

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Екстремальна та кризова психологія»

циклу професійної (обов'язкової) підготовки
за другим (магістр) рівнем вищої освіти
галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
за освітньо-професійними програмами «Екстремальна та кризова
психологія»

Рекомендовано кафедрою психології
діяльності в особливих умовах на
2021-2022 навчальний рік.
Протокол від «30» червня 2021 року
№ 12

Силабус розроблений відповідно до Робочої програми навчальної дисципліни
«Екстремальна та кризова психологія»

2021 рік

Загальна інформація про дисципліну

Анотація дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни є вивчення загальнопсихологічних закономірностей функціонування психіки і життєдіяльності індивіда в зоні граничних можливостей організму, особистості, групи, соціуму, а також вдосконалення управління і практичної діяльності підрозділів ДСНС України в надзвичайних ситуаціях.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Екстремальна та кризова психологія» є сприяння кращій підготовленості здобувачами вищої освіти, більш оптимальної адаптації особового складу до ризиконебезпечних ситуацій службової діяльності, зниження рівня психічних втрат та психічної неієздатності серед персоналу ДСНС України та успішному подоланню можливих негативних психічних наслідків кризових і надзвичайних обставин і ситуацій.

З метою активізації самостійної роботи програма містить практичні заняття, а також перелік завдань для самостійної роботи. Для підсумкового контролю програмою курсу передбачено проведення екзамену.

Інформація про науково-педагогічного працівника

Загальна інформація	Михлюк Едуард Ігорович, заступник начальника кафедри психології діяльності в особливих умовах соціально-психологічного факультету, кандидат психологічних наук.
Контактна інформація	м. Харків, вул. Чернишевська, 94, кабінет № 434. Робочий номер телефону – 707-34-74.
E-mail	Edyard_2401@ukr.net
Наукові інтереси	- науковий аналіз поведінки особистості, груп, організацій; - психологічні особливості роботи в особливих та екстремальних умовах;.
Професійні здібності	- професійні знання і практичний досвід роботи.
Наукова діяльність за освітнім компонентом	1. Михлюк Е.І. Психопрофілактики професійно зумовлених акцентуацій рятувальників Проблеми сучасної психології : [збірник наукових праць]. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2016. – Вип.32 с.315-327. 2. Михлюк Е.І., Формування професійно обумовлених акцентуацій особистості у працівників ДСНС України в процесі

	<p>професіогенеза. Науковий вісник Херсонського Державного університету : [науковий вісник]. – Херсон : ХДУ, 2015. – Вип.5.с 43-50.</p> <p>3. Михлюк Е.І., Сергієнко О.О., Перелигіна Л.А., Попов В.М. Психопрофілактика та психокорекція професійного відчуження у працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій: монографія-Х.:ФОП Бровін, 2021.-134с.</p> <p>4. Михлюк Е.І., Кукоба Н.С., Аналіз проблеми впливу особистісних якостей психолога на діяльність в екстремальній ситуації. Проблеми екстремальної та кризової психології. Зб. наук. праць. - Харків: НУЦЗУ, 2016 - Вип.20</p>
--	--

Час та місце проведення занять з дисципліни

Аудиторні заняття з навчальної дисципліни проводяться згідно затвердженого розкладу. Електронний варіант розкладу розміщується на сайті Університету (<http://rozklad.nuczu.edu.ua/timeTable/group>).

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щовівторка з 15.00 до 16.00 в кабінеті № 434. В разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

Мета вивчення дисципліни: Основною метою курсу «Екстремальна та кризова психологія» є отримання здобувачами вищої освіти поглиблених знань, умінь і навичок в області психологічних аспектів екстремальних ситуацій у відповідності з сучасними науковими уявленнями. Опанування знань і навичок складає важливу умову для кваліфікованого вирішення фахівцем широкого спектру завдань в різних напружених та екстремальних ситуаціях, надання психологічної допомоги постраждалим.

