. Анцыферова Л.И. Личность в тяжелых жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуации и психологическая защита / Анцыферова Л.И. // Психологический журнал. – 1994.– Т.15. – №1.
2. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
3. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / Маклаков А.Г. // Психологический журнал. –

2001. - №1. – С. 16-24.

4. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій / методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін. за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. – 207 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
5. Смирнов Б.Л. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Смирнов Б.Л. – Х., 2008.

### **Змістовий модуль 2. «Зміст психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях»**

#### **Тема 6. Психологічно-діагностичне забезпечення діяльності у надзвичайних ситуаціях**

##### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. В чому відмінність понять «метод», «методика», «методологія»?
2. Які основні методи дослідження психічного стану, поведінки постраждалих у НС?
3. Дайте загальну характеристику психотехнікам діагностики адаптації до стресу, стресостійкості, дезадаптивних станів у надзвичайній ситуації.
4. Опишіть особистісний опитувальник «МЛЮ – Адаптивність» (Маклаков А.Г.), опитувальник адаптивності до стресу «АС» (Розов В.І.).
5. Опишіть методику визначення домінуючого стану (Куликов В.Л.), методику оцінки нервово-психічної стійкості «Прогноз», тест «СР-45».
6. Опишіть методику «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Ендлера-Паркера (Крюкова Т.Л.), опитувальник «Опанування складними життєвими ситуаціями» (Осухова Н.Г.).
7. Дайте характеристику методиці «Захисні стилі поведінки» LSI Келермана-Плутчика (Мирошник Є.В., Веселков А.Ф.).
8. Опишіть клінічний опитувальник для виявлення і оцінки невротичних станів (К.К.Яхін, Д.М.Менделевич), Гіссенський перелік скарг (ЛПНІ ім. Бехтерева), опитувальник нервово-психічного напруження (Немчин Т.А.).
9. Дайте характеристику методиці «Рівень суб'єктивного контролю», Шкалі депресії (Балашова Т.І.), Шкалі безнадії Бека.
10. Дайте характеристику методиці діагностики рівня соціальної фрустрованості (Бойко В.В.), методиці дослідження синдрому емоційного вигорання (Бойко В.В.), тесту САН.
11. Які проєктивні методи доцільно застосовувати у психології надзвичайних ситуацій?
12. У чому полягає специфіка діагностики психічних станів у дітей, які пережили надзвичайні ситуації?

##### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Опишіть власне розуміння афоризмів: «Той, хто не відчуває болю, рідко вірить в те, що він існує» (Семюел Джонсон, англійський письменник, лексикограф); «Сама впевненість в силах приховує в собі силу» (Боуві).
3. Упорядкуйте методики психологічної діагностики психічного стану особи, яка пережила надзвичайну ситуацію. Підготуйте бланки опитувальників.
4. Проведіть діагностику власного психічного стану за методиками: методика оцінки нервово-психічної стійкості «Прогноз», опитувальник адаптивності до стресу «АС» (Розов В.І.), методика «Захисні стилі поведінки» LSI Келермана-Плутчика (Мирошник Є.В., Веселков А.Ф.), методика дослідження синдрому емоційного вигорання (Бойко В.В.), методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Ендлера-Паркера (Крюкова Т.Л.). Висновки з протоколами дослідження оформіть письмово в окремому зошиті.

##### **Література:**

1. Бурлачук Л.Ф. Психодіагностика: Учебник для вузов / Бурлачук Л.Ф. – СПб., 2003.
2. Экстремальная психология: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
3. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію: Пер. з англ. / Мартіна

- Мюллер – Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.
4. Миколайський М.В. Клінічна психодіагностика: практикум : навчальний посібник / М.В.Миколайський, М.М.Марусинець. – Івано-Франківськ: Плай, 2009. – 279 с.
  5. Михайлов Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. и др. / Под ред. Л.А.Михайлова. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
  6. Практическая психодіагностика. Методики и тесты: Уч. пособие / ред.-сост. Д.Я.Райгородский. – Самара, 2000.
  7. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.. за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ “Видавницт- во “Логос”, 2015. – 207 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
  8. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.

### **Тема 7. Перша психологічна допомога особі у надзвичайних ситуаціях**

#### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. Які основні завдання першої психологічної допомоги в осередку надзвичайної ситуації?
2. Назвіть основні принципи першої психологічної допомоги особам у надзвичайних ситуаціях.
3. Чим відрізняється робота психолога в надзвичайних ситуаціях від звичайної терапевтичної ситуації?
4. Які правила першої психологічної допомоги потерпілим в НС.
5. Опишіть алгоритм дій психолога в осередку НС залежності від виду психічної реакції особи (шоківі реакції, страх, плач, ступор, апатія, паніка, істеричний розлад, агресія, нервові тремтіння, рухове збудження).
6. Які особливості першої психологічної допомоги працівникам аварійно-рятувальних служб в осередку надзвичайної ситуації?

#### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на практичному занятті.
2. Законспекуйте алгоритми екстреної медико-психологічної допомоги особам залежно від вираженої психічної реакції на НС.
3. Зробіть анотацію статті: *Солошенко Д.В. Экстренная психологическая помощь: консультирование // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – № 9-10. – С. 17-38.*

#### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Депресія осіб як типова реакція людей в надзвичайних ситуаціях.
2. Синдром набутої безпорадності в осіб в умовах надзвичайної ситуації.
3. Роль почуття гумору у подоланні наслідків дії травматичної ситуації.

#### **Література:**

1. Василюк Ф.Е. Психология переживаний: Анализ преодоления критических ситуаций / Василюк Ф.Е. – М.: МГУ, 1984. – 200 с.
2. Дорожевец А. Когнітивні механізми адаптації до кризових подій / Дорожевец А. // Психолог. – 2004. – №17 (травня). – С.20-29.
3. Экстренная психологическая помощь: Практическое пособие / М.А.Крюкова, Т.И.Никитина, Ю.С.Сергеева; Центр экстренной психологической помощи. – М.: НЦ ЭНАС, 2003. – 63 с.
4. Завалова Н.Д. Психические состояния человека в особых условиях деятельности / Завалова Н.Д., Пономоренко В.А. // Психологический журнал. – 1983. – №6. – С.92-105.
5. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков: анамнез, этиология и патогенез / Захаров

А.И. – Л., 1988.

6. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник / Левченко К.Б., Панок В.Г., Трубавіна І.М. – К. : Агентство “Україна”. – 2015. – 176 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: [20151023114554\\_simyi\\_z\\_ditmy\\_v\\_period\\_viysk\\_konfliktu.pdf](http://20151023114554_simyi_z_ditmy_v_period_viysk_konfliktu.pdf).
7. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію Пер. з англ. – Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.. за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. – 207 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
9. Солошенко Д.В. Экстренная психологическая помощь: консультирование // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – № 9-10. – С. 17-38.
10. Черепанова И. Психологический стресс: помощи себе и ребёнку. – М., 1996.

### **Тема 8. Психологічна допомога постраждалим залежно від виду надзвичайної ситуації**

#### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. В чому полягає психологічна допомога постраждалим у вогнищах стихійних лих та катастроф?
2. Які психологічні наслідки тероризму у світі?
3. В чому проявляється специфіка психологічної допомоги заручникам терактів?
4. У чому суть «стокгольмського синдрому»?
5. Які особливості психологічної допомоги учасникам бойових дій?
6. У чому суть «в'єтнамського синдрому»?
7. Які психологічні наслідки техногенних катастроф?
8. У чому суть психологічної допомоги постраждалих внаслідок техногенних катастроф (на прикладі аварії на ЧАЕС)?
9. Які особливості психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій?
10. Які особливості психологічної допомоги військовослужбовцям, які перебувають на лікуванні у госпіталі?
11. Які особливості психологічної допомоги ветеранам АТО?
12. У чому полягає специфіка роботи психолога із сім'єю загиблого військовослужбовця АТО?

#### **Завдання для самостійної роботи студентів**

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Опишіть власне розуміння афоризмів: «Гірше, ніж війна, - страх перед війною» (Луцій Анней Сенека, римський філософ і письменник); «Перемагати – найбезглуздіше заняття. Не перемогти, а переконати – ось що варте слави» (Віктор Марі Гюго, французький письменник).
3. Складіть бібліографічний список наукових джерел (не менше 20-ти одиниць) із даної теми.
4. Законспекуйте статті: 1. Ениколопов С.Н., Мкртычян А.А. Психологические последствия терроризма // Вопросы психологии. – 2008. - №3. – С.71-80; 2. Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Военно-травматический стресс: особенности посттравматической адаптации участников боевых действий // Психологический журнал. - №5. – 1999. – С.62-74.
5. Підберіть приклади з художньої літератури, кінофільмів, де описуються випадки переживання людини в тій чи іншій надзвичайній ситуації та зробіть їх психологічний аналіз.

#### **Тематика повідомлень, рефератів**

1. Психологічні портрети терориста та його жертви.
2. Психічні травми, викликані воєнними діями.

