

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
«ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ» ІМЕНІ Т.Г. ШЕВЧЕНКА

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

Кафедра екологічної психології  
та соціології



# САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ

навчально-методичний посібник  
для студентів третього курсу  
спеціальності «Психологія»

Чернігів – 2018

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
«ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ» ІМЕНІ Т.Г. ШЕВЧЕНКА

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

Кафедра екологічної психології  
та соціології

# **САМОСТІЙНА РОБОТА студентів**

навчально-методичний посібник  
для студентів III-го курсу  
спеціальності "Психологія"

Чернігів – 2018

УДК 378. 147. 091. 322 : 159.9 (075.8)

С 17

Рекомендовано до друку вченою радою  
психолого-педагогічного факультету  
(протокол № 3 від 30 жовтня 2018 р.)

### Рецензенти:

**Борець Ю. В.** кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, майор внутрішньої служби Академії Державної пенітенціарної служби

**Ляховець Л.О.** кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної, вікової та соціальної психології Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

**Науковий редактор:** Шлімакова І.І.

**Самостійна робота студентів :** навчально-методичний посібник для студентів 3-го курсу спеціальності "Психологія" / Буковська О.О., Шлімакова І.І., Гірченко О.Л., Дяченко В.А., Мунасіпова-Мотяш І.А. / за ред. І.І. Шлімакової. – Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2018. – 75с.

УДК 378. 147. 091. 322 : 159.9 (075.8)

У навчально-методичному посібнику представлені методичні засади системи самостійної роботи студентів та подані методичні вказівки до її виконання з навчальних дисциплін, викладання яких забезпечує колектив кафедри екологічної психології та соціології, зокрема: «Патопсихологія», «Основи психологічної практики», «Практикум по психології здоров'я», «Еколого-психологічний тренінг», «Психологія екстремальних ситуацій», «Аксіологія екологічної свідомості».

Посібник підготовлений відповідно до вимог Державного освітнього стандарту вищої освіти, з урахуванням сучасних досягнень психологічної науки та практики.

Навчально-методичне видання призначене для студентів 3-го курсу, які навчаються за спеціальністю «Психологія», а також для всіх, кого цікавлять питання психологічної теорії і практики.



## **ЗМІСТ ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ**

**ЗВО** – заклад вищої освіти

**Д/В** – денне відділення

**МКР** – модульна контрольна робота

**ІТЗ** – індивідуальні творчі завдання

**З/В** – заочне відділення

**ЗТК** – заліковий тестувальний комплекс

**КЗ** – контрольні завдання

**СРС** – самостійна робота студентів

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....</b>	<b>4</b>
<b>ПЕРЕДМОВА .....</b>	<b>6</b>
<b>МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СИСТЕМИ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ</b>	
Характеристики самостійної роботи .....	7
Розподіл самостійної роботи і зміст завдань .....	9
Організація самостійної роботи.....	9
Контроль за виконанням самостійної роботи .....	11
<b>МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН</b>	
Патопсихологія .....	12
Практикум з психології здоров'я.....	27
Психологія екстремальних ситуацій.....	37
Основи психологічної практики .....	49
Аксіологія екологічної свідомості.....	58
Еколого-психологічний тренінг .....	68
<b>ДОДАТКИ .....</b>	<b>72</b>

## ПЕРЕДМОВА

В сучасних умовах самостійність стає професійно необхідною якістю особистості. Спеціаліст-психолог повинен оперативно приймати нешаблонні рішення, діяти самостійно, творчо. Саме там, де здійснюється самостійний пошук принципів, способів дій, починається творчість, що є вищим ступенем розвитку самостійної особистості. У закладі вищої освіти підготовка майбутніх спеціалістів має орієнтуватися на формування у студентів цієї якості, а не лише на репродуктивну виконавську діяльність.

Самостійна особистість не тільки вирішує поставлені завдання, а й ставить перед собою цілі щодо власного почину, тобто володіє ініціативністю і має потребу приймати та здійснювати власні рішення. Після прийняття рішення самостійна особистість готова нести відповідальність за його практичне втілення, за свої дії, в основі яких лежить впевненість у їх правильності та своєчасності. Водночас самостійна людина здатна визнавати свої помилки, якщо дійсність свідчить, що не всі обставини було нею враховано під час прийняття. Отже, самостійність – це інтегративна якість особистості, що полягає у здатності та потребі приймати й реалізовувати рішення з власної ініціативи і нести за них відповідальність.

Вищий, творчий рівень розвитку самостійності полягає в потребі постійно ставити перед собою нові цілі та завдання, спрямовані на вихід за межі заданого, на пошук і відкриття нових закономірностей та способів розв'язання.

Виховання у студентів навичок самостійної роботи з навчальним матеріалом, науковою і навчально-методичною літературою належить до першочергових завдань вищої школи.

**Самостійна робота студентів** – це спланована пізнавальна, організаційно і методично направлена діяльність, яка здійснюється без прямої допомоги викладача, на досягнення результату. Як форма організації індивідуального вивчення студентами навчального матеріалу поза аудиторний час, вона є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних дисциплін.

Викладач не обмежується вибором завдань для самостійної роботи. Зміст СРС та її наповнення визначаються робочою навчальною програмою, підручниками, методичними посібниками та додатковою літературою. Головна форма навчання – практична. Завдань з різних навчальних дисциплін можуть бути різними. Обсяг завдань визначається викладачем.

Самостійні завдання можуть виконуватись у робочому зошиті, щоденнику, картках, альбомних листках. Кращі роботи як зразки залишаються на кафедрі та експонуються на виставці студентських робіт.

# МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СИСТЕМИ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

## ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

**Метою** самостійної роботи студента (СРС) є забезпечення засвоєння у повному обсязі навчальної програми шляхом свідомого закріплення, поглиблення і систематизації набутих теоретичних знань, а також опанування навичок роботи з навчальною та науково-методичною літературою, вміння вільно орієнтуватися в інформаційному просторі.

Самостійна робота **сприяє:** поглибленню й розширенню знань; формуванню інтересу до пізнавальної діяльності; оволодінню прийомами процесу пізнання; розвитку пізнавальних здібностей.

Основними **функціями** самостійної роботи студентів є: пізнавальна, самостійна, прогностична, коригуюча та виховна.

У ході самостійної роботи, що планується з кожної навчальної дисципліни, студент може:

- освоїти теоретичний матеріал з дисципліни, що вивчається;
- закріпити знання теоретичного матеріалу, використовуючи необхідний інструментарій практичним шляхом;
- застосувати отримані знання і практичні навички для аналізу ситуації і вироблення правильного рішення;
- застосувати отримані знання і уміння для формування власної позиції, теорії, моделі .

### **Види СРС**

- переробка інформації, отриманої безпосередньо на обов'язкових навчальних заняттях;
- освоєння лекційного курсу, а також освоєння окремих тем, окремих питань тем, окремих положень і т.д.;
- робота з відповідними підручниками та особистим конспектом лекцій;
- самостійне вивчення окремих тем або питань із розробкою конспекту;
- робота з відповідною літературою;
- підготовка до групової дискусії;
- підготовлена робота в рамках ділової гри, «кейс стаді» (метод ситуацій);
- письмовий аналіз конкретної ситуації, розробка проектів;
- творчі завдання;
- виконання підготовчої роботи до лабораторних та практичних занять;
- підготовка письмових відповідей на проблемні питання;



- виготовлення наочності;
- складання картотеки літератури за змістом фахової діяльності;
- підбір власної бібліотеки з основних напрямів фахової діяльності;
- виступ з повідомленнями на семінарських заняттях;
- виконання письмових контрольних, лабораторних робіт;
- кодування інформації (складання схем, таблиць);
- підготовка реферату з елементами наукового дослідження та його презентація;
- систематизація вивченого матеріалу перед заліком.

Перераховані види самостійної роботи відповідають наявним чотирьом рівням навчання (рис. 1):



Рис. 1. Піраміда навчання

1 Навчання як отримання знань, коли студент «знає про».

2 Формування в процесі навчання розуміння студентом предмету вивчення. Студент «знає як», тобто може зіставити різні ідеї, має уявлення про тенденції розвитку, взаємозв'язок ідей, може співвіднести ці ідеї зі своїми власними уявленнями.

3 Уміння застосувати вивчені ідеї, при необхідності їх моделювати відповідно до власного контексту і знаходити найбільш доречні рішення. Студент «уміє застосувати своє знання як».

4 Навчання як розвиток особистості – найбільш софістичний рівень навчання, при якому той, хто навчається, усвідомлює себе частиною світу, що вивчається ним, у якому він збирається діяти. У цьому випадку передбачається, що той, хто навчається, змінюватиме свій контекст, вироблятиме власні моделі.

*Залежно від предмету вивчення самостійна робота може включати всі вищезазначені типи СРС або їх частини в найрізноманітніших співвідношеннях.*

## РОЗПОДІЛ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ І ЗМІСТ ЗАВДАНЬ

Студент, що приступає до вивчення навчальної дисципліни, отримує інформацію про всі види самостійної роботи по курсу. Об'єм і види самостійної роботи встановлюються навчальним планом, а також робочими програмами дисциплін (у відповідності з вимогами нормативних документів до робочих програм дисциплін).

