

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан соціально-гуманітарного факультету

 Оксана ГОМОТЮК

« 30 » 08 2024р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної роботи

 Віктор ОСТРОВЕРХОВ

« 30 » 08 2024 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор ІНІНОТ

 Святослав ПИТЕЛЬ

« 30 » 08 2024 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

з дисципліни «Психологія кризових станів»
ступінь вищої освіти – бакалавр
галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки
спеціальність – 053 Психологія
освітньо-професійна програма – «Психологія»

кафедра психології та соціальної роботи

Форма навчання	Курс	Семестр	Лекції (год.)	Практ. (год.)	ІРС (год.)	Тренінг (год.)	Самост. робота студ. (год.)	Разом (год.)	Екзамен (сем.)
Денна	4	7	30	30	4	8	78	150	7
Заочна	4	7	8	4	-	-	138	150	8

30.08.2024


Тернопіль – ЗУНУ
2024

Робоча програма розроблена на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалавра галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» спеціальності 053 «Психологія» затвердженої Вченою радою ЗУНУ (протокол № 9 від 26.05.2021 року).

Робочу програму склав старший викладач кафедри психології та соціальної роботи, к.мед.н., **Пришляк Володимир Іванович**.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології та соціальної роботи, протокол № 1 від «27» серпня 2024 р.

Завідувач кафедри психології та соціальної роботи, д.психол.н., професор

Андрій ГІРНЯК

Розглянуто та схвалено групою забезпечення спеціальності «Психологія» протокол № 1 від «30» серпня 2024 р.

Керівник групи забезпечення спеціальності д.психол.н., професор

Андрій ГІРНЯК

Гарант ОП «Психологія» д.психол.н., професор

Андрій ГІРНЯК

СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ “ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ”

1. Опис дисципліни “ Психологія кризових станів ”

Дисципліна “Психологія кризових станів”	Галузь знань, спеціальність, ОПП, СВО	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів – 5	галузь знань – 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Статус дисципліни обов’язкова Мова навчання українська
Кількість залікових модулів – 5	спеціальність – 053 «Психологія»	Рік підготовки: <i>Денна – 4</i> <i>Заочна – 4</i> Семестр: <i>Денна – 7</i> <i>Заочна – 7</i>
Кількість змістових модулів – 3	Освітньо-професійна програма – «Психологія»	Лекції: <i>Денна – 30 год.</i> <i>Заочна – 8 год.</i> Практичні заняття: <i>Денна – 30 год.</i> <i>Заочна – 4 год.</i>
Загальна кількість годин – 150	Ступінь вищої освіти – бакалавр	Самостійна робота: <i>Денна – 78 год.</i> <i>Заочна – 138 год.</i> Тренінг – 8 год. Індивідуальна робота : <i>Денна – 4 год.</i>
Тижневих годин – 10 з них аудиторних – 4,8		Вид підсумкового контролю – <i>екзамен</i>

2. Мета і завдання дисципліни «Психологія кризових станів»

2.1 Мета вивчення дисципліни:

Забезпечити опанування майбутніми фахівцями психологами теоретичних знань і практичних навичок, які стосуються психічного реагування на кризові ситуації різного генезу, механізмів розвитку психотравми і розладів, пов'язаних зі стресом, та підходів до надання психологічної допомоги при цих станах.

2.2 Завдання вивчення дисципліни:

- формування уявлення про кризові і психотравмуючі ситуації та їх вплив на психіку в контексті вчення про стрес і адаптацію
- набуття розуміння психологічних механізмів реагування на психотравму
- отримання знань про особливості травматичного процесу при дії різних типів психотравмивних обставин
- ознайомлення з патогенетичними механізмами, клінікою і діагностикою основних груп стрес-асоційованих розладів
- оволодіння базовими техніками кризового консультування
- ознайомлення з практичними принципами і методами психологічної допомоги на різних етапах відновлення після психотравми

2.3 Найменування та опис компетентностей, формування котрих забезпечує вивчення дисципліни:

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в тому числі особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

2.4 Передумови для вивчення дисципліни

Набуття студентами компетентності з курсу можливе за актуалізації їхніх знань з курсів «Загальна психологія», «Психофізіологія», «Психопатологія», «Психокорекція і психотерапія».

2.5 Результати навчання

Результати навчання даної дисципліни деталізують такі програмні результати:

ПРН 2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПРН 11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (в тому числі у роботі з особами, що отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

ПРН 12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

3. Програма навчальної дисципліни «Психологія кризових станів»

Змістовий модуль 1. Вступ до дисципліни. Поняття про кризові стани. Фізіологічні і психологічні механізми психотравми. Перебіг травматичного процесу.

Тема 1. Роль кризи в людському житті

Предмет, завдання, основні категорії та поняття психології кризових станів, стислий огляд курсу. Актуальність і практичне застосування знань з кризової психології. Термінологія: стрес, криза, травма, відновлення і посттравматичне зростання. Класифікація кризових станів. Кризові стани в різних сферах життєдіяльності (професія, сім'я, здоров'я, соціальна сфера). Необхідність опрацювання кризових ситуацій як рушійний фактор розвитку психіки. Нормальні психологічні механізми опрацювання кризових станів, повний цикл взаємодії систем самозбереження і обробки інформації, афективне реагування, негативний зворотній зв'язок. Кризи і травматичні ситуації в процесі розвитку особистості, теорія Ж. Піаже, теорії об'єктних стосунків, періодизація Е. Еріксона.