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Форма здобуття освіти очна (денна)
Статус дисципліни	обов'язкова професійна
Рік підготовки	1 курс
Семестр	2
Обсяг дисципліни:	
- в кредитах ЄКТС	4

- кількість модулів	2
- загальна кількість годин	120
Розподіл часу за навчальним планом:	
- лекції (годин)	28
- практичні заняття (годин)	-
- семінарські заняття (годин)	32
- лабораторні заняття (годин)	-
- курсова робота (годин)	-
- інші види занять (годин)	-
- самостійна робота (годин)	60
- індивідуальні завдання (науково-дослідне) (годин)	-
- підсумковий контроль	екзамен

Передумови для вивчення дисципліни

Для успішного навчання необхідне опанування навчальними дисциплінами психологія здоров'я та психосоматика, психологічна підготовка та готовність до діяльності в екстремальних умовах, соціально-психологічний тренінг підготовки до діяльності в екстремальних умовах.

Результати навчання та компетентності з дисципліни

Відповідно до освітньо-професійних програм «Екстремальна та кризова психологія» вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити:

- досягнення здобувачами вищої освіти таких результатів навчання:

Програмні результати навчання	ПР
Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності	ПР 11
Вирішувати фахові завдання в організації психологічного супроводу діяльності працівників в підрозділах сектору безпеки та оборони України.	ПР 12
Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.	ПР 8
Досліджувати та вирішувати актуальні психологічні проблеми оптимізації професійної діяльності підрозділів сектору оборони та	ПР 17.

безпеки України.	
Здійснювати систему заходів, спрямованих на збереження, відновлення та корекцію психічних станів, створення сприятливих умов, необхідних для забезпечення оптимального рівня готовності до професійної діяльності в підрозділах сектору безпеки та оборони України.	ПР 15.
Застосовувати психологічні засоби діагностики та подолання особистісно-професійних криз фахівців, які виконують діяльність в особливих та екстремальних умовах.	ПР 14.

- формування у здобувачів вищої освіти наступних компетентностей:

Програмні компетентності (загальні та спеціальні)	ЗК, СК
Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.	ЗК 1
Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.	ЗК 2
Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.	ЗК 4.
Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.	СК 7.
Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.	СК 10.
Здатність здійснювати практичну і дослідницьку діяльність щодо ефективного вирішення завдань за призначенням у підрозділах сектору безпеки та оборони України.	СК 11.
Здатність впливати на працівників та групу в звичайних, особливих і екстремальних умовах діяльності, усвідомлювати та змінювати психологічні стратегії впливу та захисту адекватно ситуації.	СК 12.
Здатність застосовувати основні методи, прийоми, засоби для виявлення, корекції та профілактики кризових станів особистості, яка здійснює професійну діяльність в особливих умовах.	СК 13.
Здатність здійснювати психопрофілактичну та психокорекційну роботу серед працівників різних підрозділів сектору безпеки та оборони України.	СК 14.

Програма навчальної дисципліни

Теми навчальної дисципліни:

МОДУЛЬ 1. ЕКСТРЕМАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ЯК ГАЛУЗЬ НАУКИ І ПРАКТИКИ.

Тема 1.1. Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації..

Тема 1.2. Типологія екстремальних ситуацій.

Тема 1.3. Екстремальні стани : поняття і диференціальна діагностика.

Тема 1.4-1.5. Методи надання екстреної психологічної допомоги.

Тема 1.6. Психологічна підтримка діяльності людини в екстремальних умовах.

Тема 1.7 Психогігієна та психопрофілактика стресу. Робота психолога у вогнищі екстремальної ситуації.

МОДУЛЬ 2. КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ: ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ ТА ЗАГАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ.

Тема 2.1-2.2. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.

Тема 2.3. Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.

Тема 2.4. Психологічна допомога при кризових станах особистості.

Тема 2.5-2.6. Психологічний аналіз дитячого горя.

Тема 2.7. Збереження психічного здоров'я та професіонального довголіття кризових психологів.