Перед виконанням самостійної роботи *уважно прочитайте інструкцію*, в ній чітко даються методичні вказівки щодо видів та змісту завдань до конкретної дисципліни. Зверніть увагу, що до кожної навчальної дисципліни подано окрему інструкцію.

Завданнями СРС можуть бути засвоєння певних знань, умінь, навичок, закріплення та систематизація набутих знань, їхнє застосування за вирішення практичних завдань та виконання творчих робіт, виявлення прогалин у системі знань із предмета.

Самостійна робота для студентів може містити індивідуальні творчі завдання, які передбачають поглиблене вивчення і ширше розуміння тематичного матеріалу.

*Індивідуальна творча робота* – це засіб оволодіння студентом навчальним матеріалом, який передбачає створення умов для повної реалізації творчих можливостей студента, застосування його набутих знань на практиці.

Вимоги до термінів подачі матеріалів виконаних індивідуальних завдань є ідентичними до вимог подачі матеріалів самостійної роботи.

Успішне виконання завдань самостійної роботи можливе за таких умов:

якщо ця робота чітко організована ;

якщо вона є системною, а не епізодичним явищем;

якщо упродовж її виконання є постійна взаємодія з викладачем.

## ОРГАНІЗАЦІЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Самостійна робота студентів потребує чіткої організації, планування, системи й певного керування (обсяг завдань, типи завдань, методичні рекомендації щодо їхнього виконання, аналіз передбачуваних труднощів, облік, перевірка та оцінювання виконаних робіт), що сприяє підвищенню якості навчального процесу. Успіх цієї роботи багато в чому залежить від бажання, прагнення, інтересу до роботи, потреби в діяльності, тобто від наявності позитивних мотивів. Велике значення під час самостійної роботи студента

мають його спрямованість, психологічна готовність, а також певний рівень бази знань, на який будуть нашаровуватися нові знання.

Процес організації самостійної роботи студентів включає такі **етапи**:

- підготовчий (визначення мети, складання програми, підготовка методичного забезпечення, устаткування);
- основний (реалізація програми, використання прийомів пошуку інформації, засвоєння, переробки, застосування, передачі знань, фіксація результатів, самоорганізація процесу роботи);
- завершальний (оцінка значущості і аналіз результатів, їх систематизація, оцінка ефективності програми і прийомів роботи, висновки про напрями оптимізації праці).

Організацію самостійної роботи студентів забезпечує кафедра екологічної психології та соціології, викладачі.

**Кафедра** для забезпечення навчального процесу виконує такі роботи:

- розподіляє матеріал робочої програми дисципліни за модулями;
- розробляє завдання для внутрішньомодульних самостійних робіт, контрольних заходів і встановлює для кожного завдання бальну оцінку;
- протягом першого тижня триместру інформує студентів і деканат про зміст, тематику і кількість балів за всіма видами робіт і занять, що проводяться в даному семестрі, а також про встановлені терміни звіту за кожним модулем;
- забезпечує контроль організації і якості виконання самостійної роботи студентів;
- визначає бюджет часу студентів (способом визначення бюджету часу студентів є самофотографія, хронометраж часу студентських робіт);
- забезпечує студентів необхідними методичними матеріалами;
- забезпечує студентів переліком інформаційних ресурсів, що підлягають самостійному вивченню;
- забезпечує проведення консультацій;
- інформує студентів про результати рубіжного контролю;
- аналізує ефективність самостійної роботи студентів, вносить корективи з метою активізації і вдосконалення самостійної роботи студентів;
- здійснює моніторинг розвитку навиків самостійної роботи студентів і розробляє рекомендації з їх вдосконалення.

**Викладач:**

- *знайомить студентів:*

- із системою форм і методів навчання у ЗВО, науковою організацією праці, методикою самостійної роботи, критеріями оцінки якості виконуваної самостійної роботи;
- із метою, засобами, трудомісткістю, термінами виконання, формами контролю самостійної роботи студентів;

- *формує:*

- уміння пошуку оптимальних варіантів відповідей, розрахунків, рішень;
- навички наукового дослідження;
- розвиває навички роботи з підручником, класичними першоджерелами і сучасною науковою літературою;
- проводить групові і індивідуальні консультації щодо методики самостійної роботи;
- здійснює систематичний контроль виконання студентами графіка самостійної роботи;
- проводить аналіз і дає оцінку роботи.

***Студент:***

- здійснює щоденні заняття самостійною роботою;
- складає графік самостійної роботи з урахуванням розкладу аудиторних занять;
- з метою швидкого пошуку необхідної літератури оволодіває навичками користування каталогами та картотеками бібліотеки.

## **КОНТРОЛЬ ЗА ВИКОНАННЯМ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

Контроль знань і виконання СРС проводиться відповідно до встановлених вимог.

Застосовуються такі *форми контролю* СРС:

- проведення екзамену;
- проведення заліку;
- тестування;
- колоквіум;
- проведення модульних контрольних робіт;
- проведення підсумкових контрольних робіт;
- письмові опити (або диктанти) з теорії;
- перевірка домашніх завдань;
- прослуховування доповіді з самостійно вивчених тем;
- захист реферату;
- захист комплексу лабораторних робіт;
- захист курсових проектів і курсових робіт.

Можливим є застосування й інших форм контролю СРС.



- напрямки психокорекційної роботи при них;

**уміти:**

- проводити патопсихологічне діагностичне дослідження психічних порушень;
- визначати напрямки психокорекційної роботи при різних типах порушень та види психологічної допомоги при них.

## **Тематичний план курсу**

### ***Змістовий модуль 1. Вступ до патопсихології***

**Тема 1. Патопсихологія як галузь психологічної науки.** Місце патопсихології в системі психологічних наук. Співвідношення понять „патопсихологія“, „медична психологія“, „клінічна психологія“, „психопатологія“. Зв'язок патопсихології з нейропсихологією і соматопсихологією. Визначення, об'єкт і предмет патопсихології як науки. Завдання і зміст роботи патопсихолога в медичному закладі.

Побудова й порядок проведення експериментально-психологічного дослідження. Принципи побудови патопсихологічного дослідження. Методи патопсихологічного дослідження (експеримент, бесіда, спостереження, психодіагностичні методики, побудовані за типом функціональних проб). Етапи патопсихологічного дослідження. Підготовка і складання патопсихологічного заключення. Деонтологічний аспект діяльності патопсихолога.

**Тема 2. Підходи до розуміння психічної норми і патології, психічного здоров'я і хвороби.** Поняття про психічну норму і патологію, про психічне і психологічне здоров'я. Основні парадигми співвідношення психічного здоров'я і хвороби. Методологічні підходи у визначенні психічної норми і патології. Види критеріїв психічної норми і патології. Сучасні критерії загального і психічного здоров'я. Особистісне здоров'я і екзистенціальна патологія.

**Тема 3. Психіатрична семіотика і семіологія. Психопатологічні симптоми і синдроми. Типи психічних захворювань.** Патопсихологічні симптоми та синдроми. Класифікація патопсихологічних синдромів, запропонована В. Блейхером, та їх співвіднесення з клініко-нозологічними формами психічних розладів.

Основні положення методології діагностичного процесу. Принципи діагностики. Етапи діагностики. Методи діагностики і діагностичні категорії. Обстеження і клінічний аналіз. Нозологічний діагноз. Класи, види, типи і етапи психічних захворювань. Психотичний і непсихотичний рівень психічних розладів.

### ***Змістовий модуль 2. Патопсихологічне дослідження психіки***

**Тема 4. Патопсихологічне дослідження розладів психічних процесів.** Розлади відчуття, сприйняття та уявлень: гіпо- і гіперпатія, гіпер- і гіпостезія, сенестопатія, галюцинації, ілюзії: афективні, вербальні та парейдолічні.

Порушення сенсорного синтезу: дереалізація і деперсоналізація.

Розлади пам'яті: гіпо- і гіпермнезія, амнезія, парамнезія, Корсаківський синдром, прогресуюча амнезія.

Розлади мислення: прискорення, уповільнення, шперрунг, докладність, персеверації, резонерство, символізм, патологічні ідеї (нав'язливі, надцінні, маревні), види марення (маячні). Види патології мислення за Зейгарнік Б.В.

Розлади інтелекту: недорозвиток інтелекту, олігофренія, ідіотія, імбецильність, дебільність, частковий недорозвиток інтелекту, деменції, ЗПР.

Розлади емоцій та почуттів: ейфорія, дисфорія, амбівалентність, депресія, екстаз, емоційна лабільність, емоційна тупість, афект, патологічний афект.

Порушення волі: гіпо-, гіпербулія, пар абулія, розлади потягів, перекручення потягів, імпульсивні потяги і дії, розлади психомоторики.

Форми порушення свідомості: оглушення, делірій, онейроїд, сутінковий стан свідомості, аменція, сопор, кома. Псевдодеменція, деперсоналізація.

**Тема 5. Патопсихологічне дослідження особистісних розладів.**  
Визначення поняття „особистісний розлад”. Класифікація особистісних розладів за DSM-IV-R та МКБ-10. Кластери особистісних розладів.

