ПрАТ «ВНЗ «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»

Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ Директор Навчально-наукового інституту психології та соціальних наук Святослав КОРСАКЕВИЧ _____ 2025 р.	**СХВАЛЕНО** на засіданні кафедри психології Протокол № 1 від «28» серпня 2025 р. Заступник завідувач кафедри _____ Віра СИНЯКОВА

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ В УМОВАХ КРИЗОВИХ І НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ»

Галузь знань:	**С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини**
Спеціальність:	**С4 Психологія**
Рівень вищої освіти:	**третій (освітньо-науковий) рівень**
Освітня кваліфікація:	**доктор філософії з психології**
Освітньо-наукова програма:	**Психологія**

Київ – МАУП – 2025

Загальна інформація про навчальну дисципліну

Назва навчальної дисципліни	Психологічне консультування в умовах кризових і надзвичайних ситуацій
Шифр і назва спеціальності	С4 Психологія
Освітньо-наукова програма	Психологія
Рівень вищої освіти	третій (освітньо-науковий) рівень вищої освіти
Статус дисципліни	вибіркова (компонент вибіркового каталогу ОНП)
Кількість кредитів і годин	3 кредити СКТС / 90 годин. Лекції: 10 годин; практичні (семінарські) заняття: 20 годин; самостійна робота: 60 годин
Термін вивчення дисципліни	2 курс, III семестр
Мова викладання	українська
Вид підсумкового контролю	залік
Сторінка дисципліни на сайті	

Структура курсу

Анотація курсу. Навчальна дисципліна «Психологічне консультування в умовах кризових і надзвичайних ситуацій» належить до вибіркових освітніх компонентів освітньо-наукової програми підготовки докторів філософії зі спеціальності С4 «Психологія» і пропонується для вивчення у III семестрі (2 курс). Курс формує в аспірантів систему знань і практичних умінь щодо психологічної допомоги людині в кризі: розкриває поняття психологічної кризи та надзвичайної ситуації, провідні моделі й принципи кризового консультування, психологічну першу допомогу та багаторівневі системи психосоціальної підтримки. Особливу увагу приділено консультуванню при гострому стресі, травмі, втраті та суїцидальному ризику, а також роботі в умовах війни, вимушеної міграції та масових надзвичайних ситуацій. Дисципліна формує розуміння професійної стійкості консультанта та засад дослідження ефективності кризової допомоги, що є підґрунтям для наукової та практико-орієнтованої складової дисертаційного дослідження.

Предмет вивчення навчальної дисципліни: закономірності переживання людиною кризових і надзвичайних ситуацій, теоретико-методологічні засади та моделі психологічного консультування й кризової інтервенції, а також сучасні доказові підходи до надання й дослідження психологічної допомоги в кризі.

Мета курсу: сформувати в аспірантів передові знання про теоретико-методологічні засади психологічного консультування в умовах кризових і надзвичайних ситуацій та сучасні доказові підходи до кризової інтервенції, а також виробити вміння критично аналізувати моделі кризового консультування, обґрунтовувати їх вибір і планувати дослідження ефективності психологічної допомоги в кризі з дотриманням етики.

Завдання навчальної дисципліни:

- сформувати систему знань про психологічну кризу, надзвичайну ситуацію та кризову інтервенцію як особливу форму психологічної допомоги;
- ознайомити з провідними моделями та принципами кризового консультування й психологічної першої допомоги;
- сформувати консультативні навички роботи в кризі (стабілізація, активне слухання, деескалація, оцінка ризику);
- розкрити особливості консультування при гострому стресі, травмі, втраті та суїцидальному ризику;

- сформувати розуміння специфіки психологічної допомоги в умовах війни, вимушеної міграції та масових надзвичайних ситуацій;
- розвинути здатність дбати про професійну стійкість консультанта та планувати дослідження ефективності кризового консультування з дотриманням етики.

Пререквізити навчальної дисципліни: «Методологія і дизайн наукових досліджень у психології», «Сучасні дослідницькі стратегії у психології: кількісні, якісні та змішані методи», а також знання із загальної, вікової, клінічної психології, основ психотерапії та психологічного консультування, здобуті на попередніх рівнях вищої освіти.

Постреквізити навчальної дисципліни: «Психологія криз, стійкості та соціальних трансформацій», наукова складова освітньо-наукової програми (підготовка дисертаційного дослідження та наукових публікацій), асистентська практика.

