

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Факультет психології та спеціальної освіти

Кафедра педагогічної та вікової психології

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Проректор з науково-педагогічної роботи

\_\_\_\_\_ (Куземко В.А.)

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2018 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

	<b>ПП 3.02 Життєві кризи особистості</b> (шифр і назва навчальної дисципліни)
напрямок підготовки	<b>6.030102 – психологія</b> (шифр і назва напрямку підготовки)
спеціальність	— (шифр і назва спеціальності)
спеціалізація	— (назва спеціалізації)
факультет/центр	<b>психології та спеціальної освіти</b> (назва факультету/центру)

Дніпро – 2018 рік

Робоча програма «Життєві кризи особистості» для студентів за напрямом підготовки 053 – Психологія «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 року – 10 с.

Розробник: Байєр О.О., кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогічної та вікової психології

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри педагогічної та вікової психології

Протокол від “\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2018 року № \_\_\_

Завідувач кафедри педагогічної та вікової психології

\_\_\_\_\_ (Носенко Е.Л.)  
“\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2018 року

Схвалено науково-методичною комісією за напрямом підготовки/спеціальністю 053 – Психологія

Протокол від “\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2018 року № \_\_\_

Голова \_\_\_\_\_ (Носенко Е.Л.)  
“\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2018 року

Схвалено Вченою радою факультету психології та спеціальної освіти

Протокол від “\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2018 року № \_\_\_

Голова \_\_\_\_\_ (Волков Д.С.)  
“\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2018 року

### Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни		
		денна форма навчання	заочна форма навчання	вечірня форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 05 соціальні і поведінкові науки	<u>Нормативна</u> (за вибором)		
	Напрямок підготовки 053 – психологія			
Модулів – 1		<b>Рік підготовки:</b>		
Змістових модулів – 4		4-й	4-й	3-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання –		<b>Семестр</b>		
Загальна кількість годин – 120		8-й	7-8-й	6-й
		<b>Лекції</b>		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 42 самостійної роботи студента – 78	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	28 год.	4 год.	16 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>		
		14 год.	4 год.	8 год.
		<b>Лабораторні</b>		
		-	-	-
		<b>Самостійна робота</b>		
		78 год.	52 год.	96 год.
<b>Індивідуальні завдання: -</b>				
<b>Вид контролю: залік</b>				

#### Примітка.

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

- для денної форми навчання – 1/1,5
- для заочної форми навчання – 1/6
- для вечірньої форми навчання – 1/4

## 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Стрімкі темпи науково-технічного розвитку, динамізм соціальних процесів, оновлення морально-ціннісних орієнтирів, екологічна криза і, насамкінець, тиск есхатологічних пророкувань – усе це зумовлює психологічне навантаження, викликає депресію, стрес та особистісну кризу як планетарну хворобу ХХ століття. Поряд з соціо-технологічними, в механізмі кризових станів людини потужними є і фактори соціально-психологічного, педагогічного та особистісного характеру, що створює психологічне напруження, спричиняє кризові стани особистості в її життєвій долі. Чи можна запобігти виникненню кризового стану, як допомогти дітям і молоді у кризових ситуаціях – ці і інші питання розглядають в запропонованому курсі «Життєві кризи особистості».

Завданням дисципліни є оволодіння студентами теоретичними та практичними навичками розпізнавання життєвих криз особистості та надання психологічної підтримки та кваліфікованої допомоги людям, що опинилися в скрутних життєвих ситуаціях.

Дисципліна «Життєві кризи особистості» викладається студентам на заключному етапі отримання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» і базується безпосередньо на знаннях та навичках, отриманих при вивченні дисциплін на попередніх курсах, а саме спецпрактикуму з медичної психології, роботи в клініках соматичних та психічних захворювань, вікової психології, практичної діагностики та корекції психічного розвитку людини.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент **повинен знати** специфічні ознаки кризової ситуації у житті людини; типологію життєвих криз особистості та критерії її побудування; основні психологічні теорії стосовно переживання людиною кризового стану; термінологію, яка вживається для опису перебігу кризових станів; сутність криз, що вивчаються в рамках курсу; принципи психологічної допомоги людині в кризових станах різних типів.