Розподіл дисципліни у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять:

Назви модулів і тем	Очна (денна) форма навчання					
	Кількість годин					
	усього	у тому числі				
лекції		практичні (семінарські) заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	модульна контрольна робота	
2 - й семестр						
Модуль 1.						
Тема 1.1.	8	2	2		4	
Тема 1.2.	8	2	2		4	
Тема 1.3.	8	2	2		4	
Тема 1.4.	8	2	2		4	
Тема 1.5.	8	2	2		4	
Тема 1.6.	8	2	2		4	
Тема 1.7.	8	2	4		4	модульна контрольна робота (теми 1.1-1.7)

Разом за модулем 1	58	14	16		28	
Модуль 2.						
Тема 2.1	8	2	2		4	
Тема 2.2.	8	2	2		4	
Тема 2.3.	8	2	2		4	
Тема 2.4.	8	2	2		4	
Тема 2.5.	10	2	2		6	
Тема 2.6.	10	2	2		6	
Тема 2.7		2			4	модульна контрольна робота (теми 2.1-2.7)
	10		4			
Разом за модулем 2	62	14	16		32	

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Екстремальна психологія. Поняття екстремальної ситуації.	2
2.	Типологія екстремальних ситуацій.	2
3.	Екстремальні стани : поняття і диференціальна діагностика.	4
4.	Методи надання екстреної психологічної допомоги.	2
5.	Психологічна підтримка діяльності людини в екстремальних умовах.	2
6.	Психогігієна та психопрофілактика стресу. Робота психолога у вогнищі екстремальної ситуації.	4
7.	Теоретико-методологічні основи кризової психології.	2
8.	«Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу.	2
9.	Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.	2
10.	Психологічна допомога при кризових станах особистості	2
11.	Психологічний аналіз дитячого горя.	4

12.	Збереження психічного здоров'я та професіонального довголіття кризових психологів.	4
	Разом	32

Орієнтовна тематика індивідуальних завдань (не передбачено)

Оцінювання освітніх досягнень здобувачів вищої освіти

Засоби оцінювання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: екзамен, реферати, презентації результатів виконаних завдань.

Оцінювання рівня освітніх досягнень здобувачів за освітніми компонентами, здійснюється за 100-бальною шкалою, що використовується в НУЦЗ України з переведенням в оцінку за рейтинговою шкалою - ЄКТС та в 4-бальну шкалу.

Таблиця відповідності результатів оцінювання знань з навчальної дисципліни за різними шкалами

За 100-бальною шкалою, що використовується в НУЦЗ України	За рейтинговою шкалою (ЄКТС)	За 4-бальною шкалою
90–100	A	відмінно
80–89	B	добре
65–79	C	
55–64	D	задовільно
50–54	E	
35–49	FX	незадовільно
0–34	F	

Критерії оцінювання

Форми поточного та підсумкового контролю

Поточний контроль результатів навчання здобувачів освіти проводиться у формі фронтального та індивідуального опитування, виконання письмових завдань, контрольної роботи тощо. Підсумковий контроль проводиться у формі екзамену.

Розподіл та накопичення балів, які отримують здобувачі, за видами навчальних занять та контрольними заходами з дисципліни

Види навчальних занять		Кількість навчальних занять	Максимальний бал за вид навчального заняття	Сумарна максимальна кількість балів за видами навчальних занять
I. Поточний контроль				
Модуль 1	лекції	7	-	-
	семінарські заняття	-	-	-
	практичні заняття*	8	2	16
	модульний контроль*	1	10	10
Індивідуальна самостійна робота				15
Разом за поточний контроль				31
Модуль 2	лекції	7	-	-
	семінарські заняття	-	-	-
	практичні заняття*	8	3	24
	модульний контроль*	1	10	10
Індивідуальна самостійна робота				15
Разом за поточний контроль				49
III. Підсумковий контроль (екзамен)*				20
Разом за всі види навчальних занять та контрольні заходи				100

* – види навчальних занять та контрольні заходи для обов'язкового виконання.