Програмні компетентності та результати навчання

Загальні компетентності (ЗК)	ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу. ЗК4. Здатність розв'язувати комплексні проблеми психології на основі системного наукового світогляду та загального культурного кругозору із дотриманням принципів професійної етики та академічної доброчесності.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	СК1. Здатність виокремлювати, систематизувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження. СК3. Здатність ініціювати, розробляти і реалізовувати комплексні інноваційні проєкти в сфері психології та дотичні до неї міждисциплінарні проєкти, лідерство та відповідальність під час їх реалізації; забезпечувати дотримання прав інтелектуальної власності. СК9. Здатність здійснювати міждисциплінарне дослідження психологічних феноменів в умовах криз, соціальних трансформацій та невизначеності, розробляти практико-орієнтовані моделі психологічної підтримки й стійкості на основі доказових підходів.
Програмні результати навчання (ПРН)	ПРН3. Виокремлювати, систематизувати, розв'язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, формулювати і перевіряти гіпотези, визначати чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження. ПРН7. Розробляти та реалізовувати наукові та/або інноваційні проєкти у сфері психології, які дають можливість переосмислити наявне та створити нове цілісне знання та/або професійну практику і розв'язувати значущі наукові та прикладні проблеми психології з урахуванням соціальних, економічних, етичних і правових аспектів. ПРН12. Розробляти та впроваджувати міждисциплінарні та доказові моделі психологічної допомоги, психологічного супроводу й підтримки психічного здоров'я в умовах криз, соціальних трансформацій та високого рівня суспільної невизначеності.

Зміст навчальної дисципліни

№ теми	Назва теми	Лекції, год.	Практичні (семінарські), год.	Самост. робота, год.

№ теми	Назва теми	Лекції, год.	Практичні (семінарські), год.	Самост. робота, год.
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади кризового консультування				
Тема 1.	Психологічна криза та надзвичайна ситуація: поняття, види, динаміка переживання. Кризова інтервенція як особлива форма психологічної допомоги.	2	2	7
Тема 2.	Моделі та принципи кризового консультування: багатостанна модель кризової інтервенції (Roberts), фокус «тут і тепер», короткострокові підходи.	1	3	8
Тема 3.	Психологічна перша допомога (Psychological First Aid) та принципи психосоціальної підтримки в надзвичайних ситуаціях (IASC, ВООЗ): багаторівнева піраміда підтримки.	2	2	8
Тема 4.	Комунікація та консультативні навички в кризі: активне слухання, стабілізація, деескалація, оцінка ризику. Етика та межі компетентності консультанта.	1	3	7
Модульна контрольна робота 1				
Змістовий модуль 2. Практика кризового консультування в специфічних ситуаціях				
Тема 5.	Консультування при гострій стресовій реакції, травмі та втраті; переживання горя в умовах кризи.	1	3	7
Тема 6.	Оцінка та консультування при суїцидальному ризику й самоушкодженнях; телефонне та дистанційне кризове консультування.	1	3	8
Тема 7.	Консультування в умовах війни, вимушеної міграції та масових надзвичайних ситуацій; робота з групами та спільнотами.	1	2	8
Тема 8.	Професійна стійкість консультанта: вторинна травматизація, вигорання, супервізія, самодогляд. Дослідження ефективності кризового консультування: дослідницька позиція аспіранта.	1	2	7
Модульна контрольна робота 2				
	Разом:	**10**	**20**	**60**

Форма підсумкового контролю — залік.

Методи навчання: проблемна та оглядова лекція, лекція-дискусія; семінар-дискусія та науковий колоквіум; аналіз наукових джерел і клінічних настанов; кейс-метод і аналіз консультативних ситуацій; рольові ігри та відпрацювання навичок (симуляції); порівняльний аналіз моделей; проєктно-дослідницький метод; методи розвитку критичного та

дослідницького мислення; підготовка й публічний захист аналітичних оглядів. Робота з чутливим матеріалом здійснюється з дотриманням принципів психологічної безпеки.

Методи оцінювання: усний контроль (опитування, доповідь, участь у дискусії); письмовий контроль (аналітичний огляд, есе); тестовий контроль (модульні контрольні роботи); оцінювання відпрацювання навичок у симуляціях; презентація й захист індивідуального науково-дослідного завдання (аналітичного огляду); самоконтроль і взаємооцінювання.

Технічне обладнання та / або програмне забезпечення

Для якісного викладання та опанування курсу використовуються: навчальні аудиторії та тренінгові приміщення, обладнані мультимедійним проєктором і комп'ютерами; доступ до мережі Інтернет (у т. ч. безкоштовна мережа Wi-Fi); наукова бібліотека Академії та доступ до передплачених наукометричних баз (Scopus, Web of Science) і повнотекстових ресурсів. Використовується офіційний сайт МАУП (http://maup.com.ua), система дистанційного навчання Академії, платформи для відеокомунікації, а також доступ до міжнародних ресурсів із психосоціальної підтримки (ВООЗ, IASC, National Center for PTSD), міжнародних класифікацій (ICD-11) і програмного забезпечення для роботи з науковими джерелами й даними.