Шизоїдний особистісний розлад. Клінічні ознаки шизоїдного розладу, особливості когнітивної, афективної сфер, образу „Я” при даному розладі. Причини та умови виникнення шизоїдного розладу особистості.

Шизотиповий особистісний розлад. Клінічні ознаки, причини та умови виникнення шизотипового розладу особистості.

Параноїдний особистісний розлад. Клінічні ознаки параноїдного розладу, особливості когнітивної, афективної сфер, образу „Я” при параноїдному розладі. Причини та умови виникнення параноїдного розладу особистості.

Антисоціальний особистісний розлад. Клінічні ознаки антисоціального розладу, особливості поведінки, когнітивної, афективної сфер, образу „Я” при антисоціальному розладі. Причини та умови виникнення антисоціального розладу особистості.

Межовий особистісний розлад. Клінічні ознаки межового розладу, особливості поведінки, когнітивної, афективної сфер, образу „Я” при межовому розладі. Причини та умови виникнення межового розладу особистості.

Істероїдний особистісний розлад. Клінічні ознаки істероїдного розладу, особливості когнітивної, афективної сфер, образу „Я” при істероїдному розладі. Причини та умови виникнення істероїдного розладу особистості.

Нарцисичний особистісний розлад. Клінічні ознаки нарцисичного розладу, особливості когнітивної, афективної сфер, образу „Я” при нарцисичному розладі. Причини та умови виникнення нарцисичного розладу особистості.

Обсесивно-компульсивний особистісний розлад. Клінічні ознаки ананкастного розладу, особливості когнітивної, афективної сфер, образу „Я”

при обсессивно-компульсивному розладі. Причини та умови виникнення обсессивно-компульсивного розладу особистості.

Тривожний (уникаючий) особистісний розлад. Клінічні ознаки, причини та умови виникнення тривожного розладу.

Залежний особистісний розлад. Клінічні ознаки, причини та умови виникнення залежного розладу.

### ***Змістовий модуль 3. Психічні хвороби: патопсихологічний аспект***

**Тема 6. Шизофренія.** Психопатологічна симптоматика шизофренії (позитивні симптоми: галюцинації, марення; негативні симптоми: емоційне сплющення, збіднення мовлення, абулія; симптоми дезорганізації: порушення мислення, розірваність мовлення). Етіологія (причини та умови виникнення) та епідеміологія (масштаби розповсюдження) даного захворювання. Зміни в психічній діяльності, характерні для шизофренії (зміни в сприйнятті, нездатність інтерпретувати зовнішні подразники і реагувати на них, зміни внутрішнього „Я” і схеми тіла; зміни в емоціях, рухах, поведінці). Патопсихологічна діагностика шизофренії. Психологічна допомога хворому на шизофренію, напрямки профілактичної роботи.

**Тема 7. Депресія.** Психопатологічна симптоматика депресії. Види депресій (ендогенна і реактивна; первинна і вторинна; психотична, невротична, соматизована; біполярна, монополярна, сезонна). Вегетативні та психологічні зміни, властиві депресії. Патопсихологічна діагностика проявів депресії. Лікування та психотерапія депресії.

**Тема 8. Органічні порушення психіки.** Поняття порушеного психічного розвитку. Мінімальна мозкова дисфункція: визначення та етіологія. Синдром дефіциту уваги і гіперактивність. Порушення взаємодії між півкулями головного мозку, їх патопсихологічна діагностика. Розлади мовлення (алалія, дислексія, дисграфія, дискалькулія).

Епілепсія. Визначення понять „генуїнна епілепсія”, епілептичний синдром, епілептична реакція. Великі та малі епілептичні напади, безсудомні епілептичні параксизми при епілепсії. Психологічні зміни, які виникають внаслідок протікання хвороби. Патопсихологічна діагностика епілепсії.

Ранній дитячий аутизм. Клінічні ознаки, етіологія даного порушення

**Тема 9. Олігофренія.** Структура дефекту при олігофренії. Основні типи недоумства. Класифікація розумової відсталості.

Форми олігофренії: генетичні форми розумової відсталості (хромосомні форми); моногенні, синдроми розумової відсталості з неуточненим типом спадковості; екзогенні форми розумової відсталості.

### ***Змістовий модуль 4. Вікова патопсихологія та психологічна допомога***

**Тема 10. Порушення психічного розвитку у дітей та психологічна допомога.** Особливості патопсихологічного обстеження дітей і підлітків. Збір анамнезу, встановлення контакту. Порушення психічного розвитку в дитячому віці. Затримка психічного розвитку. Гіпердинамічний синдром. Дитячі страхи і дитячі неврози: клінічні ознаки, причини виникнення,



профілактика та психокорекція.

**Тема 11. Порушення психічного розвитку в підлітковому віці, ранній юності. Психічні розлади в осіб зрілого та літнього віку.** Порушення психічного розвитку в підлітковому віці. Акцентуації характеру та психопатії у підлітків. Виникнення психічних захворювань в підлітковому віці (шизофренія, маніакально-депресивний психоз, періодичний органічний психоз). Невротичні розлади в підлітковому віці (неврастенія, нервова анорексія, дисморфоманія). Порушення потягів, дромоманія і бродяжництво, вживання психотропних речовин, сексуальні перверзії. Соціально дезадаптована поведінка підлітків (делінквентна й адиктивна поведінка).

Геронтологія. Психічні розлади при атрофічних процесах у головному мозку. Хвороба Альцгеймера. Хвороба Піка. Хорея Гентінгтона. Сенільна деменція – стареча недоумкуватість.

**Тема 12. Психологічна допомога при розладах психічного розвитку.** Принципи побудови патопсихологічного обстеження дітей та роль даних про порушення в розвитку дитини. Методи дослідження порушень психічних процесів, станів та особистісного розвитку дітей. Сучасні методи психологічної корекції та консультування. Зміна соціальної ситуації розвитку дитини як один з методів психологічної корекції. Спеціальні школи для дітей з відхиленнями у психофізичному розвитку та поведінці.

### Рекомендована література

#### Базова

1. *Акопян К.З.* Самоубийство: проблема мотивації // Психологический журнал. -1996. - №3. - С. 153-158.
2. *Белопольская Н.Л.* Задачи патопсихологии и понятие психологической нормы //Патопсихология: Хрестоматия /Сост. Н.Л.Белопольская. - М, 2000.- С.8 - 16.
3. *Блейхер В.М., Крук И.В.* Патопсихологическая диагностика. - К., 1986.
4. *Борисов И.Ю.* Два основных вида нервной анорексии как варианты аномального развития личности в рамках психической нормы //Мир психологии. - 2000. - №1.- С. 154-164.
5. *Братусь Б.С.* Аномалии личности. - М., 1988.
6. *Братусь Б.С.* Психологическое и нравственное пространство нормы // Журнал практикующего психолога. - 1997. - №3. - С.6-15.
7. *Братусь Б.С.* Психологическое и нравственное пространство нормы //Практична психологія та соціальна робота. - 2003. - №7. - С. 1-4.
8. *Вайтхед М.* Консультирование человека в состоянии горя: модель помощи //Практична психологія та соціальна робота. - 2003. - №9. - С.43-49.
9. *Ворбан Е.О.* Стратегії і прийоми психологічного подолання життєвих криз особистості // Практична психологія та соціальна робота. - 1998. - №8. -С.7-9; №9.-С.12-14.
10. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. - М., 1984.

11. *Гарбузов В.И.* Нервные дети. - Л., 1990.
12. *Гельдер М.* и др. Оксфордское руководство по психиатрии в 2-х тт. - К., 1999.
13. Діагностичні критерії з DSM - III-К. - К., 1994.
14. *Драчова З.Н., Блейхер В.М., Крук І.В.* Нервові і психічні хвороби. - К., 1993.
15. *Заваденко Н.Н.* Факторы риска для формирования дефицита внимания и гиперактивности у детей // Мир психологии. - 2000. - №1. - С. 121-134.
16. *Захаров А.И.* Детские неврозы. - СПб., 1995.
17. *Захаров А.И.* Как предупредить отклонения в поведении ребенка. - М., 1986.
18. *Захаров А.И.* Как преодолеть страхи у детей. - М., 1986.
19. *Зейгарник Б.В.* Патопсихология. - М., 1986.
20. *Зейгарник Б.В.* Принципы построения патопсихологического исследования // Патопсихология: Хрестоматия / Сост. Н.Л.Белопольская. - М., 2000. - С.26-40.
21. *Ильина С.В.* Влияние пережитого в детстве насилия на возникновение личностных расстройств // Вопросы психологии. - 1998. - №6.
22. *Кузнецов В.М., Чернявський В.М.* Психіатрія. - К., 1993. - С.98-107.
23. *Лебединский В.В.* Нарушения психического развития у детей. - М., 1985.
24. *Леонгард К.* Акцентуированные личности. - М., 1994.
25. *Личко А.Е.* Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков. - М., 1999.
26. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. - М., 2001.
27. *Мілютіна К.Л., Піскун В.М.* Основи дитячої патопсихології. - К., 1996.
28. *Мишин Г.М.* Отрицательные эмоции и их преодоление. - М., 1984.
29. *Мяжков И.Ф., Боков С.Н.* Медицинская психология. Основы патопсихологии и психопатологии. - М., 1999.
30. *Николаева В.В., Соколова Е.Т.* Рекомендации по составлению психологических заключений // Патопсихология: Хрестоматия / Сост. Белопольская Н.Л. - М., 2000. - С.41 -52.
38. *Спиваковская А. С.* Профилактика детских неврозов. - М., 1988.
39. *Тарнавский Ю.Б.* Срыва можно избежать. - М., 1990.
40. *Ушаков Г.М.* Детская психиатрия. - М., 1973.
41. *Худик В. А.* Детская патопсихология. - К., 1997.
42. *Юрьева Л.Н.* Кризисные состояния. - Днепропетровск, 1998.