Тема 2. Нейрофізіологія і психологія стресу та адаптації

Стрес як неспецифічна адаптаційна реакція організму на всіх рівнях функціонування, стадії стресової реакції. Гомеостаз і аллостаза на рівні фізіологічних і психічних процесів. Взаємодія різних відділів мозку у процесі стресової реакції. Розвиток психіки як вищого інтегративного механізму адаптації, базові афективні с-ми, мотивація, саморегуляція. Психологічні механізми стресу, участь і взаємодія всіх психічних функцій. Захисні механізми (зрілі і незрілі) і копінг стратегії (адаптивні і дезадаптивні). Психологічні ресурси, фактори ризику і фактори захисту в процесі реагування на стрес. Розвиток стресостійкості, резиліентність.

Тема 3. Психічна травма як патологічний процес

Визначення психотравми, характеристики і типологія психотравмуючих ситуацій. Класифікація психотравм. Індивідуальна і колективна травма. Закономірності динаміки травматичного процесу: передісторія-реакція-перебіг-наслідок. Психологічні і нейрофізіологічні механізми реагування на травмуючу ситуацію та її опрацювання. Центральна роль афекту в динаміці психотравми, типові травматичні емоції. Дезінтегруючий вплив травми на психіку, поняття про регресію. Основні прояви психотравми: гіперзбудження, інтрузія, констрикція. Поняття про дисоціацію, травматичну пам'ять, порушення саморегуляції, алекситимію, соматизацію. Посттравматичні зміни на рівні базових психічних процесів (когнітивних, емоційних) і цілісної особистості. Біо-психо-соціальна модель в психіатрії, типологія розладів, спричинених травмою.

Тема 4. Особливості перебігу травматичного процесу при різних видах психотравми.

Особливості клініки і перебігу гострої і хронічної психотравми. Травма в період розвитку, рання, довербальна травма. Недогляд, фізичне і емоційне насильство, сексуальне розбещення як основні чинники дитячої травми. Психотравми військового часу. Бойова травма. Травми біженців. Переживання втрати, нормальне і патологічне горювання. Особливості психологічного реагування на хворобу. Сексуальне насильство. Нарцистична травма. Хронічна повторювана травма (поневолення, політичний терор, сімейне насильство, дитяче зловживання), концепція комплексного ПТСР.

Змістовий модуль 2. Клініка і діагностика стрес-асоційованих розладів

Тема 5. Загальна типологія стрес-асоційованих розладів з точки зору психіатрії.

Основні психіатричні поняття і термінологія. Відображення розладів, пов'язаних зі стресом у сучасних класифікаціях. Загальні принципи діагностики: анамнестичний підхід, клініко-психопатологічний підхід, психодіагностичний підхід. Психотерапевтична діагностика, поняття про трансферні процеси, травматичне перенесення. Поняття про глибину психічного розладу, рівні структурної організації особистості. Правила комунікації з пацієнтами різного ступеня важкості розладу.

Тема 6. Розлади, пов'язані із реакцією на екстремальні події

Типи травмивних подій, поняття про екстремальний травматичний досвід. Історія дослідження «військових розладів». Гострі реакції на стрес, гострий стресовий розлад — клінічні форми, діагностика. Посттравматичний стресовий розлад як квінтесенція розладів, пов'язаних з травмою. Комплексний ПТСР — диференційна діагностика. Поняття про дисоціацію і дисоціативні розлади. Дисоціативний розлад ідентичності. Дисоціативна амнезія, транси, автоматизми, фуґи. Розлад дереалізації/деперсоналізації.

Тема 7. Реактивні психози і афективні розлади

Концепція психозу, поняття про психотичний рівень психічного розладу і психотичний рівень структурної організації. Поняття про ендогенні, екзогенні, психогенні розлади. Тріада К.Ясперса на прикладі реактивних розладів. Діагностика і диференційна діагностика реактивних психозів. Дисоціативні (істеричні) психози. Поняття про афективну патологію. Реактивні манії і депресії. Патологічне переживання втрати, горя.

Тема 8. Стрес-асоційовані розлади непсихотичного рівня

Концепції невроту. Класична типологія невротів і сучасні класифікації. Розлади адаптації, диференційна діагностика їх різних клінічних варіантів. Неврастенія. Концепція З.Фрейда про актуальні невротизми і психоневротизми. Тривожні розлади. Обсесивно-компульсивні розлади. Концепції істерії. Різниця між дисоціативними і конверсійними розладами. Диференційна діагностика стрес-асоційованих розладів неспсихотичного рівня.

Тема 9. Психосоматичний аспект травми.

Поняття про психосоматику, холистичний підхід в сучасній медицині. Нейрофізіологічне підґрунтя розвитку психосоматичних розладів. Розуміння алекситимії, соматизації, сомато-психічної деперсоналізації в контексті психотравми. Сомато-психічні, соматоформні, психосоматичні розлади. Розуміння, типологія, диференційна діагностика соматоформних розладів. Розлади харчової поведінки. Порушення сну. Сексуальні дисфункції.

Тема 10. Адиктивна, агресивна, автоагресивна, делінквентна поведінка.

Розуміння сутності узалежнення, основна адиктологічна термінологія. Травматична теорія узалежнень. Нейрофізіологічні і психологічні механізми узалежнення. Клініка і диференційна діагностика хімічних та нехімічних узалежнень. Поведінкові розлади дитячого і підліткового віку. Особливості психологічної роботи з агресивними пацієнтами. Суїцидальна поведінка: визначення понять, фактори ризику, суб'єктивне значення, динаміка. Особливості психологічної роботи з пацієнтами з суїцидальною поведінкою, прогнозування, оцінка ризику, запобігання самогубству.