Форми і методи контролю

Контроль успішності здобувачів освіти поділяється на поточний і підсумковий (семестровий).

Поточний контроль здійснюється під час практичних (семінарських) занять і має на меті систематичну перевірку розуміння й засвоєння теоретичного матеріалу, а також сформованості консультативних навичок і вміння застосовувати знання під час виконання дослідницьких завдань. Формами поточного контролю є: усна доповідь та участь у науковій дискусії; аналіз наукових джерел і кейсів; відпрацювання навичок у рольових іграх / симуляціях; виконання завдань для самостійної роботи; виконання й захист індивідуального науково-дослідного завдання (аналітичного огляду).

Методи поточного контролю: усний контроль (опитування, бесіда, доповідь, повідомлення); письмовий контроль (аналітичний огляд, есе, письмовий виклад матеріалу); тестовий контроль; оцінювання відпрацювання навичок; презентація результатів самостійної роботи; спостереження; проблемні ситуації.

Підсумковий (семестровий) контроль проводиться у формі заліку. Залік виставляється за результатами накопичення рейтингових балів за поточну навчально-пізнавальну діяльність, дві модульні контрольні роботи та індивідуальне науково-дослідне завдання. Здобувач допускається до заліку за умови виконання всіх передбачених видів робіт. Дисципліна вважається зарахованою, якщо здобувач набрав не менше ніж 60 балів зі 100.

Система оцінювання та вимоги

Система оцінювання ґрунтується на принципах об'єктивності, прозорості, гнучкості та високої диференціації. Оцінювання результатів навчання здійснюється за модульно-рейтинговою системою із застосуванням 100-бальної шкали. Максимальна кількість балів, яку може накопичити здобувач за всі види навчальної роботи, становить 100.

Таблиця розподілу балів, які отримують здобувачі

Вид навчальної роботи	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	ІНДЗ	Разом

Вид навчальної роботи	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	ІНДЗ	Разом
Робота на практичних (семінарських) заняттях і самостійна робота	20	20	—	40
Модульна контрольна робота	20	20	—	40
Індивідуальне науково-дослідне завдання (аналітичний огляд)	—	—	20	20
Разом	**40**	**40**	**20**	**100**

Розділ передбачає поточну діяльність (до 80 балів: 40 — модульні контрольні роботи, 40 — робота на заняттях і самостійна робота) та індивідуальне науково-дослідне завдання (до 20 балів). Мінімальна сума балів, за якої дисципліна вважається зарахованою, становить 60.

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи. Модульна контрольна робота виконується у письмовій (тестовій) формі. Оцінювання: «відмінно» (A) — правильно виконано понад 90 % завдань; «дуже добре» (B) — 82–89 %; «добре» (C) — 75–81 %; «задовільно» (D) — 68–74 %; «достатньо» (E) — 60–67 %; «незадовільно» (FX) — менше 60 %. Відсутність роботи — 0 балів.

Критерії оцінювання індивідуального науково-дослідного завдання (аналітичного огляду). Оцінюються: обґрунтованість вибору теми та її зв'язок із дослідницькою проблемою аспіранта; повнота й актуальність опрацьованих джерел (у т. ч. міжнародних настанов та англомовних джерел, проіндексованих у Scopus / Web of Science); коректність аналізу моделей кризового консультування та їх доказовості; наявність критичного аналізу й власної наукової позиції; урахування етичних аспектів роботи з людьми в кризі; дотримання академічної доброчесності та правил оформлення; якість публічної презентації.

Заохочувальні (бонусні) бали. За участь у наукових конференціях, наукових семінарах, підготовку публікацій за тематикою дисципліни здобувачеві за рішенням кафедри можуть нараховуватися заохочувальні бали. Заохочувальні бали не включаються до основної таблиці розподілу балів; один захід є підставою для нарахування балів лише за один найбільш значущий освітній компонент.

Зведена шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою (для іспиту)	для заліку
90–100	**A**	відмінно	зараховано
82–89	**B**	дуже добре	зараховано
75–81	**C**	добре	зараховано
68–74	**D**	задовільно	зараховано
60–67	**E**	достатньо	зараховано
35–59	**FX**	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою (для іспиту)	для заліку
			складання
1–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Політика курсу

Політика щодо академічної доброчесності. Викладання дисципліни ґрунтується на засадах академічної доброчесності відповідно до Закону України «Про освіту» та нормативних документів Академії (https://maup.com.ua/ua/navchannya-u-maup/akademichna-dobrochesnist.html). Усі роботи (аналітичні огляди, есе, презентації, тези) мають бути оригінальними та авторськими, супроводжуватися коректними посиланнями на першоджерела. Порушеннями академічної доброчесності вважаються академічний плагіат, самоплагіат, фабрикація, фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ'єктивне оцінювання. За порушення передбачено академічну відповідальність згідно з нормативними документами Академії: повторне проходження оцінювання та / або повторне вивчення відповідного освітнього компонента.