#### **Допоміжна**

1. *Поляков Ю.Ф., Алфимова М.В.* Проблемы и перспективы участия психолога в прогнозировании заболевания шизофренией // Вестник

- Московского университета. - Сер. 14, Психология.- 1993. -№1.- С. 17-24.
2. Психологический словарь / Под ред. В.П.Зинченко, Б.Г. Мещерякова. -М., 1998.
  3. Психология детей с нарушениями и отклонениями психического развития / Сост. В.М. Астапов, Ю.В. Микадзе. - СПб., 2001.
  4. Психология и психоанализ характера. Хрестоматия по психологии и типологии характеров /Сост. Райгородский Д.Я. - Самара, 1997.
  5. Раттер М. Помощь трудным детям. - М., 1987.
  6. Селецкий А.И. Психопатология детского возраста. - К., 1987.
  7. Сорокіна О.А. Вплив епілепсії на життя хворого: дослідження за допомогою автобіографічного методу // Практична психологія та соціальна робота. - 2002.-№2.-С.50-52.

### **Інформаційні ресурси**

1. Мартинюк А.І. Патопсихологія: навчальний посібник// <http://pidruchniki.com/17810409/psihologiya/patopsihologiya>
2. Зейгарник Б.В. Патопсихологія// <http://www.studfiles.ru/preview/398828/>
3. Орлова Є.А. Патопсихологія// <http://stud.com.ua/4937/psihologiya/patopsihologiya>
4. Чагарна С. Патопсихологія. Методичні рекомендації для підготовки до практичних занять// [http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/4380/3/Pathopsychology%20\\_metod.pdf](http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/4380/3/Pathopsychology%20_metod.pdf)

## **Інструкція до виконання самостійної роботи**

У процесі завсоєння курсу «Патопсихологія» використовуються такі **види** самостійної роботи:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;
- вивчення окремих тем або питань, що передбачені для самостійного опрацювання;
- поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової літератури;
- кодування інформації (складання схем, таблиць);
- практичні завдання;
- конспектування першоджерел;
- підготовка виступів до семінарських занять;
- підготовка реферату з елементами наукового дослідження та його презентація.

### **Зверніть увагу!**

**1. Питання, що виносяться на самостійне опрацювання** містять по два варіанти завдань до кожної теми за змістовими модулями. З кожної теми варто вибрати одне завдання. Тобто, необхідно виконати загалом **сім завдань**. **Обов'язкове завдання.**

**2. Реферативна робота.** Упродовж семестру студент має підготувати **один** реферат, самостійно обравши одну із запропонованих тем. Результати роботи оформляються у вигляді реферату, вимоги до його написання подано у Додатку Б. **Обов'язкове завдання.**

**3. Виконання індивідуальних творчих завдань** сприяє розвитку у студентів фахових компетентностей та дає можливість збільшити кількість балів. Кожне виконане завдання оцінюється максимально у 5-ть балів. Студент має право самостійно обрати кількість завдань. **Обов'язкове завдання.**

**4. Поточний контроль** передбачає виконання чотирьох МКР. Дві перші КР містять два варіанти (варто обрати один). Виконати необхідно усі **чотири контрольні роботи.** **Обов'язкове завдання.**

**5.** До іститу необхідно подати **конспект лекцій.** **Обов'язкове завдання.**

**6.** До іститу необхідно подати **словник термінів.** **Обов'язкове завдання.**

**Виконані завдання заносяться до щоденника індивідуальної роботи (Додаток А) та подаються викладачеві разом із конспектом лекцій у визначені терміни.**



### ПИТАННЯ, ЩО ВІНОСЯТЬСЯ НА САМОСТІЙНЕ ОПРАЦЮВАННЯ

№ теми	Завдання	Форма фіксації результатів СР
<i><b>Змістовий модуль 1. Вступ до патопсихології</b></i>		
<i><b>Тема 1</b></i>	1.1. Історичний огляд розвитку патопсихології як науки.	Тези виступу на семінарі
	1.2. Особливості проведення бесіди з хворим в патопсихологічному дослідженні.	План групової дискусії
<i><b>Тема 2</b></i>	2.1. Тест зорової ретенції Бентона	Тези виступу на семінарі
	2.2. Специфіка використання тестів Равена і Векслера у патопсихологічному дослідженні.	План та тези лекції
<i><b>Змістовий модуль 2. Патопсихологічне дослідження психіки</b></i>		

<b>Тема 1</b>	1.1. Методи дослідження особистісних порушень.	Конспект розділу книги Н. Мак-Вільямс
	1.2. Сучасні концепції лікування особистісних розладів	Тези виступу на семінарі
<b>Змістовий модуль 3.</b> <b>Психічні хвороби: патопсихологічний аспект</b>		
<b>Тема 1</b>	1.1. Відмінність маячіння від хибних суджень.	План групової дискусії
	1.2. Психотерапія депресії	Конспект лекції
<b>Тема 2</b>	2.1. Клінічні форми аутизму у дітей. Патопсихологічне дослідження дітей з аутизмом	Тези виступу на семінарі
	2.2. Екзогенні форми розумової відсталості	Тези виступу на семінарі
<b>Змістовий модуль 4.</b> <b>Вікова патопсихологія та психологічна допомога</b>		
<b>Тема 1</b>	3.1. Типи ЗПР	План та тези лекції
	3.2. Логоневроз	Тези виступу на семінарі
<b>Тема 2</b>	4.1. Інклюзивна освіта.	План групової дискусії
	4.2. Хвороби, при яких спостерігається формування патологічних потреб і мотивів.	Тези виступу на семінарі

## ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ

1. Розвиток патопсихології як науки.
2. Патопсихологічна школа в Україні.
3. Сучасний стан патопсихології.
4. Патопсихологічні порушення при наркоманіях.
5. Патопсихологічні порушення при ВІЛ і СНІДі.
6. Патопсихологічні порушення при невротичних станах.
7. Патопсихологічні порушення у жертв насильства.
8. Патопсихологічні порушення при шизофренії.
9. Патопсихологічні порушення при афективних розладах.
10. Патопсихологічні порушення при нехімічних видах залежностей.
11. Ранній дитячий аутизм.

12. Категорії „психічне здоров'я” і „психологічне здоров'я” в патопсихології.
13. Захисні механізми особистості: поняття і основні види.
14. Порушення свідомості та методи їх дослідження.
15. Порушення вольових та рухових функцій і методи їх дослідження.
16. Порушення уваги і методи їх дослідження.
17. Порушення відчуттів та сприймання і методи їх дослідження.
18. Порушення пам'яті і методи їх дослідження.
19. Порушення уваги і розумової працездатності.
20. Порушення мислення і методи їх дослідження.
21. Порушення емоцій і методи їх дослідження.
22. Олігофренія (визначення, причини виникнення, ступені вираженості, особливості психічної діяльності).
23. Тривожні розлади (генералізований, панічний, фобічний, obsесивно-компульсивний, посттравматичний): характерні ознаки і психокорекція.
24. Наркоманія (поняття наркоманії, зловживання специфічними видами наркотичних речовин, профілактика і психокорекція наркотичної залежності).
25. Алкоголізм (клінічні ознаки алкогольної залежності, соціальні, фізичні, психічні порушення при алкоголізмі, психологічна допомога).
26. Адиктивна поведінка підлітків: профілактика і психокорекція.
27. Кризові стани і суїциди (поняття життєвої кризи і суїциду; фактори суїцидального ризику, психологічна допомога при життєвих кризах і суїцидальних спробах).
28. Соматоформні і дисоціативні розлади.
29. Розлади харчування.
30. Посттравматичний стресовий розлад: ознаки, причини і психотерапія.

### **ІНДИВІДУАЛЬНІ ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ**

1. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження особистості хворого.
2. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження при підозрі на шизофренію.
3. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження при підозрі на біполярний афективний розлад.
4. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження при підозрі на епілепсію.
5. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження при підозрі на старече недоумство.

6. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження при підозрі на олігофренію.
7. Підібрати блок методів дослідження дитини (6-7 років) з вадами розумового розвитку.
8. Розробити схему патопсихологічного дослідження при межовому особистісному розладі.
9. Розробити схему патопсихологічного дослідження аутичної дитини.
10. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження уваги.
11. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження пам'яті.
12. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження сенсомоторних реакцій.
13. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження рівня і протікання мисленнєвих процесів.
14. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного супроводу психотерапевтичної роботи з хворими на депресію.
15. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного супроводу реабілітації хворих на хронічний алкоголізм.
16. Скласти і обґрунтувати програму патопсихологічного дослідження при черепно-мозковій травмі.
17. Обґрунтувати доцільність участі патопсихолога в проведенні психолого-педагогічної експертизи невстигаючих учнів та питання, які він вирішує.
18. Обґрунтувати доцільність участі патопсихолога в проведенні відбору для зарахування на контрактну військову службу.
19. Обґрунтувати доцільність участі патопсихолога при проведенні трудової експертизи МСЕК.
20. Розкрити коло питань, які розв'язує патопсихолог при проведенні психолого-судової експертизи.

**Знати сфери застосування наступних методик:**

- 1) коректурна проба Бурдона;
- 2) методика кілець Ландольта;
- 3) рахунок по Крепеліну;
- 4) відлік по Крепеліну;
- 5) Відшукування чисел по таблицях Шульте; Дослідження перемикання уваги за допомогою модифікації таблиць Шульте. Методика Ф.Д.Горбова;
- 6) Методика Мюнстерберга;
- 7) Тест зорової і слухової пам'яті;
- 8) Проба на запам'ятовування 10 слів.
- 9) Проба на асоціативну пам'ять;
- 10) Опосередковане запам'ятовування;

- 11) Тест зорової ретенції Бентона;
- 12) Методика Еббінгауза;
- 13) Методика «Розуміння сюжетних картин»;
- 14) Методика «Класифікація»;
- 15) Методика «Виключення»;
- 16) Методика «Виділення істотних ознак»;
- 17) Методика «Утворення аналогій»;
- 18) Методика «Формування штучних понять»;
- 19) Методика «Розуміння переносного значення прислів'їв і метафор»;
- 20) Методика «Піктограми».

## ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

<b>Модульна контрольна робота до 1-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
Дайте розширену відповідь на питання	
1. Дисимуляція – це ...	1. Агравация – це...
2. Позитивні синдроми – це ...	2. Негативні синдроми – це...
3. Регістр-синдроми за Блейхером.	3. Етапи перебігу психічного захворювання.
4. Непсихотичний рівень психічного розладу.	4. Психотичний рівень психічного розладу.

<b>Модульна контрольна робота до 2-го модулю</b>	
Дайте характеристику розладів та назвіть діагностичні методики для їх патопсихологічного дослідження	
1. Розлади пам'яті.	1. Розлади уваги.
2. Розлади мислення.	2. Розлади сприймання.
3. Розлади волі.	3. Розлади емоцій.
4. Порухення відчуттів.	4. Порухення мовлення.
Назвати основні клінічні ознаки особистісного розладу	
1. Параноїдний.	1. Шизоїдний.
2. Шизотиповий.	2. Антисоціальний.
3. Межовий.	3. Істероїдний.
4. Нарцисичний.	4. Обсесивно-компульсивний.

<b>Модульна контрольна робота до 3-го модулю</b>	
Дайте розширену відповідь на питання	
1. Позитивні синдроми шизофренії.	1. Негативні синдроми шизофренії.
2. Типи шизофренії.	2. Види шизофренії.
3. Причини депресії.	3. Клінічні ознаки депресії.
4. Види депресії.	4. Лікування депресії
Дайте розширену відповідь на питання	
1. ММД.	1. Міжпівкульна дисфункція.
2. РДА.	2. СДУГ.
3. Структура дефекту при олігофренії.	3. Ступені вираженості розумової відсталості за МКБ 10.
4. Синдром Дауна.	4. Екзогенні форми розумової відсталості.



<b>Модульна контрольна робота до 4-го модулю</b>	
Дайте розширену відповідь на питання	
1. Види ЗПР.	1. Ознаки ЗПР.
2. Профілактика неврозу.	2. Види неврозу.
3. Типові порушення дошкільного та молодшого шкільного віку.	3. Порушення психічного розвитку в немовлячому віці та ранньому дитинстві.
4. Розлади підліткового віку.	4. Психічні порушення похилого віку.
Написати есе на тему: «Збереження психічного здоров'я» або «Інклюзивна освіта: за і проти».	

## ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

### ПИТАННЯ ДО ІСПИТУ


1. Об'єкт, предметна область патопсихології, її зв'язок з іншими розділами медичної психології.
2. Практичні задачі патопсихолога (види діяльності) в рамках реалізації професійної мети.
3. Методи патопсихології: експеримент, клінічна бесіда, рефлексія-аналітичне спостереження, аналіз продуктів діяльності.
4. Принципи побудови патопсихологічного дослідження: функціональні проби, якісний аналіз, позитивна спрямованість.
5. Вступний етап патопсихологічного дослідження: анамнез хвороби, життєвий анамнез, формулювання мети дослідження.
6. Експериментальний етап патопсихологічного дослідження: психометричні критерії методів, основи системного аналізу.
7. Заключний етап патопсихологічного дослідження: патопсихологічний діагноз, персоніфікований синдромальний аналіз.
8. Професійно-етичні принципи (норми) патопсихологічного дослідження: відповідальність, компетентність, конфіденційність та ін.
9. Поняття норми і патології, психічного здоров'я і психічної хвороби.
10. Основні парадигми співвідношення психічного здоров'я і хвороби.
11. Методологічні підходи у визначенні психічної норми і патології.
12. Діагностичний континуум психічної норми (здоров'я).
13. Види критеріїв психічної норми і патології.
14. Сучасні критерії загального і психічного здоров'я.
15. Особистісне здоров'я і екзистенціальна патологія.
16. Основні положення методології психопатологічного діагностичного процесу.
17. Принципи психопатологічної діагностики.
18. Етапи психопатологічної діагностики.
19. Методи психопатологічної діагностики і діагностичні категорії: симптом, синдром, нозологічний діагноз.
20. Класи, види, типи і етапи психічних захворювань.

21. Психотичний і непсихотичний рівень психічних розладів.
22. Системна організація і види патопсихологічних синдромів.
23. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: параноїдний особистісний розлад.
24. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: шизоїдний особистісний розлад.
25. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: шизотиповий особистісний розлад.
26. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: антисоціальний особистісний розлад.
27. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: межовий особистісний розлад.
28. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: істеричний особистісний розлад.
29. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: нарцисичний особистісний розлад.
30. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: obsесивно-компульсивний особистісний розлад.
31. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: залежний особистісний розлад.
32. Патопсихологічна семіотика і корекція особистісних розладів: тривожний (уникаючий) особистісний розлад.
33. Види і характеристика порушень відчуттів і сприйняття.
34. Види і характеристика галюцинацій.
35. Патопсихологічна характеристика порушень пам'яті.
36. Патопсихологічна характеристика порушень мислення.
37. Патопсихологічна характеристика порушень емоцій і відчуттів.
38. Патопсихологічна характеристика розладів уваги.
39. Патопсихологічна характеристика розладів інтелекту.
40. Патопсихологічна характеристика порушень мовлення.
41. Патопсихологічна характеристика порушень волі.
42. Патопсихологічна характеристика порушень свідомості.
43. Патопсихологічна характеристика порушень структури ієрархії мотивів.
44. Порушення особистості: формування патологічних потреб і мотивів.
45. Патопсихологічна характеристика порушень сенсоутворення.
46. Патопсихологічна характеристика порушень критичності і спонтанності.
47. Шизофренічний патопсихологічний синдром: клінічні ознаки шизофренії, причини виникнення.
48. Шизофренічний патопсихологічний синдром: зміни психічної діяльності.
49. Шизофренічний патопсихологічний синдром: психологічна допомога хворому.
50. Загальна характеристика органічних порушень психіки.
51. Мінімальна мозкова дисфункція.
52. Міжпівкульна дисфункція.
53. Ранній дитячий аутизм.

54. Загальна характеристика епілепсії.
55. Депресія: причини виникнення і класифікація.
56. Допомога при депресії.
57. Структура дефекту при олігофренії.
58. Класифікація розумової відсталості.
59. Генетичні форми розумової відсталості (хромосомні форми).
60. Моногенні форми розумової відсталості.
61. Синдроми розумової відсталості з неуточненим типом спадковості.
62. Екзогенні форми розумової відсталості.
63. Специфічні розлади здібностей дітей до навчання.
64. Затримка психічного розвитку.
65. Дитячі неврози та їх профілактика. Невротичні розлади в підлітковому віці.
66. Психічні розлади у підлітків.
67. Психічні порушення похилого віку. Хвороба Альцгеймера.
68. Принципи побудови патопсихологічного обстеження дітей та роль даних про порушення в розвитку дитини.
69. Методи дослідження порушень психічних процесів, станів та особистісного розвитку дітей.
70. Зміна соціальної ситуації розвитку дитини як один із методів психологічної корекції.

## НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА «ПРАКТИКУМ ПО ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я»

*Опис дисципліни:* кредитів ECTS – 3; змістових модулів – 2;  
загальна кількість годин – 90;  
кількість годин самостійної роботи - 60 (д/в), 82 (з/в).  
*Форма підсумкового контролю:* залік.