Тема 11. Концепція особистості в травмі.

Поняття про структуру особистості. Психічна патологія особистісного рівня, розлади особистості в статиці і динаміці. Діагностика особистісної патології, структурне клінічне інтерв'ю SCID-II. Вплив криз і психотравмуючих обставин на формування і динаміку особистісних розладів. Поняття про межовий рівень структурної організації і межовий розлад особистості. Поняття про систему підтримання нарцистичного гомеостазу за С. Менцосом. Нарцистична лінія розвитку, нарцистична травма, нарцистичний розлад особистості. Структурне діагностичне інтерв'ю О. Кернберга.

Змістовий модуль 3. Основи кризового консультування, психокорекції і психотерапії наслідків психотравми.

Тема 12. Загальні принципи кризового консультування і базові психотерапевтичні завдання при роботі з психотравмою.

Поняття про кризове консультування, психокорекцію, психотерапію, реабілітацію. Основні принципи, підходи, напрямки, цілі і завдання допомоги пацієнтам в кризових станах. Принципи відновлення емоційної регуляції «знизу догори» і «згори донизу». Стадії відновлення після психотравми: безпека, пам'ять і оплакування, відновлення зв'язку. Основні завдання психотерапії на різних стадіях: встановлення безпеки, інтеграція травматичної пам'яті, опрацювання емоцій, відновлення повсякденного життя, соціальних стосунків, особистісної структури. Методи запобігання посттравматичним розладам, тренування резилієнтності.

Тема 13. Перша фаза психотерапевтичної роботи з травмою: стабілізація.

Основні завдання першого етапу відновлення: заспокоєння, відновлення почуття контролю і безпеки, повернення до реальності, активізація ресурсів. Принципи першої психологічної допомоги. Психокорекційні і психотерапевтичні техніки, скеровані на роботу з афективно-соматичними наслідками травми: нормалізація, едукація, релаксація, сугестивні методики. Корекція порушень самоусвідомлення, алекситимії, деперсоналізації. Корекція симптомів гіперзбудження, терапія лімбічної системи, майнфулнес, нейрофідбек. Практичне застосування полівагальної теорії С. Поджеса, сенсомоторна терапія, тілесно-орієнтовані, дихальні і медитативні практики. Техніки «заземлення».

Тема 14. Друга фаза психотерапевтичної роботи з травмою: інтеграція.

Основні завдання другого етапу відновлення: робота з травматичною пам'яттю, подолання дисоціації, інтеграція травматичного досвіду. Принцип відновлення мови. Принцип пендуляції, поняття про вікно толерантності. EMDR, білатеральна стимуляція. Терапія внутрішніх сімейних систем. Психомоторна терапія за системою Пессо-Бойден. КПТ методики: експозиція, десенсибілізація. Психодинамічний підхід.

Тема 15. Групова психотерапія при роботі з травмою.

Соціальний вимір психотравми. Історія розвитку групової психотерапії, основні принципи і поняття. Застосування групових методів в процесі допомоги пацієнтам з наслідками травми, основні завдання і механізми впливу. Особливості групової терапії на різних стадіях подолання травми. Використання групових методів у процесі профілактики і лікування стрес-асоційованих розладів

4. Структура залікового кредиту з дисципліни «Психологія кризових станів»

(денна форма навчання)

	Кількість годин					
	Лекції	Практ. заняття	СРС	ІРС	Тренінг	Контр. заходи
Змістовий модуль 1. Вступ до дисципліни. Поняття про кризові стани. Фізіологічні і психологічні механізми психотравми. Перебіг травматичного процесу.						
Тема 1. Роль кризи в людському житті.	2	2	5	1	2	Поточне опитування, реферати, тестування
Тема 2. Нейрофізіологія і психологія стресу та адаптації.	2	2	5			
Тема 3. Психічна травма як патологічний процес.	2	2	6			
Тема 4. Особливості перебігу травматичного процесу при різних видах психотравми.	2	2	5			
Змістовий модуль 2. Клініка і діагностика стрес-асоційованих розладів.						
Тема 5. Загальна типологія стрес-асоційованих розладів з точки зору психіатрії.	2	2	5	1	3	Поточне опитування, реферати, тестування
Тема 6. Розлади, пов'язані із реакцією на екстремальні події.	2	2	6			
Тема 7. Реактивні психози і афективні розлади.	2	2	5			
Тема 8. Стрес-асоційовані розлади неспихотичного рівня.	2	2	5	1		Поточне опитування, реферати, тестування
Тема 9. Психосоматичний аспект травми.	2	2	5			
Тема 10. Адиктивна, агресивна, автоагресивна, делінквентна поведінка.	2	2	5			
Тема 11. Концепція особистості в травмі.	2	2	5			
Змістовий модуль 3. Основи кризового консультування, психокорекції і психотерапії наслідків психотравми.						
Тема 12. Загальні принципи кризового консультування і базові психотерапевтичні завдання при роботі з психотравмою.	2	2	6	1	3	Поточне опитування, реферати, тестування
Тема 13. Перша фаза психотерапевтичної роботи з травмою: стабілізація.	2	2	5			
Тема 14. Друга фаза психотерапевтичної роботи з травмою: інтеграція.	2	2	5			
Тема 15. Групова психотерапія при роботі з травмою.	2	2	5			
Разом	30	30	78	4	8	

(заочна форма навчання)

	Кількість годин		
	Лекції	Практ. заняття	СРС
Змістовий модуль 1. Вступ до дисципліни. Поняття про кризові стани. Фізіологічні і психологічні механізми психотравми. Перебіг травматичного процесу.			

