



Силабус навчальної дисципліни
«ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВИХ КРИЗ»


Освітньо-професійна програма: Психологія
Спеціальність: С 4 Психологія

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

Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна циклу вільного вибору
Семестр	Непарний семестр
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години	4 кредити / 120 годин
Мова викладання	українська / англійська
Що буде вивчатися (предмет вивчення)	Предметом вивчення навчальної дисципліни « Психологія життєвих криз » є життєва криза у різних сферах життя на ключових життєвих етапах становлення особистості; динаміка розвитку різних життєвих сфер особистості; особливості нормативних та ненормативних життєвих криз людини; специфіка вікових, професійних та сімейних криз особистості (нормативних та ненормативних); теоретичні основи новітніх досліджень консультативної діяльності кризових психологів.
Чому це цікаво/треба вивчати (мета)	Дослідження особливостей роботи психолога з людиною на етапах проживання життєвої кризи у різних сферах життя на ключових життєвих етапах становлення особистості, психологічна допомога людині на етапах проживання як нормативної так і ненормативної життєвої кризи, психологічний супровід кризових етапів розвитку людини.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<ol style="list-style-type: none">1) Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи її розв'язання.2) Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.3) Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.4) Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.5) Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технологій психологічної допомоги.6) Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.7) Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.8) Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.9) Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

	<p>10) Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, які мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.</p> <p>11) Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.</p> <p>12) Виявляти та диференціювати проблеми збереження і відновлення психічного здоров'я та психологічного благополуччя.</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)</p>	<p>Загальні компетентності:</p> <p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>ЗК3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</p> <p>ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК9 Здатність працювати в команді.</p> <p>2) Фахові компетентності:</p> <p>СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.</p> <p>СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.</p> <p>СК6. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.</p> <p>СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.</p> <p>СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту.</p> <p>СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.</p> <p>СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p> <p>3) Компетентності з навчальної дисципліни:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. – Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій. – Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість. – Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації. – Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності. – Диференціювати типи екстремальних ситуацій і форми поведінки людей у цих ситуаціях, прогнозувати можливі наслідки впливу певних екстремальних чинників на людину. – Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у складних життєвих ситуаціях для активізації ресурсів її життєстійкості.

<p>Навчальна логістика</p>	<p>Зміст дисципліни:</p> <p>Тема 1. Загальне уявлення про життєві кризи. Тема 2. Вікові кризи особистості. Тема 3. Кризи викликані зовнішніми чинниками. Тема 4. Кризи професійної діяльності особистості. Тема 5. Втрата як чинник психологічної кризи. Тема 6. Особливості кризового консультування та надання психологічної допомоги. Тема 7. Конструктивні та деструктивні шляхи виходу з кризи. Тема 8. Методики емпіричного дослідження особливостей переживання людиною кризових ситуацій. Тема 9. Методичні підходи до організації тренінгів постстресового відновлення.</p> <p>Види занять: лекції; практичні заняття; самостійна робота.</p> <p>Методи навчання: пояснювально-ілюстративні, практичні (розв’язання проблемних завдань, застосування технік та технологій), репродуктивний (виконання завдання за зразком); метод проблемного викладу; ділові ігри, проблемні завдання, тренінги, дискусії, презентації, кейс–стаді.</p> <p>Самостійна робота: студентів передбачає підготовку до аудиторних занять (ведення конспекту лекцій, опрацювання матеріалу до практичних занять, підготовка доповідей, презентацій, вибір психодіагностичних методик щодо досягнення успіху, уникнення невдач тощо).</p> <p>Методи контролю: вибіркового усний, експрес-контроль, модульна контрольна робота, реферативна доповідь, доповідь з презентацією, самопрезентація.</p> <p>Форми навчання: денна, заочна.</p>
<p>Пререквізити</p>	<p>«Психологія особистості», «Соціальна психологія», «Вікова психологія», «Психологічне консультування», «Конфліктологія», «Гендерна психологія».</p> <p>Навчальна дисципліна доступна для вивчення без наявності фахової підготовки.</p>
<p>Пореквізити</p>	<p>Знання з дисципліни «Психологія життєвих криз» можуть бути використані при вивченні таких дисциплін, як: «Психологія праці та відпочинку», «Психологія розвитку», «Психологія стресових ситуацій», «Соціальна психологія».</p>
<p>Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ КАІ</p>	<p>Репозитарій: Кафедра авіаційної психології (https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/9109)</p> <p>Науково-технічна бібліотека КАІ. Репозитарій НТБ КАІ:</p> <ol style="list-style-type: none"> Черезова І. Психологія життєвих криз особистості (курс лекцій): навчальний посібник. Бердянськ, БДПУ, 2021. 110 с. Попович І. С. Психологія соціальних очікувань особистості: методологія, теорія і практика. Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 157 с. Міщенко М. С. Психологія життєвої кризи особистості : навч.-метод. посіб. Умань : Візаві, 2020. 158 с. Бутенко О. Г., Кравчук Н. П., Авраменко О. О. Психолого-педагогічний супровід особистісного розвитку дитини дошкільного віку в умовах кризових явищ суспільства. Умань : Візаві, 2022. 262 с. Титаренко Т. М. Випробування кризою. Одиссея подолання: навч. посібник для закладів вищої освіти. Київ: Каравела, 2021. 248 с. Герасименко Л. О. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник. Київ : Медицина, 2023. 120 с.

	7. Москалець В. П. Психологія особистості: підручник. Київ: Ліра-К, 2021. 364 с.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Мультимедійна аудиторія кафедри 8.1203 (кабінет з комп'ютером, екраном та проєктором для демонстрації медіа-матеріалів), презентації, бланки тестів, творчі завдання.
Семестровий контроль, екзаменаційна методика	Диференційований залік
Кафедра	Кафедра авіаційної психології
Факультет	Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
Викладач(і)	 <p>Ковальова Анастасія Павлівна Посада: викладач кафедри авіаційної психології Профіль ORCID: https://orcid.org/0009-0000-8867-0356 Профіль Google Scholar: https://scholar.google.com/citations?user=24LXy4YAAAAJ&hl=uk Тел.: (044) 406-71-16 E-mail: anastasiia.kovalova@npp.kai.edu.ua Робоче місце: 8.1207 каб.</p>
Оригінальність навчальної дисципліни	Укладена на основі надбань у галузі соціальної психології, загальної психології, психології особистості.
Лінк на дисципліну	—

Розробник

Анастасія КОВАЛЬОВА

В.о. завідувача кафедри

Лада ЯКОВИЦЬКА