3. Віддалені наслідки аварії на Чорнобильській АЕС: медико-психологічний аспект.
4. Психологічні наслідки насильства над жінками (домашнє, сексуальне).
5. Жорстоке ставлення до дітей як соціально-психологічна проблема.

#### **Література:**

1. Губенко А.В. Вызов терроризма (Психологический анализ феномена терроризма) // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. - №9. – С.35-39.
2. Ениколопов С.Н., Мкртычян А.А. Психологические последствия терроризма // Вопросы психологии. – 2008. - №3. – С.71-80.
3. Католик Г. В. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям, та постраждалим: Наук.-Метод. зб./ Г.В. Католик, І.О. Корнієнко. - 2-ге вид., допов. - Львів : Червона калина, 2003.- 124 с.
4. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у надзвичайній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. – Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. – 72 с.
5. Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Военно-травматический стресс: особенности посттравматической адаптации участников боевых действий // Психологический журнал. - №5. – 1999. – С.62-74.
6. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник / Левченко К.Б., Панок В.Г., Трубавіна І.М. – К. : Агентство “Україна”. – 2015. – 176 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: [20151023114554.simyi.z.ditmy.v.period.viysk.konfliktu.pdf](http://20151023114554.simyi.z.ditmy.v.period.viysk.konfliktu.pdf).
7. Маклаков А.Г., Черемянин С.В., Шустов Е.Б. Проблемы прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. - №2. – С.48-64.
8. Мартіна Мюллер Якцо ви пережили психотравмуючу подію Пер. з англ. – Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.
9. Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. и др. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Под ред. Л.А.Михайлова. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
10. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.. за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ “Видавницт- во “Логос”, 2015. – 207 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
11. Психологічна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс: навч.-метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобривкіна, В. Чернобривкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. – 92 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/246>
12. Смирнов Б.Л. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. – Х., 2008.
13. Христенко В.Е. Психология жертвы: Учеб. пособие. – Х., 2001. – 256 с.
14. Юрѳева Л.Н. Кризисные состояния. – Днепропетровск, 1999. – 345 с.

### ***Тема 9. Психологічна допомога та самопомога особі у надзвичайних ситуаціях***

#### **Завдання для самоконтролю, роздумів, дискусій**

1. У чому суть психологічної профілактики психічних розладів в осіб, які пережили надзвичайну ситуацію?
2. Які особливості групової психокорекції гострих та посттравматичних стресових станів постраждалих у надзвичайних ситуаціях?
3. Які методи психологічної роботи з психотравмою (психологічний дебрифінг, аутодебрифінг, група підтримки дітям та дорослим в гострому горі, програма подолання психічних травм дитинства та ін.)?
4. Охарактеризуйте стадії роботи з психотравмою: гостра фаза, фаза корекції і реабілітації?
5. Які основні напрямки комплексної реабілітації постраждалих у надзвичайній ситуації?
6. В чому специфіка психологічної реабілітації постраждалих у надзвичайних ситуаціях?

### Завдання для самостійної роботи студентів

1. Опрацюйте рекомендовану літературу. Систематизуйте прочитаний матеріал і підготуйте виступ на семінарському занятті.
2. Опишіть власне розуміння афоризмів: «Той, хто не відчуває болю, рідко вірить в те, що він існує» (Семюел Джонсон, англійський письменник, лексикограф); «Сама впевненість в силах приховує в собі силу» (Боуві).
3. Зробіть анотацію статей: 1. Гриневич Є. Г. Комплексна соціально-психологічна та психотерапевтична допомога постраждалим внаслідок надзвичайних ситуацій, техногенних аварій та катастроф (загальні принципи, структура, мета й задачі, методичні підходи та заходи) [Електронний ресурс] // *Новини української психіатрії*. — Київ–Харків, 2007. — Режим доступу: <http://www.psychiatry.ua/articles/paper237.htm>.; 2. Гриневич Є.Г. Оцінка ефективності надання психолого-психіатричної та психотерапевтичної допомоги постраждалим внаслідок надзвичайних ситуацій // *Журнал психіатрії і медичинської психології*. — 2007. — № 1. — С. 32–40.
4. Розробіть проект програми психологічної допомоги постраждалим від стихійного лиха, катастрофи, терористичного нападу, воєнних дій та ін. (на вибір студента). Захист проекту відбувається на занятті з використанням мультимедійних засобів та практичної їх демонстрації.