Тема 1. Роль кризи в людському житті.	2	1	9
Тема 2. Нейрофізіологія і психологія стресу та адаптації.			9
Тема 3. Психічна травма як патологічний процес.			10
Тема 4. Особливості перебігу травматичного процесу при різних видах психотравми.			9
<i>Змістовий модуль 2 Клініка і діагностика стрес-асоційованих розладів.</i>			
Тема 5. Загальна типологія стрес-асоційованих розладів з точки зору психіатрії.	2	1	9
Тема 6. Розлади, пов'язані із реакцією на екстремальні події.			10
Тема 7. Реактивні психози і афективні розлади.			9
Тема 8. Стрес-асоційовані розлади неспсихотичного рівня.			9
Тема 9. Психосоматичний аспект травми.	2		9
Тема 10. Адиктивна, агресивна, авто агресивна, делінквентна поведінка.			9
Тема 11. Концепція особистості в травмі.			9
<i>Змістовий модуль 3. Основи кризового консультування, психокорекції і психотерапії наслідків психотравми.</i>			
Тема 12. Загальні принципи кризового консультування і базові психотерапевтичні завдання при роботі з психотравмою.	2	1	10
Тема 13. Перша фаза психотерапевтичної роботи з травмою: стабілізація.			9
Тема 14. Друга фаза психотерапевтичної роботи з травмою: інтеграція.			9
Тема 15. Групова психотерапія при роботі з травмою.		1	9
Разом	8	4	138

5. Тематика практичних занять з дисципліни «Психологія кризових станів»

Денна форма навчання

Змістовий модуль 1 Вступ до дисципліни. Поняття про кризові стани. Фізіологічні і психологічні механізми психотравми. Перебіг травматичного процесу.

Практичне заняття №1

Тема 1. Роль кризи в людському житті.

Мета: Розкрити сутність психології кризових станів, актуальність дисципліни, основну термінологію, висвітлити роль кризових ситуацій в людському житті.

Питання для обговорення:

1. Предмет, завдання, основні категорії та поняття психології кризових станів.
2. Актуальність і практичне застосування знань з кризової психології.

3. Термінологія: стрес, криза, травма, відновлення і посттравматичне зростання.

4. Класифікація кризових станів. Кризові стани в різних сферах життєдіяльності (професія, сім'я, здоров'я, соціальна сфера).

5. Необхідність опрацювання кризових ситуацій як рушійний фактор розвитку психіки.

6. Нормальні психологічні механізми опрацювання кризових станів, повний цикл взаємодії систем самозбереження і обробки інформації, афективне реагування, негативний зворотній зв'язок.

7. Кризи і травматичні ситуації в процесі розвитку особистості, теорія Ж. Піаже, теорії об'єктних стосунків, періодизація Е. Еріксона.

Практичне заняття №2

Тема 2 Нейрофізіологія і психологія стресу та адаптації.

Мета: З'ясувати зв'язок між біологічними і психологічними механізмами, які забезпечують процеси адаптації та стресової реакції

Питання для обговорення:

1. Стрес як неспецифічна адаптаційна реакція організму на всіх рівнях функціонування, стадії стресової реакції.

2. Гомеостаз і аллостаз на рівні фізіологічних і психічних процесів.

3. Взаємодія різних відділів мозку у процесі стресової реакції.

4. Розвиток психіки як вищого інтегративного механізму адаптації, базові афективні с-ми, мотивація, саморегуляція.

5. Психологічні механізми стресу, участь і взаємодія всіх психічних функцій.

6. Захисні механізми (зрілі і незрілі) і копінг стратегії (адаптивні і дезадаптивні).

7. Психологічні ресурси, фактори ризику і фактори захисту в процесі реагування на стрес.

8. Розвиток стресостійкості, резилієнтність.

Практичне заняття №3

Тема 3. Психічна травма як патологічний процес.

Мета: Зрозуміти логіку перебігу травматичного процесу на рівні нейрофізіологічних і психологічних механізмів

Питання для обговорення:

1. Визначення психотравми, характеристики і типологія психотравмуючих ситуацій.

2. Класифікація психотравм. Індивідуальна і колективна травма.

3. Закономірності динаміки травматичного процесу: передісторія-реакція-перебіг-наслідок.

4. Психологічні і нейрофізіологічні механізми реагування на травмуючу ситуацію та її опрацювання.
5. Центральна роль афекту в динаміці психотравми, типові травматичні емоції.
6. Дезінтегруючий вплив травми на психіку, поняття про регресію.
7. Основні прояви психотравми: гіперзбудження, інтрузія, констрикція.
8. Поняття про дисоціацію, травматичну пам'ять, порушення саморегуляції, алекситимію, соматизацію.
9. Посттравматичні зміни на рівні базових психічних процесів (когнітивних, емоційних) і цілісної особистості.
10. Біо-психо-соціальна модель в психіатрії, типологія розладів, спричинених травмою.

Практичне заняття №4

Тема 4 Особливості перебігу травматичного процесу при різних видах психотравми.

Мета: Вивчити особливості психопатологічних механізмів і психологічних переживань при дії різних видів психотравмуючих обставин.