Політика щодо відвідування та запізнень. Відвідування занять є обов'язковим. У разі пропуску здобувач самостійно опрацьовує матеріал і відпрацьовує пропущені заняття у визначений викладачем спосіб. Систематична активна робота на заняттях враховується під час підсумкового оцінювання.

Політика щодо роботи з чутливим матеріалом. З огляду на тематику дисципліни викладання здійснюється з дотриманням принципів психологічної безпеки, поваги до особистого досвіду здобувачів і добровільності саморозкриття. Відпрацювання навичок у симуляціях відбувається в безпечній атмосфері; заохочується турбота про власний психічний стан і звернення по підтримку за потреби.

Політика щодо дедлайнів і перескладання. Завдання виконуються у встановлені терміни. Роботи, подані з порушенням дедлайну без поважних причин, можуть оцінюватися зі зниженням балів. Перескладання незадовільних результатів здійснюється у порядку, визначеному нормативними документами Академії (https://drive.google.com/file/d/1WqTVIzoBYxjIu3q0UPXsjU4oF1726Cd1/view).

Політика щодо оскарження. Здобувач має право на вмотивоване оскарження результатів оцінювання у порядку, визначеному нормативними документами Академії, звернувшись до викладача, завідувача кафедри або гаранта освітньо-наукової програми (https://maup.com.ua/assets/files/yakist/studcentr/polozhennya-pro-sistemu-ocinyuvannya-rezultativ-navchannya-zdobuvachiv-vishhoi-osviti.pdf).

Політика використання цифрових інструментів та інструментів штучного інтелекту. Використання цифрових інструментів і генеративного штучного інтелекту допускається як допоміжний засіб пошуку й опрацювання інформації за умови прозорого декларування такого використання, критичної перевірки результатів і збереження авторства та відповідальності здобувача за поданий матеріал (https://drive.google.com/file/d/1r74_4CHxDx1bpAvw8X4AvaqLSGWbyaYd/view).

Політика сталого розвитку. Викладання дисципліни узгоджується із Цілями сталого розвитку ООН (Sustainable Development Goals) та принципами відповідальної науки

(https://sustainability.maup.com.ua/). Зміст курсу безпосередньо співвідноситься з Ціллю 3 «Міцне здоров'я та благополуччя» (психологічна допомога та підтримка психічного здоров'я в кризі), Ціллю 4 «Якісна освіта», Ціллю 10 «Зменшення нерівності» (доступність допомоги для вразливих груп) та Ціллю 16 «Мир, справедливість та сильні інститути» (психологічна допомога в умовах війни та надзвичайних ситуацій). Заохочується соціальна відповідальність фахівця, дотримання етики допомоги, культурна чутливість, інклюзивність і повага до різноманіття отримувачів допомоги.

Методичне забезпечення навчальної дисципліни

Навчально-методичне забезпечення дисципліни включає: силабус дисципліни; конспект (тексти) лекцій; методичні рекомендації до практичних (семінарських) занять; методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів; банк завдань для модульних контрольних робіт; перелік питань до заліку (додаток 1).

Рекомендовані джерела інформації

Основна література

1. World Health Organization. International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics (ICD-11). 11th Revision. Geneva : World Health Organization, 2022.
2. Everly G. S., Lating J. M. The Johns Hopkins Guide to Psychological First Aid. 2nd ed. Baltimore : Johns Hopkins University Press, 2022. 240 p.
3. Kanel K. A Guide to Crisis Intervention. 6th ed. Boston : Cengage Learning, 2019. 400 p.
4. Ford J. D., Courtois C. A. (eds.). Treating Complex Traumatic Stress Disorders in Adults: Scientific Foundations and Therapeutic Models. 2nd ed. New York : Guilford Press, 2020. 611 p.
5. Кокун О. М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
6. American Psychological Association. Publication Manual of the American Psychological Association. 7th ed. Washington, DC : APA, 2020. 428 p.

Додаткова література

1. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
2. Norcross J. C., Lambert M. J. (eds.). Psychotherapy Relationships That Work. Vol. 1: Evidence-Based Therapist Contributions. 3rd ed. New York : Oxford University Press, 2019. 464 p.
3. Ассонов Д., Хаустова О. Розвиток концепції резилієнсу в науковій літературі протягом останніх років. Психосоматична медицина та загальна практика. 2019. Т. 4, № 4.
4. Cuijpers P., Reijnders M., Huibers M. J. H. The Role of Common Factors in Psychotherapy Outcomes. Annual Review of Clinical Psychology. 2019. Vol. 15. P. 207–231.
5. Bonanno G. A. The Resilience Paradox. European Journal of Psychotraumatology. 2021. Vol. 12, No. 1. Article 1942642.
6. Creswell J. W., Creswell J. D. Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches. 6th ed. Thousand Oaks : SAGE Publications, 2023. 336 p.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Офіційний сайт МАУП. URL: http://maup.com.ua