### Література:

1. Гриневич Є.Г. Комплексна соціально-психологічна та психотерапевтична допомога постраждалим внаслідок надзвичайних ситуацій, техногенних аварій та катастроф (загальні принципи, структура, мета й задачі, методичні підходи та заходи) [Електронний ресурс] // *Новини української психіатрії*. — Київ–Харків, 2007. — Режим доступу: <http://www.psychiatry.ua/articles/paper237.htm>.;
2. Гриневич Є.Г. Оцінка ефективності надання психолого-психіатричної та психотерапевтичної допомоги постраждалим внаслідок надзвичайних ситуацій // *Журнал психіатрії і медичинської психології*. — 2007. — № 1. — С. 32–40.
3. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред.. проф.. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
4. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посібник / [Богданов О., Гніда Т.Б., Залеська О.В., Лунченко Н.В., Панок В.Г., Соловійова В.В. / за заг. ред. Богданов С.О., Панок В.Г.] – Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. – 208 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/11847>
5. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у надзвичайній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. – Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. – 72 с.
6. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник / Левченко К.Б., Панок В.Г., Трубавіна І.М. – К. : Агентство “Україна”. – 2015. – 176 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: [20151023114554\\_simyi\\_z\\_ditmy\\_v\\_period\\_viysk\\_konfliktu.pdf](http://20151023114554_simyi_z_ditmy_v_period_viysk_konfliktu.pdf).
7. Лупко С. Стратегії подолання психічної травми // *Соціальна психологія*. – 2004. - №5(7). – С.25-35.
8. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію Пер. з англ. – Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.
9. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями. – М.: Смысл, 2002. – 458 с.
10. Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. и др. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Под ред. Л.А.Михайлова. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
11. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій

- методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.. за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ “Видавницт- во “Логос”, 2015. – 207 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>.
12. Психологічна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс: навч.-метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобривкіна, В. Чернобривкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. – 92 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/246>
13. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.

### ТЕМАТИКА КУРСОВИХ, ДИПЛОМНИХ РОБІТ

1. Психологічне благополуччя осіб, переселених із зони збройного конфлікту.
2. Індивідуально-психологічні чинники стресостійкості осіб в умовах надзвичайної ситуації.
3. Психологічна реабілітація військовослужбовців, демобілізованих із зони бойових дій.
4. Психологічна допомога сім'ям військовослужбовців.
5. Психологічна діагностика та корекція дітей, які пережили травмуючу подію.
6. Профілактика та корекція посттравматичного стресового розладу особистості.
7. Життєвий світ та переживання критичних ситуацій.
8. Схильність до нещасних випадків та чинники, що її обумовлюють.
9. Механізми психологічного захисту у надзвичайних ситуаціях.
10. Когнітивні механізми адаптації до кризових ситуацій.
11. Психологічний стрес та синдром емоційного вигорання у спеціалістів ризиконебезпечних професій.
12. Профілактика виникнення паніки в умовах надзвичайних ситуацій.
13. Особливості виникнення афективно-шокових реакцій людини у надзвичайних ситуаціях.
14. Методи психодіагностики та корекції посттравматичного стресового розладу у дітей.
15. Психологія тероризму: причини виникнення та наслідки.
16. Депресивні розлади як відповідь на стресові ситуації: етіологія, клінічні ознаки, патогенез та психокорекція.
17. Суїцид як деструктивний спосіб виходу з кризової ситуації.
18. Основи консультування суїцидальних клієнтів.
19. Психологія переживань людей, які перенесли самогубство близької людини.
20. Програма профілактики суїцидальної поведінки осіб різних вікових груп.
21. Алкоголізм як деструктивний вихід з кризової ситуації.
22. Синдром втрати: клінічні ознаки, особливості перебігу, психокорекція.
23. Гостре горе як синдром з психологічною і соматичною симптоматикою.
24. Основи психокорекції гострого горя.
25. Вікові особливості переживання гострого горя.
26. Психологічні наслідки насильства над жінками (домашнє, сексуальне).
27. Психологічні наслідки насильства у дітей та підлітків.
28. Змінені умови існування і їх психогенні чинники.
29. Динаміка працездатності та типи адаптації людини в особливо змінених умовах існування.
30. Психологічні особливості діяльності оперативного співробітника аварійно-рятувальних служб.
31. Організація екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу аварійно-рятувальних служб.
32. Професійний стрес у працівників аварійно-рятувальних служб: етіологія, клінічні ознаки, особливості перебігу, діагностика, корекція.