Після закінчення курсу студенти **повинні вміти** користуватись отриманими базовими теоретичними положеннями для здійснення психологічного аналізу криз розвитку та ситуативних криз; враховувати витоки (причини) і специфіку різних типів криз у побудуванні системи заходів, спрямованих на реадaptaцію людини у стані життєвої кризи; надати первинну психологічну підтримку та допомогу людям, що опинилися в скрутних життєвих обставинах.

## 2. Програма навчальної дисципліни

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Загальне уявлення про життєві кризи.

ТЕМА 1. Загальне уявлення про поняття „криза” в психології. Поняття психологічного здоров'я та гармонійної особистості. Психологічне розуміння понять „ситуація”, „картина світу”, „криза”. Типологічний аналіз та класифікація життєвих криз. Умови виникнення життєвих криз.

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. Кризи особистісного розвитку.

ТЕМА 2. Специфіка вікових криз. Криза народження. Кризи дитячого та підліткового віку. Криза середнього віку. Криза „Я-інтеграції” прихильного віку.

ТЕМА 3. Психологія гомосексуалізму. Гендерні стереотипи. Квір-теорія. Усвідомлення власної гомосексуальності як криза ідентичності. Психологічний профіль гея. Психологічні особливості однополних пар.

ТЕМА 4. Віктимність. Поняття жертви злочину. Віктимологія. Віктимні внутрішньоособистісні конфлікти. Віктимні синдроми, віктимні фобії, віктимні ілюзії. Психологічні наслідки віктимізації.

ТЕМА 5. Суїцид. Суїцид як складний психологічний феномен вітчизняної та зарубіжної психології. Суїцид та особистість – специфіка взаємовідносин. Соціально-психологічна дезадаптація як основа суїцидальної поведінки.

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. Кризи, викликані зовнішніми чинниками.

ТЕМА 6. Особливості консультування ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД. Специфіка соціальних особливостей захворювання. Основні психогенні реакції в період захворювання. Особливості психологічної допомоги ВІЛ-інфікованим та хворим на СНІД. Специфіка консультування на різних етапах захворювання.

ТЕМА 7. Психологія війни. Психологія тероризму. Психологія природних катастроф. Посттравматична стресова реакція. Психологічні проблеми учасників бойових дій, свідків природних катастроф та терористичних актів. Психологія паніки.

ТЕМА 8. Термінальний період у житті людини. Поняття „термінальності” в психології. Динаміка переживання термінальних станів. Специфіка життєвої кризи в період термінальних захворювань.

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4. Кризи професійної діяльності особистості.

ТЕМА 9. Професійне вигорання та емоційне вигорання. Успіх як криза. „Зіркова хвороба”. Психологія безробіття.

### 3. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин																		
	денна форма						заочна форма						вечірня форма						
	усь ого	у тому числі					усь ого	у тому числі					усь ого	у тому числі					
		л	п	лаб	інд	с.р.		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	14	15	16	17	18	19	
<b>Змістовий модуль 1. Загальне уявлення про життєві кризи.</b>																			
Тема 1. Загальне уявлення про поняття „криза” в психології.	15	4	2			9	15	1	1			13	13,5	2	0,5				11
Разом за змістовим модулем 1	15	4	2			9	15	1	1			13	13,5	2	0,5				11
<b>Змістовий модуль 2. Кризи особистісного розвитку.</b>																			
Тема 2. Специфіка вікових криз.	14	3	2			9	15	1	1			13	14	2	1				11
Тема 3. Психологія гомосексуалізму.	13	3	1			9							14	2	1			11	
Тема 4. Віктимність.	12	3	1			8							14	2	1			11	
Тема 5. Суїцид.	12	3	1			8							14	2	1			11	
Разом за змістовим модулем 2	51	12	5			34							15	1	1			13	56
<b>Змістовий модуль 3. Кризи, викликані зовнішніми чинниками.</b>																			
Тема 6. Особливості консультування ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД.	14	3	2			9	15	1	1			13	14	2	1				11
Тема 7. Психологія війни. Психологія тероризму. Психологія природних катастроф.	14	3	2			9							13	2	1			10	
Тема 8. Термінальний період у житті людини.	12	3	1			8							12	1	1			10	
Разом за змістовим модулем 3	40	9	5			26							15	1	1			13	39
<b>Змістовий модуль 4. Кризи професійної діяльності особистості.</b>																			
Тема 9. Професійне вигорання та емоційне вигорання. Успіх як криза. „Зіркова хвороба”. Психологія безробіття.	14	3	2			9	15	1	1			13	11,5	1	0,5				10
Разом за змістовим модулем 4	14	3	2			9	15	1	1			13	11,5	1	0,5				10
<b>Усього годин</b>	<b>120</b>	<b>28</b>	<b>14</b>			<b>78</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>4</b>			<b>52</b>	<b>120</b>	<b>16</b>	<b>8</b>				<b>96</b>

### 5. Темі семінарських занять

Семінарські заняття не передбачені.