2. World Health Organization (Mental Health). URL: https://www.who.int
3. Inter-Agency Standing Committee (IASC) — Mental Health and Psychosocial Support. URL: https://interagencystandingcommittee.org
4. National Center for PTSD (U.S. Department of Veterans Affairs) — Psychological First Aid. URL: https://www.ptsd.va.gov
5. International Society for Traumatic Stress Studies (ISTSS). URL: https://istss.org
6. Scopus. URL: https://www.scopus.com
7. Web of Science. URL: https://www.webofscience.com
8. APA PsycNet. URL: https://psycnet.apa.org
9. Google Scholar. URL: https://scholar.google.com

Рекомендовані джерела інформації оновлюються щороку.

Розробник (-и) силабусу: _____

(П.І.Б., науковий ступінь, вчене звання, посада на кафедрі, підпис)

Викладач: _____

(П.І.Б., науковий ступінь, вчене звання, посада на кафедрі, підпис)

Силабус розглянуто на засіданні кафедри психології.

Протокол від «____» _____ 2026 р. № ____

Додаток 1

ПрАТ «ВНЗ «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»

Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук

Кафедра психології

МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ В УМОВАХ КРИЗОВИХ І НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ»

Третій (освітньо-науковий) рівень вищої освіти. Спеціальність С4 Психологія. ОНП «Психологія». Вибіркова дисципліна, 3 кредити СКТС / 90 год, III семестр, підсумковий контроль — залік.

1. Методичні рекомендації до практичних (семінарських) занять

Практичні (семінарські) заняття (20 год.) спрямовані на поглиблення й систематизацію теоретичного матеріалу, розвиток критичного та дослідницького мислення, формування консультативних навичок роботи в кризі та вміння аналізувати доказові підходи до кризової допомоги. Провідними формами роботи є семінар-дискусія, колоквіум, аналіз кейсів, рольові ігри та симуляції, публічний захист аналітичних матеріалів. Робота з чутливим матеріалом і відпрацювання навичок здійснюються з дотриманням принципів психологічної безпеки.

Порядок підготовки до заняття: опрацювати конспект лекції та рекомендовані джерела; підготувати відповіді на питання для обговорення; виконати практичні завдання; за потреби підготувати коротке повідомлення / презентацію; сформулювати щонайменше одне дискусійне питання за темою.

Критерії оцінювання роботи на занятті: повнота й аргументованість відповіді; сформованість консультативних навичок у симуляціях; здатність до критичного аналізу та зіставлення підходів; коректність наукової термінології; активність в обговоренні; дотримання академічної доброчесності та етичної чутливості. Робота на практичних (семінарських) заняттях разом із самостійною роботою оцінюється в межах до 40 балів за семестр.

Семінар 1 (Тема 1, 2 год.). Криза та надзвичайна ситуація

Питання для обговорення:

1. Поняття психологічної кризи; види криз та їх динаміка.
2. Надзвичайна ситуація та її психологічні наслідки.
3. Кризова інтервенція та її відмінність від психотерапії.

Практичні завдання:

1. Скласти класифікацію криз із прикладами.
2. Проаналізувати кейс і визначити тип кризи та завдання допомоги.

Семінар 2 (Тема 2, 3 год.). Моделі кризового консультування

Питання для обговорення:

1. Багатостанна модель кризової інтервенції (Roberts).
2. Принципи короткострокового консультування та фокус «тут і тепер».
3. Етапи кризового консультування та їх завдання.

Практичні завдання:

1. Відпрацювати етапи моделі кризової інтервенції на навчальному кейсі (симуляція).
2. Скласти алгоритм кризової бесіди.

Семінар 3 (Тема 3, 2 год.). Психологічна перша допомога
Питання для обговорення:

1. Психологічна перша допомога (PFA): сутність і принципи; чого PFA не є.
2. Багаторівнева піраміда підтримки (IASC).
3. Принципи психосоціальної підтримки в надзвичайних ситуаціях (ВООЗ).

Практичні завдання:

1. Відпрацювати базові дії PFA у симуляції.
2. Співвіднести послуги допомоги з рівнями піраміди підтримки.

Семінар 4 (Тема 4, 3 год.). Консультативні навички та оцінка ризику
Питання для обговорення:

1. Активне слухання, емпатія та стабілізація в кризі.
2. Деескалація емоційного напруження.
3. Оцінка ризику: етика та межі компетентності консультанта.

Практичні завдання:

1. Відпрацювати навички активного слухання та стабілізації (рольова гра).
2. Скласти орієнтовну схему оцінки ризику й скерування.

