

**Анотація навчальної дисципліни
СПЕЦКУРС «Психокорекція кризових станів»**

3 семестр

Кількість кредитів ЄКТС – 3

I. Основна мета засвоєння курсу полягає у ознайомленні слухачів із особливостями проживання різних видів кризових станів, формування професійних навичок надання психологічної допомоги особам в кризовому стані.

II. Місце навчальної дисципліни в програмі підготовки фахівців спеціальності «практична психологія».

Дисципліна «Психокорекція кризових станів» дає можливість студентам набути додаткових практичних фахових вмінь в процесі професійної підготовки для здійснення супроводу осіб в стані переживання кризи.

III. Завдання дисципліни – ознайомлення із специфічними ознаками кризової ситуації у житті людини, типологією кризових станів особистості, основними психологічними теоріями стосовно переживання людиною кризового стану, термінологією, яка вживається для опису перебігу кризових станів, принципами психологічної допомоги людині в кризових станах різних типів.

IV. Основні знання та уміння, яких набуває студент після опанування даної дисципліни

Основні знання про:

- поняття, сутність та основні види кризових станів;
- фактори, що впливають на особливості переживання особою кризи;
- психологічні засоби діагностики кризового стану особистості;
- основи надання психологічної допомоги особистості, яка переживає фрустраційні, постстресові стани під час проходження кризи.
- орієнтуватись в спектрі проблем, що виникають внаслідок кризового стану;
- обстежувати та надавати психологічні консультації особам, що перебувають в кризовому стані;
- проводити групові психокорекційні заняття з особами різного віку, що перебувають в стані кризи різноманітної етіології різного ступеню важкості.

Основні уміння:

V. Короткий зміст дисципліни

Змістовий модуль I. Методологічні засади феномену кризового стану особистості

Тема 1. Поняття та сутність психологічних криз як психологічного феномену.

Поняття та класифікація психологічних криз особистості в психологічній науці та практиці. Особливості біографічних криз особистості. Типологія криз професійного становлення (нормативні, не нормативні та екстраординарні кризи). Особливості сімейних нормативних та ненормативних криз. Стадії розвитку кризи. Чинники, які ініціюють кризи та впливають на особливості проходження. Гендерні, етнічні та релігійні особливості кризової поведінки.

Тема 2. Фактори та форми психологічної травматизації особистості.

Повсякденна психологічна травматизація особистості. Вплив стресу на життя особистості та його наслідки. Види та механізми стресу. Стадії стресу. «Біографічний стрес». Індивідуальні реакції на стрес фактори. Психологічне розуміння понять «ситуація», «картина світу», «криза». Ставлення особистості до кризової ситуації. Техніки життя та можливості індивідуального контролю у кризових ситуаціях. Форми та способи опанування кризи. Типи опанування за Р. Лазарусом (проблемно-сфокусоване, емоційно-сфокусоване, уникання). Надання психологічної допомоги та самопомоги у кризових станах.

Тема 3. Втрата як чинник психологічної кризи.

Криза вмирання. Смерть. Етапи усвідомлення смерті. Втрата. Реакції втрати. Основні реакції людини на втрату близьких. Вікові та гендерні особливості переживання втрати. Психологія горя (Е. Ліндемманн).

Сімейні кризи. Криза вступу у шлюб. Криза, пов'язана із народженням дитини у сім'ї. Криза, пов'язана із вступом дитини у навчальний заклад. Криза середини життя у батьків та підліткова криза у дітей. Криза значущих стосунків. Кризи особистісної автономії.

Тема 4. Вікові кризи особистості.

Поняття про кризу. Природа життєвої кризи. Класифікація життєвих криз (Дж. Каплан, Е. Ліндемманн, Р. А. Ахмеров, Ф. Василюк, Е. Еріксон, І. С. Кон, О. А. Донченко, Т. М. Титаренко та ін.).

Вік, як причина психологічної кризи. Криза новонародженості. Криза дитячого віку. Криза 1 року життя. Криза 3-х років життя. Криза 7 років життя. Підліткова криза. Криза юнацького віку. Кризи студентського віку (криза адаптації до умов навчання, криза «середини» навчання, криза випускника, криза відрахування).

Кризи ранньої дорослості. Кризи віку дорослості (безперспективності, здоров'я, значущих стосунків, життєвих помилок, нереалізованості, особистісної автономії, самореалізації, спустошеності). Криза середини життя. Криза похилого віку («Я-інтеграції»).