Поточний контроль

Критерії поточного оцінювання знань здобувачів на практичному занятті:

3-2 бали – завдання виконане в повному обсязі, відповідь вірна, наведено аргументацію, використовуються професійні терміни.

1 бали – завдання виконане частково, допущені значні помилки.

0 бал – завдання не виконане.

Викладачем оцінюється повнота розкриття питання, цілісність, системність, логічна послідовність, вміння формулювати висновки, акуратність оформлення письмової роботи, самостійність виконання.

Викладачем оцінюється повнота розкриття питання, логіка повідомлення, культура мови, емоційність та переконаність, використання основної та додаткової літератури (підручників, навчальних посібників, тощо), аналітичні міркування, вміння робити порівняння, висновки.

Критерії оцінювання знань здобувачів при виконанні модульних контрольних робіт.

Модульна контрольна робота є складовою поточного контролю і здійснюється через проведення аудиторної письмової роботи під час проведення останнього семінарського заняття в межах окремого залікового модуля.

Кожен варіант модульної контрольної роботи складається з трьох питань. Відповіді на поставленні питання слухачів повинні відображати вільне володіння обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміти застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки.

Критерії оцінювання знань здобувачів при виконанні контрольних робіт (оцінюється в діапазоні від 0 до 10 балів):

10 балів – вільно володіє обсягом матеріалу, вільно висловлює власні думки, повністю і якісно розкрив всі питання виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовує міжпредметні зв'язки.

8-9 балів – вільно висловлює власні думки, але недостатнє обґрунтування відповіді, допущені незначні помилки;

5-7 балів – не повністю з допущенням помилок розкрив всі питання;

1-4 бали – розкрив тільки перше питання;

0 бал – відповідь відсутня.

Модуль 1.

Предмет і об'єкт екстремальної психології

1. Класифікація стресогенних факторів
2. Специфічні види екстремальних станів
3. Екстремальна ситуація
4. Фізіологічна адаптація діяльності
5. Екстремальна психологія
6. Різновид дестабілізуючих факторів НС
7. Психологічна готовність до діяльності в екстремальних умовах
8. Класифікація природних НС по тяжкості наслідків
9. Психологічний аналіз діяльності пожежно-рятувальник
10. Завдання екстремальної психології
11. У чому виражаються негативні явища, що спостерігаються в екстремальних умовах,
12. Параекстремальні умови життєдіяльності
13. Динаміка екстремальних станів
14. НС за джерелом виникнення

15. Методи екстремальної психології
16. Екстремальні стану людини
17. Термінальні умови життєдіяльності
18. Професіографічна характеристика спеціальності Пожежно-рятувальник
19. НС за масштабами сфери дій
20. Види психічної напруженості
21. Паратермінальні умови життєдіяльності
22. Толерантність і емоційна стійкість (характеристика)
23. Реакція тривоги, її види
24. НС по динаміці розвитку і часу ліквідації наслідків
25. Класифікація умов життєдіяльності
26. Типи екстремальних ситуацій
27. Сутність та види психологічної підтримки
28. Адекватна форма реакції
29. Захисна адаптація зовнішніх умов діяльності
30. Ptsd-синдром (характеристика)
31. Оптимальні умови життєдіяльності
32. Переносимість екстремальних умов
33. Фізіологічний еквівалент діяльності
34. Психопрофілактичні заходи індивідуального характеру
35. Фрустрація (характеристика)
36. Екстремальні умови життєдіяльності
37. Нервово-психічна нестійкість (охарактеризувати)
38. Стадії розвитку стресового стану
39. Психопрофілактичні заходи колективного характеру

Модуль 2.