Семінар 5 (Тема 5, 3 год.). Консультування при гострому стресі, травмі та втраті
Питання для обговорення:

1. Гостра стресова реакція: особливості консультування.
2. Консультування при травмі в умовах кризи.
3. Підтримка при втраті та переживанні горя в кризі.

Практичні завдання:

1. Відпрацювати підтримувальну бесіду при гострому стресі (симуляція).
2. Розробити орієнтири підтримки людини, яка переживає втрату.

Семінар 6 (Тема 6, 3 год.). Суїцидальний ризик і дистанційне консультування
Питання для обговорення:

1. Принципи оцінки суїцидального ризику та забезпечення безпеки.
2. Особливості консультування при суїцидальному ризику й самоушкодженнях.
3. Телефонне та дистанційне кризове консультування: можливості й межі.

Практичні завдання:

1. Відпрацювати навички підтримувальної розмови та скерування (симуляція).
2. Скласти чек-лист безпеки для роботи із суїцидальним ризиком.

Семінар 7 (Тема 7, 2 год.). Консультування в умовах війни та масових НС
Питання для обговорення:

1. Специфіка допомоги в умовах війни та вимушеної міграції.
2. Робота з групами та спільнотами в кризі.
3. Культурна чутливість і врахування контексту.

Практичні завдання:

1. Розробити ескіз групової підтримувальної інтервенції для визначеної групи.
2. Проаналізувати кейс допомоги в масовій надзвичайній ситуації.

Семінар 8 (Тема 8, 2 год.). Професійна стійкість і дослідження ефективності
Питання для обговорення:

1. Вторинна травматизація та вигорання консультанта.
2. Супервізія та самодогляд як засоби професійної стійкості.
3. Дослідження ефективності кризового консультування: підходи й етика.

Практичні завдання:

1. Презентувати та захистити аналітичний огляд обраної проблеми (ІНДЗ).
2. Провести взаємне рецензування оглядів за встановленими критеріями.

2. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів

Самостійна робота (60 год.) є провідною формою навчальної діяльності аспіранта й забезпечує поглиблене опанування дисципліни та формування дослідницьких і практичних умінь. Основними видами самостійної роботи є: опрацювання лекційного матеріалу й рекомендованих джерел (у т. ч. міжнародних настанов та англомовних джерел, проіндексованих у Scopus / Web of Science); критичний аналіз наукових статей і кейсів; підготовка до симуляцій; написання есе та аналітичних оглядів; виконання індивідуального науково-дослідного завдання (ІНДЗ); підготовка до модульних контрольних робіт і заліку.

Розподіл самостійної роботи за темами

Тема	Зміст самостійної роботи	Год.	Форма контролю
Тема 1	Опрацювання поняття кризи та надзвичайної ситуації; класифікація криз.	7	Схема, опитування
Тема 2	Опрацювання моделі кризової інтервенції (Roberts); алгоритм кризової бесіди.	8	Алгоритм
Тема 3	Опрацювання принципів PFA та піраміди підтримки (IASC).	8	Аналітичне завдання
Тема 4	Опрацювання консультативних навичок; схема оцінки ризику та скерування.	7	Схема
Тема 5	Орієнтири підтримки при гострому стресі, травмі та втраті.	7	Повідомлення
Тема 6	Чек-лист безпеки для роботи із суїцидальним ризиком; особливості дистанційної допомоги.	8	Чек-лист
Тема 7	Ескіз групової підтримувальної інтервенції; аналіз кейсу масової НС.	8	Проєкт
Тема 8	Підготовка й оформлення аналітичного огляду (ІНДЗ); чек-лист самодогляду та етики.	7	Захист ІНДЗ
Разом		**60**	

Індивідуальне науково-дослідне завдання (аналітичний огляд)

ІНДЗ — аналітичний огляд наукової літератури з психологічного консультування в кризових і надзвичайних ситуаціях за обраною здобувачем проблемою, дотичною до його дисертаційного дослідження (орієнтовний обсяг 12–15 сторінок; 15–20 джерел, з них не менше 5 англомовних та проіндексованих у Scopus / Web of Science, у т. ч. міжнародні настанови). Мета — сформувати вміння критично аналізувати моделі та доказовість кризової допомоги й обґрунтовувати власну дослідницьку позицію.

Рекомендована структура: вступ (проблема, мета, завдання огляду); основна частина (аналіз моделей і підходів; критичне зіставлення доказових даних; урахування етичних і контекстуальних аспектів); висновки (авторська позиція та перспективи дослідження); список використаних джерел за чинними вимогами.