### 6. Темі практичних занять

№ з/п	Назва	Кількість годин		
		денна	заочна	вечірня
1.	Загальне уявлення про поняття „криза” в психології.	2	1	0,5
2.	Специфіка вікових криз.	2	1	1
3.	Психологічне консультування клієнтів гомосексуальної орієнтації.	1		1
4.	Сектантство як приклад віктимності особистості.	1		1
5.	Тренінгові заняття з превенції суїциду.	1		1
6.	Особливості консультування ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД.	2	1	1
7.	Базові принципи терапії посттравматичних стресових розладів.	2		1

8.	Психотерапія онкологічних хворих.	1		1
9.	Специфіка психологічної допомоги в рамках професійної середи клієнта.	2	1	0,5

Усього: 14/4/8 годин

### 7. Теми лабораторних занять

Лабораторні заняття не передбачені.

### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва	годин	форма роботи		
			денна	заочна	вечірня
I.	Підготовка до теоретичних питань: Загальне уявлення про життєві кризи. Загальне уявлення про поняття „криза” в психології. Специфіка вікових криз. Психологічне консультування клієнтів гомосексуальної орієнтації. Сектантство як приклад віктимності особистості. Тренінгові заняття з превенції суїциду. Особливості консультування ВІЛ-інфікованих та хворих на СНІД. Базові принципи терапії посттравматичних стресових розладів. Психотерапія онкологічних хворих. Специфіка психологічної допомоги в рамках професійної середи клієнта.	53/ 30/ 61	Письмова відповідь, тестові завдання		
II.	Підготовка до практичних занять: - оформлення розгорнутої відповіді на поставлене питання; - інтерв'ю із людиною, яка пережила життєву кризу, його психологічний аналіз та рекомендації до психологічної допомоги.		10 15	10 12	15 20

Усього: 78/52/96 годин

### 9. Індивідуальні завдання

Контрольна робота для заочної форми навчання (інтерв'ю).

### 10. Методи навчання

**Словесні** (лекція, бесіди, дискусії); **Наочні** (демонстрація, ілюстрація); **Практичні** (самостійна робота, індивідуальна робота); **Проблемні** (проблемне викладання, частково-пошукове); **Інтерактивні** (евристична бесіда, проблемна лекція, лекція-презентація, методи з використанням мультимедійних технологій).

### 11. Методи контролю

**Практична контрольна перевірка** (синтезована – узагальнена перевірка знань, умінь, навичок; ймовірна – перевірка всієї системи знань); **Тестовий метод**; **Програмований метод**; **Підсумковий** (екзамен проводиться методами письмової роботи; Тестування); **Взаємоконтроль**; **Самоконтроль**; **Самооцінка**.

## 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Денна, заочна та вечірня форми навчання:

Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3	Змістовий модуль 4	Сума
15 балів: 10 за підготовку відповіді + 5 за тести	30 балів: 10 за підготовку відповіді + 20 за тести	20 балів: 10 за підготовку відповіді + 10 за тести	35 балів: 10 за підготовку відповіді + 5 за тести + 20 за інтерв'ю	100

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
75-81	<b>C</b>		
64-74	<b>D</b>	задовільно	
60-63	<b>E</b>		
0-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
	<b>F*</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

\* виставляється тільки якщо екзамен складений комісією.

## 13. Методичне забезпечення

1. Життєві кризи особистості: навчальний посібник / О. О. Байер. – Д.: РВВ ДНУ, 2010. – 244 с.
2. Життєві кризи особистості: науково-методичний посібник: у 2 частинах. – К.: ІЗМН, 1998.
3. Лыткин В.М., Шамрей В.К., Койстрик К.Н. Посттравматические стрессовые расстройства. – СПб.: ВМедА, 1999. – 91 с.
4. Методическое пособие по работе с посттравматическими стрессовыми расстройствами. – СПб.: Гармония, 2001. – 105 с.
5. Методичні вказівки до самостійної роботи студентів з курсу «Життєві кризи особистості» / укл. Байер О. О. – Д.: РВВ ДНУ, 2008. – 46 с.
6. Романова Е.В., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. – М.: Дидакт, 1992. – 278 с.