1. Охарактеризуйте життєві кризи особистості
2. Кризи психічного розвитку
3. Кризи професійного розвитку
4. Кризи невротичного характеру
5. Поняття «критичні події». Опишіть групи критичних подій
6. Фази криз професійного розвитку особистості
7. Опишіть кризу навчально-професійної орієнтації
8. Опишіть кризу професійного вибору
9. Опишіть кризу професійних експектацій
10. Опишіть кризу професійного зростання
11. Опишіть кризу професійної кар'єри
12. Опишіть кризу соціально-професійної самоактуалізації
13. Опишіть кризу втрати професійної діяльності
14. Опишіть кризу соціально-психологічної адекватності
15. Основні стадії відносини до стресу Кронік-Ахмерова
16. Психологічний час особистості
17. Посередствам яких прийомів здійснюється корекція тимчасової організації?
18. Поняття «криза», «подія»

19. Які підстави послужили виділенню кризової психології в самостійну галузь психологічних знань
20. Мета курсу кризової психології. Предмет, завдання
21. Поняття «стрес», «фрустрація»
22. Види фрустраційного поведінки
23. Поняття «переживання». Опишіть типи переживань
24. Стадії кризи по Дж.Каплан
25. Емоційна сфера людини у стані кризи
26. За якими ознаками ми можемо визначити початок кризи, що наближається?
27. Охарактеризуйте 6 типів ситуаційних реакцій на стрес
28. Фактори, що впливають на формування певних ситуаційних реакцій
29. Принципи виникнення критичної ситуації
30. Поняття «біографічна криза». Типи біографічних криз
31. Дайте визначення поняттю «кризова подія». Її характеристики.
32. Психобіографічний підхід до вивчення життєвого шляху особистості
33. Криза
34. Ситуація
35. Важка життєва ситуація
36. Ситуація неможливості
37. Особистісний криза
38. Кризовий стан
39. Кризова особистість
40. Рівень уразливості
41. Ситуації призводять до певного кризового стану
42. Які бувають особистісні кризи
43. Типи долає поведінки по Лазурський
44. Фази кризи по Каплан
45. Типів пристосувальних реакцій по Дж. Блюм
46. Психологічні заборонні механізми по Фрейду
47. Тривога та страх
48. Складові тривоги
49. Види тривоги
50. Реакція на важкий стрес і порушення адаптації
51. Етапи реакції горя А.Г. Абрумова.

Індивідуальна самостійна робота є однією з форм роботи здобувача, яка передбачає створення умов для повної реалізації його творчих можливостей, застосування набутих знань на практиці.

Здобувачу вищої освіти необхідно обрати одну з рекомендованих тем та самостійно виконати поглиблене теоретичне дослідження. Результати дослідження оформити звітом у формі есе, реферату або презентації.

Критерії оцінювання індивідуальної самостійної роботи здобувачів (оцінюється в діапазоні від 0 до 15 балів):

- 10-15 балів – самостійна робота здобувачем виконана в повному обсязі;
- 5-9 балів – робота виконана майже на 70% від загального обсягу;
- 3-4 балів – обсяг виконаних завдань становить 50% від загального обсягу;

2 бали – складає 20% від загального обсягу;

1 бал – обсяг виконаних завдань складає 10% від загального обсягу;

0 бал – в цілому обсяг виконаних завдань передбачене на індивідуальну самостійну роботу складає менше 10% від загального обсягу.

Викладачем оцінюється понятійний рівень здобувача, логічність та послідовність під час відповіді, самостійність мислення, впевненість в правоті своїх суджень, вміння виділяти головне, вміння встановлювати міжпредметні та внутрішньопредметні зв'язки, вміння робити висновки, показувати перспективу розвитку ідеї або проблеми, відсоток унікальності та запозичення текстового документу (плагіат), уміння публічно чи письмово представити звітний матеріал.

Перелік рекомендованих завдань для індивідуальної самостійної роботи здобувачів вищої освіти за модулем 1 та 2:

- 1.
1. Стихійне масове поведження людей в екстремальних ситуаціях.
2. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).
3. Теоретичні моделі ПТСР. Типи ПТСР.
4. Типи травматичних ситуацій.
5. Критерії ПТСР у МКБ - 10.
6. Критерії ПТСР по DSM - IV.
7. Фундаментальні аспекти посттравматичного розладу
8. Загальне поняття про кризу. Кризова життєва ситуація. Хвороба - як несподівана кризова ситуація.
9. Причини професійного виснаження.
10. Прояву професійного виснаження: емоційне виснаження, цинічне відношенні до праці й результатів своєї праці й недолік почуття особистого досягнення.