Критерії оцінювання (до 20 балів): обґрунтованість теми та зв'язок із дослідницькою проблемою; повнота й актуальність джерел; коректність аналізу моделей та

доказовості; наявність критичного аналізу й власної позиції; урахування етичних аспектів; дотримання академічної доброчесності та правил оформлення; якість публічної презентації.

3. Банк завдань для модульних контрольних робіт

Модульна контрольна робота виконується у письмовій (тестовій) формі й охоплює матеріал відповідного змістового модуля. Кожен варіант формується з тестових завдань закритої форми, завдань на відповідність та відкритих (проблемних) завдань. Оцінювання здійснюється за критеріями, наведеними в силабусі (до 20 балів за кожну МКР).

Модульна контрольна робота 1 (змістовий модуль 1, теми 1–4)

Частина А. Тестові завдання закритої форми (оберіть одну правильну відповідь).

1. Психологічна криза — це: а) хронічний розлад; б) тимчасовий стан порушення рівноваги, коли звичні способи подолання не спрацьовують; в) риса особистості; г) стадія розвитку.

2. Кризова інтервенція насамперед спрямована на: а) глибинну реконструкцію особистості; б) стабілізацію стану, мобілізацію ресурсів і відновлення функціонування «тут і тепер»; в) діагностику розладів; г) тривалу терапію.

3. Надзвичайна ситуація характеризується: а) буденністю; б) раптовістю, масштабністю та загрозою життю / добробуту багатьох людей; в) відсутністю стресу; г) суто індивідуальним характером.

4. Модель кризової інтервенції Робертса (Roberts) є: а) багатостанною моделлю допомоги в кризі; б) методом статистики; в) класифікацією розладів; г) психологічним тестом.

5. Психологічна перша допомога (PFA) — це: а) психотерапія; б) гуманна підтримка людини, яка щойно пережила кризову подію, спрямована на безпеку, стабілізацію та зв'язок із ресурсами; в) медикаментозне лікування; г) діагностика.

6. Психологічна перша допомога НЕ передбачає: а) забезпечення відчуття безпеки; б) примусового переживання деталей події; в) практичної допомоги; г) зв'язку з підтримкою.

7. Багаторівнева піраміда підтримки (IASC) вибудовує послуги від: а) спеціалізованих до базових; б) базових / загальних послуг до спеціалізованої допомоги; в) лише медичних; г) лише індивідуальних.

8. Активне слухання в кризовому консультуванні передбачає: а) поради з перших хвилин; б) уважне, емпатійне слухання з відображенням почуттів і змісту; в) оцінювання клієнта; г) мовчання без контакту.

9. Деескалація спрямована на: а) підсилення збудження; б) зниження емоційного напруження та відновлення контролю; в) конфронтацію; г) діагностику.

10. Оцінка ризику в кризовому консультуванні передусім стосується: а) фінансів; б) безпеки клієнта та інших осіб; в) обсягу вибірки; г) реклами.

11. Межі компетентності консультанта означають: а) готовність робити все; б) усвідомлення власних меж і своєчасне скерування до відповідних фахівців / служб; в) відмову від допомоги; г) ігнорування етики.

12. Короткостроковість є характерною рисою: а) психоаналізу; б) кризового консультування; в) лонгітюдного дослідження; г) психодіагностики.

Частина Б. Завдання на відповідність.

1. Установіть відповідність між поняттям (криза, надзвичайна ситуація, кризова інтервенція, PFA) та його визначенням.

2. Установіть відповідність між рівнем піраміди підтримки (IASC) та відповідними послугами.

Частина В. Відкриті (проблемні) завдання.

1. Розкрийте поняття психологічної кризи та надзвичайної ситуації.
2. Схарактеризуйте кризову інтервенцію та її відмінність від психотерапії.
3. Опишіть етапи моделі кризової інтервенції (Roberts).
4. Схарактеризуйте психологічну першу допомогу та її принципи.
5. Обґрунтуйте роль консультативних навичок і оцінки ризику в кризі.

Модульна контрольна робота 2 (змістовий модуль 2, теми 5–8)

Частина А. Тестові завдання закритої форми (оберіть одну правильну відповідь).

1. Гостра стресова реакція виникає: а) через роки після події; б) невдовзі після впливу надзвичайного стресора й зазвичай минає протягом днів; в) без стресора; г) лише у дітей.

2. У консультуванні при втраті в кризі важливо: а) знецінювати почуття; б) визнавати реальність втрати та підтримувати переживання горя; в) уникати теми; г) давати готові рішення.

3. Оцінка суїцидального ризику передбачає з'ясування: а) лише віку; б) наявності думок, намірів, плану, доступу до засобів і захисних чинників; в) лише діагнозу; г) фінансів.

4. У роботі із суїцидальним ризиком доцільно: а) уникати прямих запитань; б) прямо й тактовно запитувати про суїцидальні думки та забезпечувати безпеку; в) залишати людину саму; г) ігнорувати ризик.