## **Програмові вимоги до навчального курсу «Психологічна допомога у надзвичайних ситуаціях»**

1. Описати предмет і основні завдання психології надзвичайних ситуацій і як вона пов'язана з іншими галузями науки?
2. Визначити чинники розвитку безпосередніх та віддалених негативних наслідків надзвичайної ситуації.
3. Дати характеристику конфліктним та безконфліктним надзвичайним ситуаціям.
4. Описати різновиди надзвичайних ситуацій згідно законодавства України.
5. Охарактеризувати життєві кризи особистості (за Т.Титаренко).
6. Описати кризи особистості на основі внутрішнього та зовнішнього життєвих світів (за Ф.Василюком).
7. Дати характеристику концепції стресу і «загального адаптаційного синдрому» Г.Сельє?
8. Описати механізми психологічного захисту особистості і адаптації у надзвичайних ситуаціях?
9. Охарактеризувати чинники розвитку безпосередніх та віддалених негативних наслідків надзвичайних ситуацій.
10. Описати періоди розвитку психотравмуючої ситуації.
11. Охарактеризувати стадії (фази) переживання психотравмуючої ситуації.
12. Дати характеристику основним принципам першої (екстреної) психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях.
13. Дати характеристику психологічній допомозі постраждалим внаслідок техногенних катастроф (на прикладі аварії на ЧАЕС).
14. Дати характеристику різновидам дисфункціонального горя.
15. Дати характеристику роботи психолога з постраждалими різних категорій на місці ліквідації наслідків надзвичайної ситуації.
16. Назвати принципи надання психологічної допомоги працівникам аварійно-рятувальних служб.
17. Описати психологічні наслідки аварії на Чорнобильській АЕС.
18. Описати етіологію і патогенез синдрому набутої безпорадності.
19. Описати критерії діагностики посттравматичного стресового розладу.
20. Описати методику WCQ (дослідження копінг-поведінки), методику визначення ведучих механізмів психологічного захисту.
21. Описати методику ОСЗ Холмса-Райха, шкалу оцінки впливу травматичної події.
22. Описати основні принципи психологічної допомоги при гострому горі.
23. Описати основні психотехніки діагностики психічного стану постраждалих у надзвичайній ситуації.
24. Описати специфіку діагностики психічних станів у дітей, які пережили надзвичайні ситуації.
25. Описати основні психотехніки корекції посттравматичного стресового розладу у дітей.
26. Описати особливості організації екстремальної професійно-психологічної підготовки персоналу аварійно-рятувальних служб.
27. Описати правила першої психологічної допомоги постраждалим в надзвичайній ситуації.
28. Описати психогенні реакції постраждалих залежно від періоду розвитку надзвичайної ситуації.
29. Описати суть «в'єтнамського синдрому».
30. Охарактеризувати вікові особливості переживання горя.
31. Охарактеризувати першу психологічну допомогу постраждалим в залежності від вираженої психогенної реакції на надзвичайну ситуацію.
32. Охарактеризувати методику визначення домінуючого стану (В.Л.Куликов), методику «Прогноз».
33. Охарактеризувати особливості психогенних реакцій постраждалих від терактів та надання їм психологічної допомоги.
34. Охарактеризувати особливості психологічної допомоги учасникам бойових дій.

35. Охарактеризувати проєктивні методи, що доцільно застосовувати у психології надзвичайних ситуацій.
36. Охарактеризувати психологічну допомогу постраждалим у вогнищах стихійних лих та катастроф.
37. Охарактеризувати специфіку психологічної роботи з персоналом аварійно-рятувальних служб в умовах надзвичайної ситуації.
38. Охарактеризувати співвідношення понять «надзвичайна ситуація» та «екстремальна ситуація».
39. Охарактеризувати стадії (фази) переживання гострого горя осіб, які постраждали у надзвичайній ситуації.
40. Охарактеризувати сучасний стан проблеми дослідження стратегій подолання (копінг-поведінки) стресу.
41. Охарактеризувати основні методи роботи з психотравмою осіб, які постраждали у надзвичайній ситуації.
42. Дати характеристику методиці «Рівень суб'єктивного контролю», шкалі депресії, шкалі безнадії Бека.
43. Дати характеристику надійності професійної діяльності персоналу аварійно-рятувальних служб в умовах надзвичайної ситуації.
44. Описати особливості психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій.
45. Описати особливості психологічної допомоги військовослужбовцям, які перебувають на лікуванні у госпіталі.
46. Описати особливості психологічної допомоги ветеранам війни (на прикладі ветеран АТО).
47. Дати характеристику змісту психологічної допомоги сім'ям загиблих військовослужбовців АТО.
48. Охарактеризувати особливості групової психокорекції гострих та посттравматичних стресових станів постраждалих у надзвичайних ситуаціях.

### **9. Індивідуальні завдання**

Робота над науково-понятійним апаратом з курсу “Психологічна допомога у надзвичайних ситуаціях”, опрацювання додаткової психологічної літератури з тем, що вивчаються; анотування і конспектування першоджерел, підготовка реферату, розробка програми психологічної допомоги постраждалим від стихійного лиха, катастрофи, теракту, воєнних дій (за вибором студента).