Підсумковий контроль

Підсумковий контроль успішності проводиться з метою оцінки результатів навчання на завершальному етапі, проводиться у формі усного екзамену.

Кожен варіант екзаменаційного білету складається з двох питань. Відповіді на поставленні питання слухачів повинні відображати вільне володіння обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміти застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно

висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки.

Критерії оцінювання знань здобувачів на екзамені:

18-20 балів – в повному обсязі здобувач володіє навчальним матеріалом, глибоко та всебічно розкрив зміст питань;

16-18 балів – достатньо повно володіє навчальним матеріалом, в основному розкрито зміст поставлених питань. При наданні відповіді на деякі питання не вистачає достатньої глибини та аргументації, при цьому є несуттєві неточності та незначні помилки;

12-15 балів – в цілому володіє навчальним матеріалом, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки;

6-11 балів – не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Недостатньо розкритий зміст питань та завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності;

1-5 балів – частково володіє навчальним матеріалом, відповіді загальні, допущено при цьому суттєві помилки;

0 бал – не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його викласти, не розуміє змісту питань.

Перелік питань для підготовки до екзамену:

Предмет і об'єкт екстремальної психології

1. Класифікація стресогенних факторів
2. Специфічні види екстремальних станів
3. Екстремальна ситуація
4. Фізіологічна адаптація діяльності
5. Екстремальна психологія
6. Різновид дестабілізуючих факторів НС
7. Психологічна готовність до діяльності в екстремальних умовах
8. Класифікація природних НС по тяжкості наслідків
9. Психологічний аналіз діяльності пожежно-рятувальник
10. Завдання екстремальної психології
11. У чому виражаються негативні явища, що спостерігаються в екстремальних умовах,
12. Параекстремальні умови життєдіяльності
13. Динаміка екстремальних станів
14. НС за джерелом виникнення
15. Методи екстремальної психології
16. Екстремальні стани людини

17. Термінальні умови життєдіяльності
18. Професіографічна характеристика спеціальності Пожежно-рятувальник
19. НС за масштабами сфери дій
20. Види психічної напруженості
21. Паратермінальні умови життєдіяльності
22. Толерантність і емоційна стійкість (характеристика)
23. Реакція тривоги, її види
24. НС по динаміці розвитку і часу ліквідації наслідків
25. Класифікація умов життєдіяльності
26. Типи екстремальних ситуацій
27. Сутність та види психологічної підтримки
28. Адекватна форма реакції
29. Захисна адаптація зовнішніх умов діяльності
30. Ptsd-синдром (характеристика)
31. Оптимальні умови життєдіяльності
32. Переносимість екстремальних умов
33. Фізіологічний еквівалент діяльності
34. Психопрофілактичні заходи індивідуального характеру
35. Фрустрація (характеристика)
36. Екстремальні умови життєдіяльності
37. Нервово-психічна нестійкість (охарактеризувати)
38. Стадії розвитку стресового стану
39. Психопрофілактичні заходи колективного характеру
40. Охарактеризуйте життєві кризи особистості
41. Кризи психічного розвитку
42. Кризи професійного розвитку
43. Кризи невротичного характеру
44. Поняття «критичні події». Опишіть групи критичних подій
45. Фази криз професійного розвитку особистості
46. Опишіть кризу навчально-професійної орієнтації
47. Опишіть кризу професійного вибору
48. Опишіть кризу професійних експектацій
49. Опишіть кризу професійного зростання
50. Опишіть кризу професійної кар'єри
51. Опишіть кризу соціально-професійної самоактуалізації
52. Опишіть кризу втрати професійної діяльності
53. Опишіть кризу соціально-психологічної адекватності
54. Основні стадії відносини до стресу Кронік-Ахмерова
55. Психологічний час особистості
56. Посередством яких прийомів здійснюється корекція тимчасової організації?
57. Поняття «криза», «подія»
58. Які підстави послужили виділенню кризової психології в самостійну галузь психологічних знань