Питання для обговорення:

1. Особливості клініки і перебігу гострої і хронічної психотравми.
2. Травма в період розвитку, рання, довербальна травма
3. Недогляд, фізичне і емоційне насильство, сексуальне розбещення як основні чинники дитячої травми.
4. Психотравми військового часу. Бойова травма. Травми біженців.
5. Переживання втрати. Нормальне і патологічне горювання.
6. Особливості психологічного реагування на хворобу.
7. Сексуальне насильство.
8. Нарцистична травма.
9. Хронічна повторювана травма (поневолення, політичний терор, сімейне насильство, дитяче зловживання), концепція комплексного ПТСР.

Змістовий модуль 2 Клініка і діагностика стрес-асоційованих розладів

Практичне заняття №5

Тема 5. Загальна типологія стрес-асоційованих розладів з точки зору психіатрії.

Мета: Зрозуміти логіку психіатричної класифікації, навчитись розрізняти стрес-асоційовані розлади різної важкості

Питання для обговорення:

1. Основні психіатричні поняття і термінологія.

2. Відображення розладів, пов'язаних зі стресом у сучасних класифікаціях.
3. Загальні принципи діагностики: анамнестичний підхід, клініко-психопатологічний підхід, психодіагностичний підхід.
4. Психотерапевтична діагностика, поняття про трансферні процеси, травматичне перенесення.
5. Поняття про глибину психічного розладу, рівні структурної організації особистості.
6. Правила комунікації з пацієнтами різного ступеня важкості розладу.

Практичне заняття №6

Тема 6. Розлади, пов'язані із реакцією на екстремальні події.

Мета: Навчитись діагностувати ПТСР та інші розлади, пов'язані з екстремальним досвідом.

Питання для обговорення:

1. Типи травмуючих подій, поняття про екстремальний травматичний досвід.
2. Історія дослідження «військових розладів».
3. Гострі реакції на стрес, гострий стресовий розлад — клінічні форми, діагностика.
4. Посттравматичний стресовий розлад як квінтесенція розладів, пов'язаних з травмою
5. Комплексний ПТСР — диференційна діагностика.
4. Поняття про дисоціацію і дисоціативні розлади.
7. Дисоціативний розлад ідентичності
8. Дисоціативна амнезія, транси, автоматизми, фуги
9. Розлад дереалізації/деперсоналізації.

Практичне заняття №7

Тема 7. Реактивні психози і афективні розлади.

Мета: Навчитися діагностувати і розрізняти реактивні стани психотичного і афективного спектрів.

Питання для обговорення:

1. Концепція психозу, поняття про психотичний рівень психічного розладу і психотичний рівень структурної організації.
2. Поняття про ендогенні, екзогенні, психогенні розлади
3. Тріада К.Ясперса на прикладі реактивних розладів
4. Діагностика і диференційна діагностика реактивних психозів.
5. Дисоціативні (істеричні) психози
6. Поняття про афективну патологію
7. Реактивні манії і депресії.
8. Патологічне переживання втрати, горя.

Практичне заняття №8

Тема 8. Стрес-асоційовані розлади неспсихотичного рівня.

Мета: Навчитися розуміти психопатологічні механізми, які лежать в основі психогенних розладів неспсихотичного рівня і розрізняти їх клінічні прояви

Питання для обговорення:

1. Концепції невроту. Класична типологія невротів і сучасні класифікації.
2. Розлади адаптації, диференційна діагностика їх різних клінічних варіантів.
3. Неврастенія. Концепція З.Фрейда про актуальні невротизми і психоневротизми.
3. Тривожні розлади
4. Обсесивно-компульсивні розлади
5. Концепції істерії. Різниця між дисоціативними і конверсійними розладами.
6. Диференційна діагностика стрес-асоційованих розладів неспсихотичного рівня.

Практичне заняття №9

Тема 9. Психосоматичний аспект травми.

Мета: Розкрити розуміння психосоматики з точки зору холистичного підходу, навчитись діагностувати соматичні прояви психоемоційних розладів.

Питання для обговорення:

1. Поняття про психосоматику, холистичний підхід в сучасній медицині.
2. Нейрофізіологічне підґрунтя розвитку психосоматичних розладів.
3. Розуміння алекситимії, соматизації, сомато-психічної деперсоналізації в контексті психотравми.
4. Сомато-психічні, соматоформні, психосоматичні розлади
5. Розуміння, типологія, диференційна діагностика соматоформних розладів.
6. Розлади харчової поведінки.
7. Порушення сну.
8. Сексуальні дисфункції.

Практичне заняття №10

Тема 10. Адиктивна, агресивна, авто агресивна, делінквентна поведінка.

Мета: Зрозуміти клінічну і психологічну сутність адиктивних розладів та поведінкових розладів, пов'язаних із внутрішньою динамікою агресії.

Питання для обговорення:

1. Розуміння сутності узалежнення, основна адиктологічна термінологія.
2. Травматична теорія узалежнень.
3. Нейрофізіологічні і психологічні механізми узалежнення.

4. Клініка і диференційна діагностика хімічних та нехімічних узалежнень.
5. Поведінкові розлади дитячого і підліткового віку.
6. Особливості психологічної роботи з агресивними пацієнтами.
7. Суїцидальна поведінка: визначення понять, фактори ризику, суб'єктивне значення, динаміка
8. Особливості психологічної роботи з пацієнтами з суїцидальною поведінкою, прогнозування, оцінка ризику, запобігання самогубству.

Практичне заняття №11

Тема 11. Концепція особистості в травмі.

Мета: Опанувати комплексне розуміння психічної патології особистісного рівня, методику її діагностики.