### **10. Методи навчання**

Лекції із використанням мультимедійних презентацій, дидактичні схеми, робота в групах, дискусії, розв'язання практично-орієнтованих задач, опрацювання наукової літератури, періодичних видань, проблемне навчання, „мозковий штурм” тощо.

### **11. Форми та методи контролю**

Навчальні тести, усне опитування, реферат, контрольна робота, конспекти наукових статей, мультимедійна презентація програми психологічної допомоги постраждалим у надзвичайній ситуації.

### **12. Розподіл балів, що отримують студенти**

Усні відповіді – 10 Тестування – 15 Самостійна робота (анотації статей, реферати презентації) – 15 Контрольна робота – 10	Усні відповіді – 5 Тестування – 10 Самостійна робота (анотації статей, реферати, презентації) – 15 Програма психологічної допомоги - 20	100
--	--	-----

**Оцінювання знань студентів** здійснюється за 100-бальною шкалою, з яких 15 балів відводиться на оцінювання усних відповідей, 25 балів – оцінювання результатів тестування студентів, 10 балів – контрольної роботи, 30 балів – самостійної роботи (анотації статей, рефератів, презентацій тощо), 20 балів – розробку програми психологічної допомоги постраждалим у надзвичайній ситуації.

На семінарських заняттях студент максимально може отримати 5 балів, при цьому 5 балів за усну відповідь і 3 бали – за виконання самостійної роботи. При цьому студенти здійснюють огляд літератури за ключовими поняттями теми, оформляють відповіді на питання семінару у вигляді опорних малюнків-схем, заповнюють таблиці, конспектують наукові статті, розв'язують психологічні практично-орієнтовані задачі, де висвітлюються питання організації надання психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях. Усні відповіді студентів оцінюються у 5 балів.

При виконанні рефератів чи оформленні мультимедійних презентацій студенти опрацьовують рекомендовану літературу з основ надання першої психологічної допомоги (ППД) у надзвичайних ситуаціях, психологічної діагностики, корекції та профілактика психічних захворювань постраждалих у надзвичайних ситуаціях.

Основними завданнями поглибленого вивчення ППД є формування у студентів навичок надання психологічної допомоги кризовим клієнтам засобами моделювання ситуацій або надання реальної психологічної допомоги у Центрі кризової допомоги тощо. Критеріями оцінки роботи студентів є: *знання* типових психогенних реакцій особи на травматичну подію та специфіки надання першої психологічної допомоги постраждалим у надзвичайній ситуації; *вміння* аналізувати, узагальнювати, активно слухати, дотримуватись алгоритму дій при різних психогенних реакцій особи, проявляти емпатію та позитивне мислення; *навички* застосування психологічних методів (спостереження, бесіди тощо), оформлення результатів дослідження.

Основними завданнями поглибленого вивчення методики клініко-психологічної інтервенції постраждалих у надзвичайних ситуаціях» є формування у студентів вміння розробляти орієнтовні програми психологічної допомоги постраждалим від стихійного лиха, катастрофи, терористичного нападу, воєнних дій та ін. (на вибір студентів) та оформлення результатів у вигляді мультимедійних презентацій. Критеріями оцінки роботи студентів є: актуальність змісту, спосіб подання матеріалу, оригінальність та інноваційні методи аналізу проблеми, що розглядається, самостійність, аналітичні здібності, ступінь та форма узагальнення матеріалу, глибина критичних зауважень, різноманітність та обґрунтованість позицій.

Максимальна оцінка мультимедійної презентації студентів становить 10 балів.

Тестовий контроль знань. Для кожної теми навчального курсу передбачені завдання у формі тестів, а саме: завдання з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих, завдання на встановлення правильної відповідності, завдання на встановлення правильної послідовності.

Завдання з вибором однієї правильної відповіді передбачають перевірку цілої низки знань, умінь, навичок (знання термінів, процесів тощо, вміння конкретизувати, вміння виділяти головне, вміння визначати передумови, причини, приводи та сутність психічних процесів в умовах надзвичайної ситуації). Завдання вважається виконаним, якщо студент вказав правильний варіант відповіді, і оцінюється у 0,5 бала.

Завдання на встановлення правильної відповідності (логічні пари). До кожного завдання подано інформацію, що позначено цифрами (лівий стовпчик) та буквами (правий стовпчик). Виконуючи завдання, необхідно встановити відповідності між двома групами інформації, позначеної цифрами та буквами (утворити логічні пари). Кожна правильно визначена логічна пара оцінюється в один бал. Максимальна кількість балів за дане завдання – 2 бали.