Ознаки і типологія криз. Фази розвитку кризи (В. М. Заїка). Стадії кризи. Критерії кризи. Типи ставлення особистості до кризи. Форми переживання особистістю життєвих криз. Гендерні відмінності кризи (моделі поведінки жінок та чоловіків). Стратегії розв'язання життєвої кризи.

Змістовий модуль II. Особливості надання психологічної допомоги особам в кризовому стані.

Тема 1. Психодіагностика негативних явищ в кризових ситуаціях.

Психодіагностичний інструментарій дослідження емоційно-вольової, когнітивної сфери особистості, що знаходиться в кризовому психологічному стані.

Особливості діагностування соціально-психологічної сфери особистості під час проходження професійних, сімейних криз, а також екстраординарних криз особистісного зростання.

Тема 2. Життєва криза і самогубство людини

Проблема суїциду в історії та науці. Соціально-психологічні умови та мотиви суїцидальної поведінки. Суїцид та особистість – специфіка взаємовідносин. Соціально-психологічна дезадаптація як основа суїцидальної поведінки. Суїцид і вік. Гендерні особливості суїцидальної поведінки. Суїцид і професія. Особистісні фактори суїцидального ризику. Види суїцидальної поведінки. Суїцид як деструктивний вихід з кризи. Термінальний період в житті людини. Поняття «термінальності» в психології. Динаміка переживань термінальних станів.

Тема 3. Психологічна допомога в ситуаціях проходження психологічних криз.

Загальні принципи, види та напрямки надання психологічної допомоги особистості під час проходження різних видів криз (особистісного зростання, професійних, сімейних тощо). Техніки консультування та психотерапії. Сучасні особливості надання кризисної психологічної допомоги.

Тема 4. Психологічна допомога при переживанні кризи в результаті хвороби.

Специфіка соціальних особливостей захворювання. Основні психогенні реакції в період захворювання. Специфіка консультування на різних етапах захворювання.

Особливості консультування та надання психологічної допомоги людям, які переживають втрату, ВІЛ-інфікованим, хворим на СНІД, умираючій людині.

VI. Назва кафедри та викладацький склад, який забезпечуватиме викладання курсу

Кафедра практичної психології Інституту педагогіки та психології, ст. викладач А.С.Петрова.

VII. Обсяги навчального навантаження та терміни викладання курсу

На вивчення дисципліни відводиться 90 годин (3 кредити ЄКТС), з яких лекційних – 16 годин, практичних - 8 годин, семінарських – 6 годин, самостійної роботи студентів - 60 годин.

Дисципліна викладається у 3 семестрі.

VIII. Основні інформаційні джерела до вивчення дисципліни

1. Байер О.О. Життєві кризи особистості :навчальний посібник/О.О.Байер.– Д.: Вид-во Дніпропетр.нац.ун-ту,2010.–244с.
2. Життєві кризи особистості: науково-методичний посібник: у 2 частинах Ч.1.Психологія життєвих криз особистості//Ред.рада: В.М.Доній,Г.Н.Гесен,Н.В.Сохань,І.Г.Єрмаковтаін.–К.:ІЗМН, 1998. – 360 с.
3. Олифирович Н. И. Психология семейных кризи сов / Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента . — СПб.: Речь, 2006. — 360 с.
4. Осипова А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. – Р н/Д : Феникс, 2005. – 315 с.
5. Панок В.Г. Психологія життєвого шляху особистості : монографія / В.Г. Панок, Г.В. Рудь. – К. : Ніка – Центр, 2006. – 280 с.
6. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов / К. Н. Поливанова. – М. : Академия, 2000. – 184 с.
7. Психология человека отрождения до смерти/Под.общ.ред. А.А. Реана. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2002. – 656 с.
8. Психологія життєвої кризи/ Відп. ред. Титаренко Т.М.– К.: Агропромвидав України, 1998. – 348 с.
9. Ромек В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях/ В.Г.Ромек, В.А.Конторович, Е.И.Крукович.–СПб.:Речь,2005.– 256 с.
10. Шихи Г.Возрастные кризисы/Гейл Шихи.–М.:Ювента,1999. – 446с.

IX. Метод навчання:Лекції, практичні та семінарські заняття тощо.

X. Система оцінювання

Поточний контроль:оцінювання виконання практичних завдань, 2-х модульних тестових завдань, виконання творчих індивідуальних завдань.

Підсумковий контроль:екзамен у 3 семестрі

XI. Реєстрація на навчальну дисциплінув деканаті.