 **Практикум з психології здоров'я** – це психологічна наука, яка досліджує методи діагностики, оцінки та самооцінки фізичного, психічного та соціального здоров'я, соціально-психологічні фактори здорового способу життя, психологічні механізми стресостійкості та проблеми психологічного забезпечення професійного здоров'я.

### Мета та завдання курсу

**Метою** викладання навчальної дисципліни є формування цінності здоров'я у студентів та вивчення чинників здоров'я, а також засобів і методів його збереження, зміцнення і розвитку.

**Основними завданнями** вивчення навчальної дисципліни «Практикум з психології здоров'я» є:

- оволодіти знаннями щодо психологічних чинників формування здорового способу життя;
- познайомити слухачів з основними методологічними підходами і методами психології здоров'я;
- продемонструвати значення психологічних чинників, які впливають на формування і розвиток хвороб і їх профілактику;
- підготувати студентів до самостійного дослідження оцінки впливу різних чинників на здоров'ї особи;
- оволодіти практичними навичками застосування психодіагностичних методик вивчення фізичного, психічного та соціального здоров'я людини;
- підготувати студентів до застосування окремих методів дослідження в психологічній практиці, ознайомлення студентів з особливостями психологічного дослідження різних рівнів здоров'я людини;
- оволодіти навичками керування своїми психоемоційними станами в сучасних напружених умовах професійної діяльності;
- формувати свідоме ставлення до власного здоров'я та ведення здорового способу життя.

### Перелік знань і умінь

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

**знати:**

- методи дослідження в «психології здоров'я»;
- прикладні можливості «психології здоров'я» та її профілактичну спрямованість;
- психологічні теорії здоров'єорієнтованої поведінки;
- залежність здоров'я людини від способу її життя, стану навколишнього середовища, стану медицини, ставлення людини до свого здоров'я, медицини і усіх факторів які впливають на здоров'я;

**уміти:**

- здійснити аналіз психологічних чинників пов'язаної зі здоров'ям поведінки;
- проводити діагностику здоров'я;
- використовувати підходи для формування установки бути здоровим;
- здійснювати психологічні заходи щодо вироблення стратегії і тактики збереження фізичного, психічного і соціального здоров'я і профілактики його розладів;
- використовувати знання моделей здоров'єорієнтованої поведінки для розробки програм формування мотивації здорового способу життя;
- розробити програму мотивації здорового способу життя;
- розробляти та проводити психологічні тренінги в рамках програм мотивації здорового способу життя;
- користуватись комплексами вправ для підтримання власного здоров'я, оптимізації стану базових ресурсів здоров'я;
- інтегровано застосовувати теоретичні знання з психології здоров'я в ході вирішення практичних професійних завдань, надавати консультативну допомогу щодо психологічних аспектів здоров'я.

### **Тематичний план курсу**

#### ***Змістовий модуль 1. Ставлення до здоров'я як психологічна категорія***

**Тема 1. Діагностика ставлення до здоров'я.** Психодіагностика стану здоров'я особистості. Орієнтована оцінка здорової поведінки. Орієнтована оцінка емоційного благополуччя. Аутоаналітичний опитувальник здорової особистості. Дослідження особистості біографічним методом. Методика дослідження впевненості на усвідомлюваному рівні.

**Тема 2. Психологічні напрямки збереження здоров'я.** Методики психічної саморегуляції. Йогічні техніки психологічної саморегуляції. Логотерапія Віктора Франкла. КПТ в психології здоров'я. Медитації як напрям збереження здоров'я людини. Символдрама. Тілесно-орієнтована

психотерапія. ДПДГ. Емоційно-образна психотерапія Линде. Арт-терапія. Казкотерапія. Психокатализ А.Єрмошина. Позитивна психотерапія. Консультування по С. Ковальову. Техніка емоційної свободи. Нейропсихологічні техніки. Прийоми м'язової релаксації, аутотренінгу і дихальної гімнастики, медитації, візуалізації.

### ***Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти збереження здоров'я людини***

#### ***Тема 3. Психічне здоров'я людини. Психологічна стійкість особистості.***

Емоційна стійкість особистості. Психологічні типи як форми психічного здоров'я. Психогігієна розумової праці та режиму дня. Психічна саморегуляція та здоров'я. Методики дослідження психічного здоров'я, визначення нервово-психічної адаптації. Методика психоемоційної релаксації. Ресурсний підхід в збереженні здоров'я.

***Тема 4. Психологія професійного здоров'я.*** Поняття професійного здоров'я. Професійна адаптація. Напрямки адаптації. Критерії успішності первинної професійної адаптації. Стрес у професійній діяльності. Типові стресори професійної діяльності. Розвиток емоційної стійкості як шлях збереження професійного здоров'я. Програма професійного самозбереження. Професійне вигоряння. Причини вигоряння та ресурси його подолання.

### **Рекомендована література**

#### ***Базова***

1. Агаджанян Н. А., Ананьев В. А., Андреев Ю. А. и др. Основы валеологии. — Кн. 2. Киев: Олимпийская литература, 1999.
2. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья: Учебное пособие. - СПб., 1998.
3. Ананьев В. А., Давиденко Д. И., Петленко В. П., Хомутов Г. А. Этюды валеологии / Под общ. ред. Д. Н. Давиденко. СПб.: СПбГТУ, БПА, 2001.
4. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. – СПб.: Речь, 2006. – 384 с.
18. Ананьев В.А. Практикум по психологии здоровья. Методическое пособие по первичной специфической и неспецифической профилактике. – СПб.: Речь, 2007. – 320 с.
5. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медицинская валеология. К.: Здоров'я, 1998.
6. Бачериков Н.Е., Воронцов М.П., Добромиль Э.И. Психогигиена умственного труда учащейся молодежи. – К.: Здоровье, 1988. – 168 с.
7. Брехман И. И. Валеология — наука о здоровье. — М., 1990.- 208 с. *Р.Б87*
8. Брехман И. И. Введение в валеологию — науку о здоровье. Л.: Наука, 1987.
9. Булич Е.Г., Муравов І.В. Теоретичні основи валеології: Навч. посібник.— К.: ІЗМН, 1997.— 224 с.
10. Васильева О. С, Филатов Ф. Р. Психология здоровья человека (эталон, представления, установки): Учебное пособие. — М., 2001.
11. Вовк В. М. Адаптация и закономерности её влияния на процесс преемственности здорового образа жизни старшеклассников и студентов

первого курса / В. М. Вовк, А. Ю. Приймак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту . - 2013. - № 8. - С. 17-20.

12. Диагностика здоровья. Психологический практикум / Под ред. проф. Г.С.Никифорова. – СПб.: Речь, 2007. – 950 с.

13. Дінейка К. Рух, дихання, психофізичне тренування. – К.: Здоров'я, 1988.– 176 с.

14. Иванов Ю.Г. Прикладная валеология. – Луганск: Истоки, 1998. – 64 с.

15. Карвасарский Б.Д. Неврозы. – М.: Медицина, 1980. – 448 с.

16. Климова В.И. Человек и его здоровье - М.: Знание, 1990 р.- 224с.  
*Р.К49*

17. Корнієнко О.В. Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей: Навч.посібник. – К.: Вид.центр “Київський університет”, 2000. – 126 с.

19. Куликов Л. В. Руководство к методикам диагностики психических состояний, чувств и психологической устойчивости личности. Описание методик, инструкции по применению. СПб., 2003.

18. Левківська Г.П., Сорочинська В.Є., Штифурок В.С. Адаптація першокурсників в умовах вищого навчального закладу освіти: Навч. посібник. – К., 2001. – 128с.

19. Мухамед'яров Н. Н. Формування здорового способу життя: теоретичний аспект / Н. Н. Мухамед'яров // Вісник Харківської державної академії культури - 2013. - Вип. 39. - С. 249-256.

20. Практикум по психологии здоровья / Под ред. Г.С.Никифорова. – СПб.: Питер, 2005. – 351 с.

20. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г. С. Никифорова. — СПб., Питер, 2006. – 607 с.

21. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / Навчальний посібник: М.С.Корольчук, В.М.Крайнюк, А.Ф.Косенко, Т.І.Кочергіна. Загальна редакція М.С.Корольчука. – К.: Фірма “ІНКОС”, 2002. – 272 с.

### **Допоміжна**

1. Александровский Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. – М.: Наука, 1976. – 272 с.

2. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1987.

3. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2002.

4. Ананьев В.А. Структурные составляющие внутренней картины здоровья // Тезисы докладов. VI Нац. Конгресс по профилактической медицине и валеологии. СПб., 1999. С. 127-129.

5. Антонова–Турченко О.Г. Як вижити серед конфліктів.–К., 1991. – 32 с.

6. Апанасенко Г.Л. К проблеме трактовки механизмов восстановления физической загрузки // Теория и практика физической культуры. – 1985. – №6. – С.49 -52.

7. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. —

СПб.: МАПО, 1992. – 56 с.

8. Бехтерев В. М. Избранные труды по психологии личности: В 2 т. Т. 2. Личность и условия ее развития и здоровья / Под ред. Г. С. Никифорова, Л. А. Коростылевой. - СПб., 1999.