Завдання на встановлення правильної відповідності. До кожного завдання подано перелік процесів, симптомів тощо, позначених буквами. Їх необхідно розташувати у правильній послідовності. Завдання вважається виконаним, якщо студент визначив правильну послідовність, і оцінюється в 1 бал.

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою (пояснення)
90 – 100	<b>A</b>	зараховано (відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок)
80 – 89	<b>B</b>	зараховано (вище середнього рівня з кількома помилками)
70 – 79	<b>C</b>	зараховано (загалом правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок)
60 – 69	<b>D</b>	зараховано (непогано, але зі значною кількістю недоліків)
50 – 59	<b>E</b>	зараховано (виконання задовольняє мінімальним критеріям)
26 – 49	<b>FX</b>	не зараховано (з можливістю повторного складання)
0-25	<b>F</b>	не зараховано (з обов'язковим повторним курсом)

### 13. Методичне забезпечення

1. Кулеша-Любінець М.М. Психологічна допомога у надзвичайних ситуаціях: навч.-метод. комплекс для студентів спеціальності «Психологія» / М.М.Кулеша-Любінець. – Івано-Франківськ: Симфонія форте, 2011. – 48 с.
2. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у надзвичайній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. – Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. – 72 с.

### 14. Рекомендована література

#### Основна:

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. О.В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посібник / [Богданов .О., Гніда Т.Б., Залеська О.В., Лунченко Н.В., Панок В.Г., Соловійова В.В. / за заг. ред. Богданов С.О., Панок В.Г.] – Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. – 208 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/11847>
3. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. – Х.: НУЦЗУ, 2010. – 401 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://extrpsy.nuczu.edu.ua/sites/all/books/kryzova.pdf>.
4. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у надзвичайній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. – Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. – 72 с.
5. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник / Левченко К.Б., Панок В.Г., Трубавіна І.М. – К. : Агентство “Україна”. – 2015. – 176 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: [20151023114554\\_simyi\\_z\\_ditmy\\_v\\_period\\_viysk\\_konfliktu.pdf](http://20151023114554_simyi_z_ditmy_v_period_viysk_konfliktu.pdf).
6. Лефтеров В.О. Психологічні детермінанти загибелі та поранень працівників органів внутрішніх справ: монографія / Лефтеров В.О., Тімченко О.В. – Донецьк: ДІВС МВС України, 2002. – 324 с.
7. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер. – Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. – 120 с.

8. Панок В.Г. Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи / Центр. соц. експертиз і прогнозів ін.-ту соціол. НАН України та ін. – К., 1999. – 104 с.
9. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін. за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. – 207 с. Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
10. Психологічна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс: навч.-метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобривкіна, В. Чернобривкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. – 92 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/246>
11. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Титаренко Т.М. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
12. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. / Шевченко О.Т. – К., 2005. – 120 с.
13. Яковенко С.І. Соціально-психологічна допомога при надзвичайних ситуаціях та критичних інцидентах / Яковенко С.І., Лисенко В.І.; НАН України. Ін-т соціології. Центр соціал. експертиз і прогнозів. – К., 1999. – 224 с.
14. Всемирная организация здравоохранения, War Trauma Foundation и World Vision International (2014). Первая психологическая помощь: руководство для работников на местах. Женева: ВОЗ, 2014.
15. Исаев Д.Н. Детская медицинская психология. Психологическая педиатрия / Исаев Д.Н. – СПб.: Речь, 2004. – 384 с.
16. Карсон Р. Анормальная психология / Карсон Р., Батчер Дж., Минека С. – 11-е изд. – СПб.: Питер, 2004. – 1167с.
17. Клиническая психология: Учебник для студентов медицинских вузов и факультетов клинической психологии / Под ред. проф. Б.Д.Карвасарского. – СПб., 2002.
18. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология / Менделевич В.Д. – М.: Медпрес., 2001.
19. Моляко В.А. Особенности проявления паники в условиях экологического бедствия (на примере Чернобыльской атомной катастрофы) / Моляко В.А. // Психологический журнал. – 1992. -№2.-С.66-74.
20. Психогении в экстремальных условиях/ Александровский Ю.А., Лобастов О.С., Спивак Л.И., Щукин Б.П. – М.: Медицина, 1991. – 96 с.
21. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Под ред. Л.А.Михайлова / Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. и др. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
22. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение: научно-практическое пособие / В.И.Розов. – К.: КНТ; Саммит-Книга, 2012. – 480 с.
23. Самоукина Н.В. Экстремальная психология / Самоукина Н.В. – М.: Ассоциация авторов и издателей «ТАНДЕМ», 2000. – 288 с.
24. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. – Х.: Гумнитарный Центр, 2007. – 292 с.
25. Сыропятов О.Г. Психопатология чрезвычайных ситуаций / О.Г. Сыропятов, Г.В. Иванцова. – К.: Наук. світ, 2005. – 64 с.
26. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Тарабрина Н.В. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.