Питання для обговорення:

1. Поняття про структуру особистості.
2. Психічна патологія особистісного рівня, розлади особистості в статиці і динаміці.
3. Діагностика особистісної патології, структурне клінічне інтерв'ю SCID-II
3. Вплив криз і психотравмуючих обставин на формування і динаміку особистісних розладів.
4. Поняття про межовий рівень структурної організації і межовий розлад особистості.
5. Поняття про систему підтримання нарцистичного гомеостазу за С. Менцосом.
6. Нарцистична лінія розвитку, нарцистична травма, нарцистичний розлад особистості.
7. Структурне діагностичне інтерв'ю О. Кернберга.

Змістовий модуль 3 Основи кризового консультування, психокорекції і психотерапії наслідків психотравми.

Практичне заняття №12

Тема 12. Загальні принципи кризового консультування і базові психотерапевтичні завдання при роботі з психотравмою.

Мета: Забезпечити розуміння базових принципів надання психологічної допомоги в кризовій ситуації і на різних етапах роботи з психотравмою.

Питання для обговорення:

1. Поняття про кризове консультування, психокорекцію, психотерапію, реабілітацію.
2. Основні принципи, підходи, напрямки, цілі і завдання допомоги пацієнтам в кризових станах.

3. Принципи відновлення емоційної регуляції «знизу догори» і «згори донизу».

4. Стадії відновлення після психотравми: безпека, пам'ять і оплакування, відновлення зв'язку.

5. Основні завдання психотерапії на різних стадіях: встановлення безпеки, інтеграція травматичної пам'яті, опрацювання емоцій, відновлення повсякденного життя, соціальних стосунків, особистісної структури.

6. Методи запобігання посттравматичним розладам, тренування резилієнтності.

Практичне заняття №13

Тема 13. Перша фаза психотерапевтичної роботи з травмою: стабілізація.

Мета: Ознайомитись з психокорекційними техніками стабілізації емоційно-соматичної сфери клієнтів з посттравматичними розладами.

Питання для обговорення:

1. Основні завдання першого етапу відновлення: заспокоєння, відновлення почуття контролю і безпеки, повернення до реальності, активізація ресурсів.

2. Принципи першої психологічної допомоги.

3. Психокорекційні і психотерапевтичні техніки, скеровані на роботу з афективно-соматичними наслідками травми: нормалізація, едукація, релаксація, сугестивні методики.

4. Корекція порушень самоусвідомлення, алекситимії, деперсоналізації.

5. Корекція симптомів гіперзбудження, терапія лімбічної системи, майнфулнес, нейрофідбек.

6. Практичне застосування полівагальної теорії С. Поджеса, сенсомоторна терапія, тілесно-орієнтовані, дихальні і медитативні практики.

7. Техніки «заземлення».

Практичне заняття №14

Тема 14. Друга фаза психотерапевтичної роботи з травмою: інтеграція.

Мета: Ознайомитись з психотерапевтичними методиками, скерованими на інтеграцію травматичної пам'яті і подолання симптомів дисоціації

Питання для обговорення:

1. Основні завдання другого етапу відновлення: робота з травматичною пам'яттю, подолання дисоціації, інтеграція травматичного досвіду.

2. Принцип відновлення мови.

3. Принцип пендуляції, поняття про вікно толерантності.

4. EMDR, білатеральна стимуляція.

5. Терапія внутрішніх сімейних систем.

6. Психомоторна терапія за системою Пессо-Бойден.

7. КПТ методики: експозиція, десенсибілізація.

8. Психодинамічний підхід.

Практичне заняття №15

Тема 15. Групова психотерапія при роботі з травмою.

Мета: Ознайомитись із основними принципами і підходами групової психотерапії розладів, пов'язаних зі стресом.

Питання для обговорення:

1. Соціальний вимір психотравми.
2. Історія розвитку групової психотерапії, основні принципи і поняття.
3. Застосування групових методів в процесі допомоги пацієнтам з наслідками травми, основні завдання і механізми впливу.
4. Особливості групової терапії на різних стадіях подолання травми.
5. Використання групових методів у процесі профілактики і лікування стрес-асоційованих розладів.

Заочна форма навчання

Практичне заняття №1

Тема 1. Нейрофізіологічні і психологічні механізми психотравми, діагностика стрес-асоційованих розладів.

Мета: Розкрити основні механізми і наслідки впливу психотравми на психіку.

Питання для обговорення:

1. Поняття про стрес і адаптацію, кризу і психотравму
2. Нейрофізіологічні і психологічні аспекти реагування на стрес
3. Вплив психотравми на психіку
4. Захисні механізми і копінг-стратегії
5. Типологія стрес-асоційованих розладів
6. Діагностика стрес-асоційованих розладів

Практичне заняття №2

Тема 2. Стратегія і тактика психологічної допомоги при психотравмі.

Мета: Ознайомитись із основними підходами і методами психотерапевтичної допомоги при кризових станах.

Питання для обговорення:

1. Поняття про кризове консультування, психокорекцію, психотерапію, реабілітацію.
2. Основні принципи, підходи, напрямки, цілі і завдання допомоги пацієнтам в кризових станах.

3. Стадії відновлення після психотравми: безпека, пам'ять і оплакування, відновлення зв'язку.
4. Перша фаза психотерапевтичної роботи з травмою: стабілізація.
5. Друга фаза психотерапевтичної роботи з травмою: інтеграція.
6. Групова психотерапія при роботі з травмою.

6. Самостійна робота студентів

Для успішного вивчення і засвоєння дисципліни «Психологія кризових станів» студенти повинні володіти значним обсягом інформації, частину якої вони отримують і опрацьовують шляхом самостійної роботи.