9. Валеология человека. Здоровье — любовь — красота: В 5 т. Физическое и психическое здоровье. СДб.: Петроградский и К"; Минск: Оракул, 1996. Т. 3.

10. Водопьянова Н. Е., Ходырева Н. В. Психология здоровья // Вестник ЛГУ. Сер. 6. - 1991. Вып 4.

11. Войтенко В. П. Здоровье здоровых. К.: Здоров'я, 1991.

12. Волков В. Ю., Ланев Ю. С, Петленко В. П., Давиденко Д. Н. и др. Научные основы физической культуры и здорового образа жизни / Под общ. ред. Д. Н. Давиденко. СПб.: СПбГТУ, БПА, 2001.

13. Горбунов Г.Д. Учитесь управлять собой. – Л., Знание, 1976. – 32 с.

14. Грубляк В.Т., Грубляк В.В. Психологічні особливості здоров'я студентів у процесі адаптації до умов навчання// Проблеми сучасної психології. Збірник наук.праць. – 2012, Вип. 18. – С. 216–227.

15. Гурвич И. Н. Социальная психология здоровья. — СПб., 1999.

16. Давиденко Д. Н., Зорин В. Е., Борилкевич В. Е. и др. Социальные и биологические основы физической культуры /Отв.ред. Д. Н. Давиденко. СПб.: СПбГУ, 2001.

17. Дашкевич О.В. Активная саморегуляция состояний спортсменов. – К.: ФиС, 1970.

18. Магльований А.В., Белов В.М., Котова О.Б. Організм та особистість. Діагностика та керування. – Львів: Медична газета, 1998. – 250 с.

19. Никифоров Г. С. Надежность профессиональной деятельности. — СПб., 1996.

20. Психическая и психофизическая адаптация человека. – Л.: Наука, 1988. – 295 с.

21. Петрусинский В.В., Розанова Е.Г. Психотехнические игры и упражнения. Техники игровой психокоррекции. – Владос, 2010. – 128с.

22. Рева О.М. Здоровий спосіб життя як предмет наукового аналізу // Актуальні проблеми сучасної психології: реалії та перспективи розвитку. Збірник матеріалів конференції, 15 квітня 2008 року / За заг. ред. Н.К.Вічалковської. – Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. – С. 154-160.

23. Рева О.М. Методологічні основи формування емоційної стійкості у осіб ранньої юності // Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб.наук.праць Інституту психології ім.Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка. – К., 2002. – Т.4. – Ч.3. – С.215-224.

24. Рева О.М. Оцінка якості життя як показник стану здоров'я студентської молоді // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія / За ред. С.Д.Максименка. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2008. – Том X, Вип. 7. – С. 436-446.



25. Рева О.М. Резерви використання тренінгу розвитку емоційної стійкості у професійно-психологічній підготовці працівників міліції // Психологічні тренінгові технології у правоохоронній діяльності: науково-методичні та організаційно практичні проблеми впровадження і використання, перспективи розвитку: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції, Донецьк, 25-27 травня 2006 року. – Донецьк: ДЮІ ЛДУВС, 2006. – ст. 157 – 163.
26. Сургунд Н.А. Психологічна профілактика психічного здоров'я фахівця соціономічного профілю \_\_ Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Психологічні науки. – 2012, №1. – С 1 – 10.
27. Токман А.А. Прикладні аспекти формування здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів // Наукові праці МАУП, 2012, Вип. 2 (33). – С.217 – 221.
28. Ходырева Н. В. Психологические факторы здоровья // Актуальные проблемы практической психологии. — СПб., 1992.
29. Ходырева Н. В. Психологический аспект формирования здорового образа жизни // Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / Под ред. Г. С. Никифорова. - СПб., 1991.

### **Інформаційні ресурси**

1. <http://vuzlib.com/content/category>
2. <http://www.nbu.gov.ua/>
3. <http://lib.kture.kharkov.ua/>
4. <http://www.psy-science.com.ua/PsInsUa.html>
5. [http://www.social-science.com.ua/jornal\\_content/](http://www.social-science.com.ua/jornal_content/)
6. [http://chitalka.info/ps\\_26/index.html](http://chitalka.info/ps_26/index.html)

## **Інструкція до виконання самостійної роботи**

У процесі завсоєння курсу «Практикум з психології здоров'я» використовуються такі **види** самостійної роботи:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;
- вивчення окремих тем або питань, що передбачені для самостійного опрацювання;
- поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової літератури;
- кодування інформації (складання схем, таблиць);
- практичні завдання;
- конспектування першоджерел;
- підготовка виступів до семінарських занять;
- підготовка реферату з елементами наукового дослідження та його презентація.

### **Зверніть увагу!**

**1. Питання, що виносяться на самостійне опрацювання** містять по два варіанти завдань до кожної теми за змістовими модулями. З кожної теми варто

вибрати одне завдання. Тобто, необхідно виконати загалом **чотири завдання. Обов'язкове завдання.**

**2. Реферативна робота.** Упродовж семестру студент має підготувати **один** реферат, самостійно обравши одну із запропонованих тем. Результати роботи оформляються у вигляді реферату, вимоги до його написання подано у Додатку Б. **Обов'язкове завдання.**

**3. Виконання індивідуальних творчих завдань** сприяє розвитку у студентів фахових компетентностей та дає можливість збільшити кількість балів. Кожне виконане завдання оцінюється максимально у 5-ть балів. Студент має право самостійно обрати кількість завдань. **Виконується за бажанням.**

**4. Поточний контроль** передбачає виконання двох МКР. КР містять два варіанти (варто обрати один). Виконати необхідно усі дві контрольні роботи. **Обов'язкове завдання.**

**5. До заліку необхідно подати конспект лекцій. Обов'язкове завдання.**

**Виконані завдання заносяться до щоденника індивідуальної роботи (Додаток А) та подаються викладачеві разом із конспектом лекцій у визначені терміни.**

### ПИТАННЯ, ЩО ВИНОСЯТЬСЯ НА САМОСТІЙНЕ ОПРАЦЮВАННЯ

№ теми	Завдання	Форма фіксації результатів СР
<b>Змістовий модуль 1.</b> <b>Ставлення до здоров'я як психологічна категорія</b>		
<b>Тема 1</b>	1.2. Історичний огляд розвитку психології здоров'я як науки.	Тези виступу на семінарі
	1.2. Вплив стресу на професійне та особисте життя	План групової дискусії
<b>Тема 2</b>	2.1. Навички керування психоемоційними станами в сучасних напружених умовах професійної діяльності	Тези виступу на семінарі
	2.2. Методи дослідження в «психології здоров'я»	План та тези лекції
<b>Змістовий модуль 2.</b> <b>Прикладні аспекти збереження здоров'я людини</b>		
<b>Тема 1</b>	1.1. Сучасні психологічні теорії стресу.	План групової дискусії
	1.2. Психологічні теорії здоров'яорієнтованої поведінки	Тези виступу на семінарі

<b>Тема 2</b>	2.1. Психологічні заходи щодо вироблення стратегії і тактики збереження фізичного, психічного і соціального здоров'я і профілактики його розладів.	План групової дискусії
	2.2. Розробити програму мотивації здорового способу життя	Презентація програми

## ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ

1. Самоконтроль стану і поведінки в забезпеченні здоров'я.
2. Механізми компенсації в забезпеченні психічного здоров'я.
3. Психогігієна і збереження здоров'я людини.
4. Психологічний захист особистості.
5. Усвідомлення себе і свого місця у світі.
6. Соціальне здоров'я особистості.
7. Захисні реакції і механізми особистості.
8. Особистість і стрес.
9. Поняття психологічного стресу та причини його виникнення.
10. Поняття професійного стресу та причини його виникнення.
11. Особливості поведінкових реакцій людини у стресових ситуаціях.
12. Психологія впевненості особистості.
13. Поняття про віру та довіру.
14. Психологічні особливості впевненої в собі особистості.
15. Психологія професійного довголіття.
16. Основні шляхи розвитку особистості професіонала.
17. Розробка гуманістично орієнтованої моделі професійного розвитку.
18. Шляхи продовження професійного довголіття.
19. Практична психологія здоров'я.
20. Професійна діяльність психолога в психології здоров'я.
21. Мета і завдання фахівця-психолога в галузі здоров'я.
22. Етико-психологічні принципи роботи в сучасній індустрії здоров'я.

## ІНДИВІДУАЛЬНІ ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ

**Знати сфери застосування та опрацювати наступні методики:**

1. Психодіагностика стану здоров'я особистості.
2. Орієнтована оцінка здорової поведінки.
3. Орієнтована оцінка емоційного благополуччя.