59. Мета курсу кризової психології. Предмет, завдання
60. Поняття «стрес», «фрустрація»
61. Види фрустраційного поведінки
62. Поняття «переживання». Опишіть типи переживань
63. Стадії кризи по Дж.Каплан
64. Емоційна сфера людини у стані кризи
65. За якими ознаками ми можемо визначити початок кризи, що наближається?
66. Охарактеризуйте 6 типів ситуаційних реакцій на стрес
67. Фактори, що впливають на формування певних ситуаційних реакцій
68. Принципи виникнення критичної ситуації
69. Поняття «біографічна криза». Типи біографічних криз
70. Дайте визначення поняттю «кризова подія». Її характеристику.
71. Психобіографічний підхід до вивчення життєвого шляху особистості
72. Криза
73. Ситуація
74. Важка життєва ситуація
75. Ситуація неможливості
76. Особистісний криза
77. Кризовий стан
78. Кризова особистість
79. Рівень уразливості
80. Ситуації призводять до певного кризового стану
81. Які бувають особистісні кризи
82. Типи долає поведінки по Лазурський
83. Фази кризи по Каплан
84. Типів пристосувальних реакцій по Дж. Блюм
85. Психологічні заборонні механізми по Фрейду
86. Тривога та страх
87. Складові тривоги
88. Види тривоги
89. Реакція на важкий стрес і порушення адаптації
90. Етапи реакції горя А.Г. Абрумова.

Політика викладання навчальної дисципліни

1. Активна участь в обговоренні навчальних питань, попередня підготовка до практичних занять за рекомендованою літературою, якісне і своєчасне виконання завдань.
2. Сумлінне виконання розкладу занять з навчальної дисципліни (здобувачі вищої освіти, які запізнилися на заняття, до заняття не допускаються).
3. Здобувач вищої освіти має право дізнатися про свою кількість

накопичених балів у викладача навчальної дисципліни та вести власний облік цих балів.

4. При виконанні індивідуальної самостійної роботи до захисту допускаються реферати, які містять не менше 60 % оригінального тексту при перевірці на плагіат, есе – 70 %.

Рекомендовані джерела інформації

Література

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка - К.: ТОВ "Август Трейд", 2007. - 502 с.
2. Миронець С.М., Тімченко О.В. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: Монографія. - К.: ТОВ "Видавництво "Консультант", 2008. - 232 с.
3. Лебедев Д.В., Лебедева С.Ю., Назаров О.О., Оніщенко Н.В., Садковий В.П., Тімченко О.В. Соціально-психологічні детермінанти помилкових дій у професійній діяльності фахівців водолазних формувань аварійно-рятувальних підрозділів МНС України: Монографія. - Х.: УЦЗУ, 2009. - 216 с.
4. Кризова психологія: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. – Х.: НУЦЗУ, 2010. - 401 с.
5. Олійников О.А., Оніщенко Н.В., Тімченко О.В., Тітаренко Д.С., Христенко В.Є. Особливості функціонування механізмів психологічного захисту у рятувальників в умовах екзистенціальної загрози: Монографія. – Х.: НУЦЗУ, 2011. - 151 с.
6. Михлюк Е.І., Сергієнко О.О., Перелигіна Л.А., Попов В.М. Психопрофілактика та психокорекція професійного відчуження у працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій: монографія-Х.:ФОП Бровін, 2021.-134с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт Державної служби України з надзвичайних ситуацій (<http://www.dsns.gov.ua>)

2. Сайт Національного університету цивільного захисту України
(<http://www.nuczu.edu.ua>)

Розробник:

Заступник начальника кафедри
психології діяльності в особливих умовах
кандидат психологічних наук



Едуард Михлюк