5. Телефонне / дистанційне кризове консультування має перевагу: а) відсутності етичних питань; б) доступності та анонімності для людини в кризі; в) заміни всіх послуг; г) відсутності потреби в навичках.

6. Одноразовий обов'язковий психологічний дебрифінг критичних інцидентів для всіх постраждалих: а) рекомендований як універсальний засіб; б) не рекомендований як універсальний засіб через відсутність доведеної користі та можливу шкоду; в) замінює PFA; г) є психотерапією.

7. У роботі в умовах війни та вимушеної міграції особливу увагу приділяють: а) ігноруванню контексту; б) безпеці, культурній чутливості та тривалому характеру стресу; в) виключно медикаментам; г) відмові від допомоги.

8. Робота з групами та спільнотами в кризі спрямована на: а) ізоляцію; б) відновлення зв'язків, взаємопідтримки та колективних ресурсів; в) діагностику; г) конкуренцію.

9. Вторинна травматизація консультанта — це: а) травма клієнта; б) наслідки емпатійної взаємодії з постраждалими для самого фахівця; в) статистичний артефакт; г) стадія кризи.

10. Професійне вигорання характеризується: а) підвищенням мотивації; б) виснаженням, цинізмом і зниженням відчуття ефективності; в) відсутністю стресу; г) покращенням результатів.

11. Супервізія для кризового консультанта потрібна для: а) контролю фінансів; б) професійної підтримки, рефлексії та забезпечення якості й етичності допомоги; в) заміни консультування; г) реклами.

12. Самодогляд консультанта є: а) необов'язковим; б) професійною відповідальністю та засобом профілактики вигорання й вторинної травматизації; в) ознакою слабкості; г) відмовою від роботи.

Частина Б. Завдання на відповідність.

1. Установіть відповідність між ситуацією (гострий стрес, втрата, суїцидальний ризик) та пріоритетом консультування.

2. Установіть відповідність між поняттям (вторинна травматизація, вигорання, супервізія, самодогляд) та його змістом.

Частина В. Відкриті (проблемні) завдання.

1. Схарактеризуйте консультування при гострій стресовій реакції та втраті в кризі.

2. Розкрийте принципи оцінки та консультування при суїцидальному ризику.

3. Обґрунтуйте особливості дистанційного кризового консультування.

4. Проаналізуйте специфіку допомоги в умовах війни та вимушеної міграції.

5. Обґрунтуйте значення професійної стійкості, супервізії та самодогляду консультанта.

4. Перелік питань до заліку

Залік виставляється за результатами накопичення рейтингових балів упродовж семестру. Наведений перелік питань слугує орієнтиром для систематизації та самоперевірки знань і може використовуватися під час співбесіди за потреби уточнення підсумкової оцінки.

1. Психологічна криза: поняття, ознаки, види.
2. Динаміка переживання психологічної кризи.
3. Надзвичайна ситуація: поняття та психологічні наслідки.
4. Кризова інтервенція як форма психологічної допомоги.
5. Відмінності кризового консультування від психотерапії.
6. Багатоетапна модель кризової інтервенції (Roberts).
7. Принципи короткострокового кризового консультування.
8. Психологічна перша допомога (PFA): сутність і принципи.
9. Багаторівнева піраміда психосоціальної підтримки (IASC).
10. Консультативні навички в кризі: активне слухання та емпатія.
11. Стабілізація та деескалація в кризовому консультуванні.
12. Оцінка ризику в кризовому консультуванні.
13. Етика та межі компетентності консультанта в кризі.
14. Консультування при гострій стресовій реакції.
15. Консультування при травмі в умовах кризи.
16. Консультування при втраті та горі в кризі.
17. Принципи оцінки суїцидального ризику.
18. Консультування при суїцидальному ризику та самоушкодженнях.
19. Телефонне та дистанційне кризове консультування.
20. Психологічний дебрифінг: сучасні погляди та застереження.
21. Консультування в умовах війни.
22. Психологічна допомога вимушеним мігрантам і біженцям.
23. Робота з групами та спільнотами в кризі.
24. Психологічна допомога в умовах масових надзвичайних ситуацій.
25. Вразливі групи в кризових і надзвичайних ситуаціях.
26. Культурна чутливість у кризовому консультуванні.
27. Вторинна та вікарна травматизація консультанта.

28. Професійне вигорання фахівця.
29. Супервізія в кризовому консультуванні.
30. Самодогляд і професійна стійкість консультанта.
31. Доказовість у кризовому консультуванні.
32. Дослідження ефективності кризової допомоги.
33. Етичні аспекти дослідження в умовах криз.
34. Міжнародні стандарти психосоціальної підтримки в надзвичайних ситуаціях.
35. Актуальні напрями досліджень кризового консультування.