## 14. Рекомендована література

### Базова

1. Александров Е.О. Взорванный мозг. Посттравматическое стрессовое расстройство. Клиника и лечение. – Новосибирск: Сибвузиздат, 2001. – 160с.
2. Анциферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуации и психологическая защита // Психологический журнал. – 1994. – Т.15. – №1. – С. 3-18.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 200с.
4. Життєві кризи особистості: науково-методичний посібник: у 2 частинах. – К.: ІЗМН, 1998.
5. Калшед Д. Внутренний мир травмы. М.: Академический проект, 2001. – 305с.
6. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. – М.: Наука, 1983. – 368с.
7. Колодзин Б. Как жить после психической травмы. – М.: Медицина, 1992. – 95с.
8. Литвинцев С.В., Кузнецов О.Н. Психологические факторы формирования и течения стрессогенных расстройств у участников афганской войны // Вестник психотерапии. – 1996.– №3 (8). – С.46-60.
9. Лыткин В.М., Шамрей В.К., Койстрик К.Н. Посттравматические стрессовые расстройства. – СПб.: ВМедА, 1999. – 91с.
10. Магомед-Эминов М.Ш. Личность и экстремальная жизненная ситуация // Вестник МГУ, Сер.14. Психология. – 1996. – Т.17. – №1. – С.26-35.
11. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. – 2001 г., Т.22, №1. – С. 16-24.
12. Методическое пособие по работе с посттравматическими стрессовыми расстройствами. – СПб.: Гармония, 2001. – 105с.
13. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Титаренко Т.М.. – К.: Агропромвидав України, 1998. – 348с.
14. Пуховский Н.Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. – М.: Академический проект, 2000. – 286с.
15. Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия.– М.: Издательство Института психотерапии, 2000.–128с.
16. Романова Е.В., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. – М.: Дидакт, 1992. – 278с.
17. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме. – М.: Медгиз, 1960. – 185с.
18. Семичов С.Б. Предболезненные психические расстройства. – М.: Медицина, 1987. – 184с.
19. Соловьёв И.В. Посттравматический стрессовый синдром: причины, условия, последствия. Оказание психологической помощи и психореабилитация. – М., 2000г. – 111с.
20. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. –

СПб.: Питер, 2001. – 272с.

21. Тарабрина Н.В. Психологические последствия войны // Психологическое обозрение. – 1996. – №1 (2). – С.26-29.
22. Титаренко Т.М. Испытание кризисом. Одиссея преодоления / Т.М.Титаренко. – К.: Людопринт Україна, 2009. – 277 с.
23. Черепанова Е.М. Психологический стресс. – М.: Изд-во МГУ, 1996. – 94 с.
24. Эриксон Э.Г. Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.

### Допоміжна

1. Апчел В.Я., Цыган В.Н. Стресс и стрессоустойчивость человека. – СПб.: ВМедА, 1999. – 86 с.
2. Гурвич И.Н. Социальная психология здоровья. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1999. – 1023 с.
3. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики, 2-е изд. – М.: Мысль, 1965. – 572 с.
4. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. – Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб.: Издательский Дом "Сентябрь", 2001. – 260с.
5. Никифоров Г.С., Августова Л.И. Проблемы профессионального здоровья: исторический аспект // Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С.Никифорова.- СПб.: Питер, 2003. – С. 481-507.
6. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. – М.: Институт прикладной психологии, 1998. – 512с.

### 15. Інформаційні ресурси

1. Виктимология: проект организации „Відродження” /[www.victimology.org.ua/](http://www.victimology.org.ua/).
2. Российская лекотека /<http://www.lekoteka.ru/>.
3. Сайт ассоциации онкопсихологов /<http://www.oncopsychology.ru/>.
4. Сайт Байер О. О. (навчальна сторінка) [www.psy-dnu.com.ua](http://www.psy-dnu.com.ua).
5. Сеть снижения вреда /<http://www.ccehrn.org/index.php?Lang=898/>.
6. Україно-Американське Бюро захисту прав людини /<http://humanrights.kiev.ua/>.