Мета: самостійне вивчення частини програмового матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності. Включає підбір та складання власних структурно-логічних схем, таблиць, графіків, мислесхем, які відображають сутність теоретичних основ із психології кризових станів. Схеми необхідно розробити самостійно з кожної теми до практичного заняття. Для цього опрацьовується теоретичний лекційний матеріал, сучасні наукові літературні джерела, навчальні посібники з психології, довідково-енциклопедична література, публікації з проблем психології кризових станів у наукових журналах та монографіях. Відбір та структурування змісту для самостійної роботи відбувається за принципами модульності (змістової завершеності частини навчальної дисципліни); системності; креативності (формування у студентів навичок вирішення практичних задач не лише на репродуктивному, адаптивному, а й частково-пошуковому та творчому рівнях складності); компенсаторності (розширення «фонових» знань за рахунок орієнтації студентів на самостійний пошук і систематизацію додаткової інформації, нарощення «ядра» набутих професійно значущих знань із метою забезпечення повноти їх актуалізації).

За бажанням студента зазначена самостійна робота може доповнюватися іншими формами її виконання: 1. Підготовка комплексної доповіді із сучасних проблем психології кризових станів. 2. Організація та проведення командних диспутів. 3. Складання глосарію категорій і понять із тематики психології кризових станів. 4. Складання бібліографії та анотацій із обраної тематики. 5. Моделювання різноманітних кейсів та пропонування шляхів їх вирішення за допомогою різних психокорекційних технік. 6. Аналіз художнього фільму за психологічною тематикою. 7. Написання твору-роздуму на запропоновану викладачем тематику. 8. Участь в студентських конференціях (написання і публікація тез). Студенти, які не виконали самостійну роботу або вона не зарахована викладачем, до складання іспиту з курсу «Психологія кризових станів» не допускаються.

Одним із видів самостійної роботи студента є опрацювання сучасної навчальної і наукової фахової літератури з написанням відповідних есе, роздумів, рефератів за тематикою дисципліни «Психологія кризових станів» .

№ п/п	Пропонована тематика рефератів.
1.	Роль кризи в людському житті.
2.	Нейрофізіологія і психологія стресу та адаптації.
3.	Психічна травма як патологічний процес.
4.	Особливості перебігу травматичного процесу при різних видах психотравми.
5.	Загальна типологія стрес-асоційованих розладів з точки зору психіатрії.
6.	Розлади, пов'язані із реакцією на екстремальні події.
7.	Реактивні психози і афективні розлади.
8.	Стрес-асоційовані розлади неспсихотичного рівня.
9.	Психосоматичний аспект травми.
10.	Адиктивна, агресивна, автоагресивна, делінквентна поведінка.
11.	Концепція особистості в травмі.
12.	Загальні принципи кризового консультування і базові психотерапевтичні завдання при роботі з психотравмою.
13.	Перша фаза психотерапевтичної роботи з травмою: стабілізація.
14.	Друга фаза психотерапевтичної роботи з травмою: інтеграція.
15.	Групова психотерапія при роботі з травмою.

7. Тренінг з дисципліни «Психологія кризових станів».

Тема: Застосування структурного інтерв'ю О.Кернберга в роботі з травмованими клієнтами.

Тренінг спрямований на вирішення наступних завдань:

1) деталізація розуміння сутності структури особистості; 2) засвоєння поняття про рівні структурної організації особистості; 3) засвоєння і розуміння критеріїв диференціювання різних рівнів структурної організації; 4) набуття практичних навичок проведення первинного діагностичного інтерв'ю; 5) засвоєння етапності і послідовності діагностики в межах структурного інтерв'ю; 6) засвоєння практичних навичок дослідження тестування реальності, захисних механізмів і інтегрованості ідентичності пацієнта; 7) розуміння сфери практичного застосування структурного інтерв'ю О. Кернберга; 8) адаптація структурного інтерв'ю для роботи з травмованими клієнтами.

Даний тренінг складається із серій практичних вправ і розборів кейсів, під час виконання яких студенти можуть оволодіти необхідними діагностичними вміннями і практично використати набуті теоретичні знання.

Структура тренінгу:

Частина тренінгу	Завдання тренінгу	Вправи
-------------------------	--------------------------	---------------

Вступна	Ознайомлення з предметом тренінгу, основними теоретичними засадами і методами роботи.	Знайомство, налагодження зворотного зв'язку, інтерактивна робота в групі, вправи в парах на практичне застосування прийомів прояснення, конфронтації, інтерпретації
Основна	Вивчення основних етапів діагностичного інтерв'ю, опрацювання методик, засвоєння практичних навиків роботи з клієнтом.	Розбір кейсів для розуміння методів оцінки тестування реальності, способів виявлення захисних механізмів, робота в парах над діагностикою синдрому дифузної ідентичності
Заключна	Оцінка отриманого досвіду, опрацювання труднощів і незрозумілих моментів, відповіді на запитання, підведення підсумків.	Інтерактивна робота в групі, рефлексія, відреагування.

8. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

У процесі вивчення дисципліни «Психологія кризових станів» використовуються наступні засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- стандартизовані тести;
- поточне опитування;
- залікове модульне тестування та опитування;
- реферати, презентації;
- екзамен.

9. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Психологія кризових станів» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	Модуль 4	Модуль 5
10%	10%	10%	10%	5%	15%	40%
Поточне опитування	Модульний контроль 1	Поточне опитування	Модульний контроль 2	Тренінги	Самостійна робота	Екзамен
1. Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (7 тем – 7 оцінок). 2. Оцінка за Модульний контроль 1 виставляється на підставі виконання письмового завдання (тестового та/або теоретичного).		1. Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (8 тем – 8 оцінок). 2. Оцінка за Модульний контроль 2 виставляється на підставі виконання письмового завдання (тестового та/або теоретичного).		Визначається як середнє арифметичне з оцінок отриманих під час тренінгу	Оцінювання есе та рефератів за тематикою дисципліни «Психологія кризових станів»	2 теоретичні запитання по 50 балів

Шкала оцінювання:

За шкалою ЗУНУ	За національною шкалою	За шкалою ECTS
-----------------------	-------------------------------	-----------------------

90–100	відмінно	A (відмінно)
85–89	добре	B (дуже добре)
75-84		C (добре)
65-74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35-59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

10. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

№ п/п	Найменування	Номер теми
1	Мультимедійний проектор	1-15
2	Проекційний екран	
3	Комунікаційне програмне забезпечення (Google Chrome, Firefox)	
4	Наявність доступу до мережі Інтернет	
5	Персональні комп'ютери, ноутбук.	
6	Комунікаційне програмне забезпечення (Zoom) для проведення занять у режимі он-лайн (за необхідності)	
7	Комунікаційна навчальна платформа (Moodle) для організації дистанційного навчання (за необхідності)	
8	Програмне забезпечення: ОС Windows	
9	Інструменти Microsoft Office (Word; Excel; Power Point і т. і.)	

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Бріш К.Г. Розлади прив'язаності від теорії до терапії. Посібник. Львів: 2012. 314 с.
2. Вільямс М.Б., Пойюла С. ПТСР: робочий зошит. Ефективні методики подолання симптомів травматичного стресу. Київ: Видавництво Ростислава Бурлаки, 2023. 528 с.
3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства — від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів: Видавництво Старого Лева, 2022. 424 с.
4. Гордон Д. Трансформація травми. Львів: Літопис, 2023. 352 с.
5. Гроссман Д., Крістенсен Л. Бій: психологія і фізіологія воїна в часи війни та миру. Львів: Видавництво «Астролябія», 2023. 720 с.
6. Довідник діагностичних критеріїв DSM-5 TR від Американської психіатричної асоціації. Львів: Компанія «Манускрипт», 2024. 592 с.

7. Колк ван дер Б. Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому. Харків: Віват, 2024. 624 с.
8. Лазос Г.П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. Актуальні проблеми психології. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вінниця : ФОП Рогальська І.О., 2018. Вип. 14. С. 26–64.
9. Огден Т. Творче прочитання. Есеї про основоположні аналітичні праці. Львів: Літопис, 2019. 216 с.
10. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Том 1: навчальний посібник за заг. ред. Пророк Н. Київ: «СВАРОГ», 2023. 208 с.
11. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Том 2: навчальний посібник за заг. ред. Малогулко Л. Київ: «СВАРОГ», 2023. 240 с.
12. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Том 3: навчальний посібник за заг. ред. Гридковець Л. Київ: «СВАРОГ», 2023. 236 с.
13. Пападопулос Р. У чужому домі. Травма вимушеного переміщення: шлях до розуміння і одужання. К.: Лабораторія, 2023. 416 с.
14. Пришляк В.І. Специфіка особистості хворих на хронічні депресії. *Медицинская психология*. 2008. Том 3, №2(10). С. 58-62.
15. Пришляк В.І., Фільц О.О. Деякі особливості клініки хроніфікованих депресій в контексті базового психопатологічного механізму їх формування. *Журнал психіатрії та медичної психології*. 2008. №1 (18). С. 55-61.
16. Психологічна робота з військовими — учасниками бойових дій на етапі відновлення. Методичний посібник. Київ: «Центр учбової літератури», 2023. 283 с.
17. Розов В.І. Психологія екстремальних ситуацій: адаптивність до стресу та психологічне забезпечення: науково-практичний посібник. Київ: КНТ, 2024. — 711 с.
18. Станчишин В. Емоційні гойдалки війни. Роздуми психотерапевта про війну. Київ: Віхола, 2022. 288 с.
19. Старков Д.Ю., Ярій В.В., Олішевський О.В. Організація стаціонарної медико-психологічної реабілітації розладів, пов'язаних з психічною травмою та стресом: науково-методичний посібник. Київ: 2023. 136 с.
20. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ.

навч. закл. Київ: Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.

21. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків: КСД, 2024. 160 с.
22. Чабан О.С., Хаустова О.О., Омелянович В.Ю. Психічні розлади воєнного часу. Монографія. Київ: Видавничий дім Медкнига, 2023. 232 с.
23. Ягупов В.В. Військова психологія: методологія, теорія та практика. Київ: Psychobook, 2023. 517 с.
24. Averill L., Averill C., Akiki T., Abdallah C. Examining Neurocircuitry and Neuroplasticity in PTSD. Handbook of PTSD: science and practice: 3-d ed/ ed. By M. J. Friedman, P. P. Schnurr, T. M. Keane. New York – London, NY: The Guilford Press, 2021. Chapter 9. P. 152 – 167.
25. Clinical Practice Guideline for the Treatment of PTSD. American Psychological Association. 2017. 139 p.
26. DSM-5: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: 5-th Ed. American Psychiatric Association. Washington: American Psychiatric Association Publishing, 2013. 970 p.
27. Horowitz M. J. Stress response syndromes: 5-th ed. Northvale, NJ: Aronson. 2013. 358 p.
28. Victims of Cruelty: Somatic Psychotherapy in the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder Paperback – November 22, 2000.