#### Додаткова:

1. Дорожевец А. Когнітивні механізми адаптації до кризових подій / Дорожевец А. // Психолог. – 2004. – №17 (травень). – С.20-29.
2. Гриценко Л. Посттравматичний стресовий розлад у дітей: вікові особливості / Гриценко Л.

- // Психолог. – 2004. - № 19 (травень). – С. 10-16.
3. Миронець С.М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: Монографія / Миронець С.М., Тімченко О.В. – К.: Консультант, 2008. – 232 с.
  4. Клінічна психодіагностика: Практикум / Ред.-упор. М.В.Миколайський. – Івано-Франківськ: Місто НВ, 2006. – 228 с.
  5. Корнієнко І. Психологічна допомога дітям, що зазнали травми внаслідок катастрофи / Корнієнко І., Католик Г. // Психолог. – 2004. – № 46 (грудень). – С.8-12.
  6. Кулеша-Любінець М.М. Психологічне благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту / М.М.Кулеша-Любінець, А.П.Барабашова // Актуальні проблеми практичної психології : збірник статей III Всеукраїнської науково-практичної конференції (Глухів, 10-11 листопада 2016 року) / МОНУ, ГНПУ ім. О.Довженка [та ін.]; відп. ред. В.М.Поліщук. – Глухів : РВВ ГНПУ ім. О.Довженка, 2016. – С.104-108.
  7. Овсяннікова Я.О. Психологічна допомога дітям, які пережили психічну травму внаслідок надзвичайної ситуації / Я.О.Овсяннікова // Право і безпека. – 2012. - №1 (43). – С. 317-321.
  8. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: Типологический анализ критических ситуаций / Василюк Ф.Е. // Психологический журнал. – 1995. – №3. – С. 90-101.
  9. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства / Ю.А.Александровский. – М.: Медицина, 1993.
  10. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных ситуациях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994.– Т.15. – №1.
  11. Аргайл М. Психология счастья / Аргайл М. – М.: Прогресс, 1990. – 336 с.
  12. Бодров В.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора / Бодров В.А., Обознов А.А. // Психологический журнал. – № 4. – 2000. – С. 32-40.
  13. Бурлачук Л.Ф. Введение в психологию жизненных ситуаций / Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. – М., 1998.
  14. Экстренная психологическая помощь: Практическое пособие / М.А.Крюкова, Т.И.Никитина, Ю.С.Сергеева; Центр экстренной психологической помощи. – М.: НЦ ЭНАС, 2003. – 63 с.
  15. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков: анамнез, этиология и патогенез / Захаров А.И. – Л., 1988.
  16. Зеленова М.Е. Психологические особенности посттравматических стрессовых состояний у участников войны в Афганистане / Зеленова М.Е., Лазебная Е.О., Тарабрина Н.В. // Психологический журнал. – 1997. – №2. – С. 34-49.
  17. Психология здоровья: Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и спец. психологии. Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб и др.: Питер, 2003. – 606 с.
  18. Стрелков Ю.К. Психология жизненных кризисов и значимых событий / Стрелков Ю.К. // Психологический журнал. – 1993. – Т.13. - №5. – С.75-86.
  19. Тарабрина Н.В. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы / Тарабрина Н.В., Лазебная Е.О. // Психологический журнал. – 1992. - №2. - С.14-29.
  20. Холмогорова А.Б. Психологическая помощь людям, пережившим травматический стресс / Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. – М.: МГППУ, 2006. – 112 с.
  21. Щербатых Ю.В. Психология стресса / Щербатых Ю.В. – М.: Издательство Эскимо, 2005. – 304 с.

### 15. Інформаційні ресурси

Конспекти лекцій, науково-методичні видання, періодичні видання, джерела Інтернет:

1. <http://extrpsy.nuczu.edu.ua/sites/all/books/kryzova.pdf>.
2. [20151023114554.simyi.z.ditmy.v.period.viysk.konfliktu.pdf](http://20151023114554.simyi.z.ditmy.v.period.viysk.konfliktu.pdf).
3. <http://inpsy.naps.gov.ua/userfiles/files/>
4. <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/246>