

Міністерство освіти і науки України
Національний аерокосмічний університет
«Харківський авіаційний інститут»

Кафедра «Психології» (№ 704)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Гарант освітньої програми



(підпис)

Борис ГУЛЬМАН

(ім'я та прізвище)

« 28 » серпня 2025 р.

СИЛАБУС ОBOB'ЯЗKОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Психологія переживання та психотерапія життєвих криз

(назва навчальної дисципліни)

Галузь знань: С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

(шифр і найменування галузі знань)

Спеціальність: С4 «Психологія»

(код та найменування спеціальності)

Освітня програма: Психологічне консультування і психотерапія

(найменування освітньої програми)

Форма навчання: денна, дистанційна

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)

Силабус введено в дію з 01.09.2025 року

Харків – 2025 р.

Розробник: Амалія МАКАРЕНКО, доц. каф. 704, к.психол. н.
(ім'я та прізвище, посада, науковий ступінь та вчене звання)


(підпис)

Силабус навчальної дисципліни розглянуто на засіданні кафедри психології
(№ 704)

Протокол № 1 від « 28 » серпня 2025 р.

Завідувач кафедри канд. психол. наук, доц.
(науковий ступінь та вчене звання)


(підпис)

Юрій ГУЛИЙ
(ім'я та прізвище)

Погоджено з представником здобувачів освіти:



Світлана СОКОЛОВА
(підпис) (ім'я та прізвище)

1. Загальна інформація про викладача



Макаренко Амалия Олексіївна,
доц. каф. 704, к. психол. н., доцент.

З 2008 року викладає в університеті наступні дисципліни:

- Клінічна психологія
- Психологія та психотерапія життєвих криз
- Психологія адиктивної поведінки

Напрями наукових досліджень:
психологія соматичного хворого,
психологія кризових станів, психологія
травмуючих ситуацій.

2. Опис навчальної дисципліни

Семестр в якому викладається дисципліна – 1;

Обсяг дисципліни:

Загальна кількість кредитів ЄКТС – 5, загальна кількість годин – 150, лекції – 32 години, практичні заняття – 32 годин (всього аудиторних занять – 64 годин), самостійна робота – 86 годин.

Форми здобуття освіти

Денна, дистанційна, дуальна.

Дисципліна – обов'язкова.

Види навчальної діяльності – лекції, практичні заняття, самостійна робота здобувача.

Види контролю – поточний, модульний та підсумковий (семестровий) контроль (залік).

Мова викладання – українська.

Необхідні обов'язкові попередні дисципліни (пререквізити) – знання основ загальної психології.

Необхідні обов'язкові супутні дисципліни (кореквізити) – знання основ психології особистості.

3. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни. Формування у здобувачів освіти цілісного уявлення про психологічні механізми виникнення та перебігу життєвих криз, розвиток знань і практичних умінь щодо діагностики, профілактики та

психотерапевтичної допомоги особам у кризових станах з урахуванням вікових, особистісних та соціокультурних чинників.

Основними завданнями курсу є:

- Ознайомлення студентів із теоретичними засадами психології життєвих криз та сучасними науковими підходами до їх вивчення.

- Аналіз особливостей виникнення та перебігу криз у різні вікові періоди та в різних сферах життєдіяльності.

- Формування навичок розпізнавання симптоматики кризових станів та факторів ризику.

- Засвоєння методів і технік психологічної допомоги та психотерапевтичної підтримки у подоланні кризових ситуацій.

Розвиток уміння застосовувати отримані знання в консультативній, психотерапевтичній та профілактичній практиці.

- Виховання професійної етики, емпатії та здатності до саморефлексії в роботі з особами, які переживають кризові стани.

Очікується, що після опанування дисципліни здобувачем будуть досягнуті наступні результати навчання і він буде:

- знати закономірності та особливості функціонування особистості в кризових станах;

- діагностувати симптоматику кризових станів;

- застосовувати сучасні психотерапевтичні техніки для надання допомоги;

- організовувати профілактичні та психоосвітні заходи у сфері кризової допомоги.

4. Зміст навчальної дисципліни

Модуль 1.

Змістовний модуль 1.

Тема 1. Кризи в житті людини

Форма занять: лекція, практичне заняття, самостійна робота.

- Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.

Поняття кризи та кризових станів. Типологія криз. Етапи розвитку кризових станів. Нормативні та ненормативні кризи. Варіанти виходу з кризового стану.

Опрацювання матеріалу лекцій та літератури. Формування питань до викладача.

Тема 2. Вікові кризи особистості

Класифікації вікових криз. Психологічні механізми перебігу вікових криз. Психосоціальна концепція Е.Еріксона. Можливості та небезпека вікових криз. Психологічна допомога у період вікових криз.

- *Форма занять: лекція, практичне заняття, самостійна робота.*

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

Класифікації вікових криз. Психосоціальна концепція Е.Еріксона. Можливості та небезпека вікових криз.

Опрацювання матеріалу лекцій. Формування питань до викладача.

Тема 3. Нормативні сімейні кризи.

Стабільні та кризові періоди у житті родини. Фактори, що впливають на перебіг криз. Шляхи розв'язання сімейних криз.

Форма занять: лекція, практичне заняття, самостійна робота.

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

Опрацювання матеріалу лекцій. Формування питань до викладача.

Модульний контроль 1

- *Форма занять: написання модульної роботи в аудиторії (за рішенням лектора допускається проведення у дистанційній формі).*

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

- *Обсяг самостійної роботи здобувачів – за необхідністю.*

Підготовка до модульного контролю.

Змістовний модуль 2.

Тема 4. Ненормативні сімейні кризи.

- *Форма занять: лекція, практичне заняття, самостійна робота.*

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

Поняття та сутність ненормативних сімейних криз. Розлучення. Зрада. Інцест. Хвороба члена родини. Смерть члена родини. Фактори ризику та подолання. Психологічна допомога при ненормативних сімейних кризах.

Опрацювання матеріалу лекцій. Формування питань до викладача.

Тема 5. Переживання горя

- *Форма занять: лекція, практичне заняття, самостійна робота.*

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

Моделі переживання горя. Симптоми гострого горя. Нормальні та патологічні реакції горя. Інтегроване горе. Пролонгований розлад горювання. Зв'язок із депресією та ПТСР. Фактори що впливають на перебіг горя. Дитяче горе. Психологічна допомога та підтримка у переживанні горя.

Опрацювання матеріалу лекцій. Формування питань до викладача.

Тема 6. Суїцид як форма кризового реагування.

- *Форма занять: лекція, практичне заняття, самостійна робота.*

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

Поняття та сутність суїциду. Форми та класифікації суїциду. Чинники суїцидальної поведінки.

Суїцидальний процес. Суїцидальний ризик. Профілактика та психологічна допомога при суїцидальних кризах.

Етичні та професійні аспекти роботи психолога із суїцидальними клієнтами.

Опрацювання матеріалу лекцій та літератури. Формування питань до викладача.

Модульний контроль 2

- *Форма занять: написання модульної роботи в аудиторії (за рішенням лектора допускається проведення у дистанційній формі).*

- *Обов'язкові предмети та засоби (обладнання, устаткування, матеріали, інструменти): відсутні.*

- *Обсяг самостійної роботи здобувачів – за необхідністю.*

Підготовка до модульного контролю.

5. Індивідуальні завдання

Не передбачено навчальним планом

6. Методи навчання

Словесні, наочні, практичні.

7. Методи контролю

Поточний контроль (теоретичне опитування й розв'язання практичних завдань), модульний контроль (письмова відповідь на 2 питання за розділами курсу) та підсумковий (семестровий) контроль (залік).

8. Критерії оцінювання та розподіл балів, які отримують здобувачі

Складові навчальної роботи	Бали за одне заняття (завдання)	Кількість занять (завдань)	Сумарна кількість балів
Змістовний модуль 1			
Робота на семінарських заняттях	0 ... 3	8	0 ... 24
Модульний контроль	0...26	1	0 ... 26
Змістовний модуль 2			
Робота на семінарських заняттях	0 ... 3	8	0 ... 24
Модульний контроль	0...26	1	0... 26
Усього за семестр			0...100

Прийнята шкала оцінювання

Сума балів	Оцінка за традиційною шкалою	
	Залік	Залік
90 – 100	Відмінно	Зараховано
75 – 89	Добре	
60 – 74	Задовільно	
0 – 59	Незадовільно	Не зараховано

Критерії оцінювання роботи здобувача протягом семестру.

Задовільно (60-74). При виконанні модульних контрольних робіт, без принципових помилок, виконано не менш ніж 50 % від загальної кількості питань. Знати зміст основних понять навчальної дисципліни. Вміти за зразком наводити приклади втілення теоретичних знань в практичну площину при виконанні практичних завдань. Вміти за допомогою викладача (додаткові, уточнюючі запитання, допомога у формулюванні думки та т. ін.) розв'язувати задачі прикладного характеру.

Добре (75-89). При виконанні модульних контрольних робіт без помилок виконано не менш ніж 75 % від загальної кількості питань. Досконало знати зміст основних понять навчальної дисципліни. Вміти самостійно наводити приклади втілення теоретичних знань в практичну площину при виконанні практичних завдань. Вміти логічно, обґрунтовано пояснювати наявність зв'язку між ними (припустимі несуттєві помилки, які студент самостійно виправляє після додаткового уточнення з боку викладача). Вміти без суттєвої допомоги викладача розв'язувати задачі прикладного характеру.

Відмінно (90-100). При виконанні модульних контрольних робіт без принципових помилок виконано не менш ніж 90 % від загальної кількості питань. Досконально знати теоретичний матеріал навчальної дисципліни та вміти застосовувати його при розв'язанні практичних завдань. Відповіді теоретично обґрунтовані, логічні, з дотриманням культури мови.

9. Політика навчального курсу

Відпрацювання пропущених занять відбувається відповідно до розкладу консультацій, за попереднім погодженням з викладачем. Питання, що стосуються академічної доброчесності, розглядає викладач або за процедурою, визначеною у Положенні про академічну доброчесність.

10. Методичне забезпечення та інформаційні ресурси

Сторінка дисципліни знаходиться за посиланням:

<https://mentor.khai.edu/enrol/index.php?id=2197>

НМК з дисципліни:

- силабус дисципліни;

- підручники та навчальні посібники, в тому числі в електронному вигляді, які за змістом відповідають силабусу дисципліни;
- методичні вказівки та рекомендації для виконання практичних робіт та самостійної підготовки;
- плани семінарських занять;
- питання, тести для контрольних заходів;
- каталоги інформаційних ресурсів.

11. Рекомендована література

Базова:

1. Байер О. Життєві кризи особистості.- Київ, 2010.- 304с.
2. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник / І.С. Булах. – Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. – 110 с.
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. – Київ, 2018. – 208 с.
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. – Київ, 2018. – 240 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. – Київ, 2018. – 236 с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості : у межах і за межами буденності / Т.М. Титаренко. – К. : Либідь, 2003. – 376 с

Допоміжна

1. Кризова психологія: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. – Х.: НУЦЗУ, 2010. – 401 с.
2. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л. Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
3. Савчин М.В. Вікова психологія : навч. посіб. / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. – К. : Академвидав, 2005. – 360 с.