4. Аутоаналітичний опитувальник здорової особистості.
5. Дослідження особистості біографічним методом.
6. Методика дослідження впевненості на усвідомлюваному рівні.
7. Методика дослідження локусу контролю (ЛК) (Дж. Роттера).
8. Тест-опитувальник особистісної зрілості.
9. Тест на професійний стрес.
10. Діагностика смислових життєвих орієнтацій.
11. Методика діагностики ступеня задоволеності основних потреб.
12. Психодіагностика самотності.
13. Проективний метод психодіагностики ВКЗ.
14. Методика визначення ризику здатності до суїцидальності.
15. Опитувальник на —вигорання МВІ.
16. Методика дослідження емоційно-особистісних особливостей (опитувальник Ольшаннікової-Рабінович).
17. Міссіпська шкала для ПТСР.
18. Методика діагностики ставлення до інших людей з інвалідністю.
19. Методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К.Леонгарда і Х. Шмишека.
20. Тест акцентуації характеру.
21. Методика діагностики рівня шкільної тривожності Філіпса.
22. Діагностика типів ставлення до хвороби.

## ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

<b>Модульна контрольна робота до 1-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
Дайте розширену відповідь на питання	
1. Психологічні чинники формування здорового способу життя	1. Психологічні чинники ставлення до власного здоров'я
2. Психічна саморегуляція – це...	2. Медитація – це...
Пояснити сфери застосування наступних напрямків психотерапії та технік	
3. Символдрама.	3. Методики психічної саморегуляції
4. ДПДГ.	4. Емоційно-образна психотерапія Линде.
5. Психокатализ А.Єрмошина.	5. Позитивна психотерапія
6. Техніка емоційної свободи..	6. Нейропсихологічні техніки.
7. Прийоми м'язової релаксації..	7. Аутотренінг.
8. Дихальна гімнастика.	8. Арт-терапія.

<b>Модульна контрольна робота до 2-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
Укласти підсумковий тест по курсу.	
Підготувати самоаналіз щодо власних умінь протистояти стресу та зберігати психічне і фізичне здоров'я.	
Написати казку на тему: «Подорож лабіринтами тіла» або «Казку про душу і тіло».	


## ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

### ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Психодіагностика стану здоров'я особистості.
2. Орієнтована оцінка здорової поведінки.
3. Орієнтована оцінка емоційного благополуччя.
4. Дослідження особистості біографічним методом.
5. Психологічні напрямки збереження здоров'я.
6. Методики психічної саморегуляції.
7. Йогічні техніки психологічної саморегуляції.
8. Логотерапія Віктора Франкла.
9. КПТ в психології здоров'я.
10. Медитації як напрям збереження здоров'я людини.
11. Символдрама.
12. Тілесно-орієнтована психотерапія.
13. ДПДГ.
14. Емоційно-образна психотерапія Линде.
15. Арт-терапія.
16. Казкотерапія.
17. Психокатализ А. Єрмошина.
18. Позитивна психотерапія.
19. Консультування по С. Ковальову.
20. Техніка емоційної свободи.
21. Нейропсихологічні техніки.
22. Прийоми м'язової релаксації, аутотренінгу і дихальної гімнастики, медитації, візуалізації.
23. Психічне здоров'я людини.
24. Психологічна стійкість особистості.
25. Емоційна стійкість особистості.
26. Психологічні типи як форми психічного здоров'я.
27. Психогігієна розумової праці та режиму дня.
28. Психічна саморегуляція та здоров'я.
29. Методики дослідження психічного здоров'я, визначення нервово-психічної адаптації.
30. Методика психоемоційної релаксації.
31. Поняття професійного здоров'я.
32. Професійна адаптація.
33. Стрес у професійній діяльності.
34. Розвиток емоційної стійкості як шлях збереження професійного здоров'я.
35. Програма професійного самозбереження.
36. Професійне вигоряння.
37. Причини вигоряння та ресурси його подолання.
38. Ресурсний підхід в збереженні здоров'я.

## НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА «ПСИХОЛОГІЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ»

*Опис дисципліни:* кредитів ECTS – 3; змістових модулів – 2;  
загальна кількість годин – 90;  
кількість годин самостійної роботи - 60 (д/в), 82 (з/в).  
*Форма підсумкового контролю:* залік.

 **Психологія екстремальних ситуацій** – це психологічна наука, яка досліджує переживання й поведінку особистості в екстремальній ситуації та розробляє підходи до психологічної допомоги людині, яка потрапила в екстремальну ситуацію.

### Мета та завдання курсу

*Метою* викладання навчальної дисципліни «Психологія екстремальних ситуацій» є отримання студентами поглиблених знань, умінь і навичок в галузі психологічних аспектів екстремальних ситуацій відповідно до сучасних наукових уявлень.

*Основними завданнями* вивчення навчальної дисципліни «Психологія екстремальних ситуацій» є:

- отримання студентами знань щодо особливостей переживання та поведінки людей у напружених та екстремальних ситуаціях;
- формування у майбутніх психологів навичок надання першої психологічної допомоги постраждалим в екстремальних ситуаціях, здійснення кризової інтервенції, проведення дебрифінгу;
- формування у майбутніх психологів навичок психологічного супроводу особистості, яка пережила травмуючу ситуацію чи втратила близьку людину.

### Перелік знань і умінь

У результаті вивчення курсу студент має:

*знати:*

- предмет, завдання та сфери застосування психології екстремальних ситуацій; основні поняття та їх взаємозв'язок (стресова, напружена, критична, кризова, надзвичайна, екстремальна ситуація); типи напружених і екстремальних ситуацій;
- первинні реакції та поведінку людини, групи людей у екстремальних ситуаціях;
- адаптаційні реакції організму на екстремальну ситуацію;
- способи подолання складних та екстремальних ситуацій;

- закономірності надійності професійної діяльності людини в екстремальних ситуаціях;
- динаміку поведінки та психічного стану людей при стихійних лихах і технічних катастрофах;
- симптоми посттравматичних стресових порушень;
- способи надання психологічної допомоги людям, що піддалися дії екстремальних ситуацій;

**уміти:**

- орієнтуватися в різних типах екстремальних ситуацій і формах поведінки людей у цих ситуаціях;
- надавати першу психологічну допомогу постраждалим в екстремальних ситуаціях, здійснювати кризову інтервенцію, проводити дебрифінгу;
- використовувати методи діагностики психічних станів, поведінки людини в екстремальних ситуаціях, ПТСР.
- проводити психодіагностичну та психокорекційну роботу з людьми, що постраждали внаслідок екстремальних ситуацій; застосовувати набуті теоретичні знання на практиці.

## **Тематичний план курсу**

### ***Змістовий модуль 1. Психологія екстремальних ситуацій як прикладна галузь психології***

**Тема 1. Сутність і завдання дисципліни “Психологія екстремальних ситуацій”.** Предмет та завдання психології екстремальних ситуацій. Види напружених та екстремальних ситуацій. Психологія екстремальних ситуацій як психологічна дисципліна і причини її виникнення. Предмет, розділи, задачі психології екстремальних ситуацій і її зв'язок з іншими галузями психології. Ключові поняття психології екстремальних ситуацій. Історія виникнення та розвитку наукового напрямку “психологія екстремальних ситуацій”. Принципи та етичні норми фахівця-психолога при роботі в екстремальних ситуаціях. Концепція психологічного забезпечення службової діяльності працівників Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій.

**Тема 2. Особистість в екстремальній ситуації.** Сутність екстремальній ситуації. Вплив екстремальних ситуацій на людину. Суб'єкти екстремальних ситуацій. Сучасні теоретичні підходи до аналізу особистості в ЕС. Особистісно-ситуаційна взаємодія в екстремальному середовищі. Стадії переживання особистістю екстремальних ситуацій. Деадаптація та адаптація особистості в екстремальних ситуаціях. Позитивні функції екстремальних ситуацій у розвитку особистості. Толерантність особистості до екстремальних ситуацій. Мета і завдання екстреної психологічної допомоги. Основи спеціальної психологічної підготовки персоналу до діяльності в екстремальних умовах. Надійність

діяльності людини в напружених та екстремальних ситуаціях. Переживання та поведінка людей у напружених та екстремальних ситуаціях. Стрес, афект, фрустрація. Діяльність людини в змінених умовах існування. Психологічні аспекти профілактики психогеній в умовах екстремальних та напружених ситуацій. Психологічні особливості поведінки групи в напружених та екстремальних ситуаціях. Методи дослідження в психології екстремальних ситуацій. Стійкість та толерантність особистості до екстремальних ситуацій.

**Тема 3. Методи дослідження діяльності людини в ЕС.** Методологічні основи вивчення діяльності в особливих умовах. Методи вивчення діяльності в екстремальних умовах. Ситуативний експеримент і ситуативне моделювання. Методичний інструментарій.

**Тема 4. Психологічні особливості травмуючих ситуацій та їх вплив на людину.** Поняття психологічної кризи. Поняття катастрофічної ситуації та її вплив на психологічний стан людини. Конструктивне і деструктивне вирішення проблем кризових станів. Запобігання деструктивному вирішенню проблем травмуючих ситуацій. Визначення стресу та адаптації. Психічні реакції на екстремальні умови. Психогенії в екстремальних ситуаціях. Синдром посттравматичного стресу.

**Тема 5. Травма й реакції на травматичні події.** Поняття психотравми, її характеристики. Походження травми. Вторинна (опосередкована) травма. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) як симптомокомплекс, що розвивається після психологічної травми. Причини й механізми виникнення ПТСР. Етапи формування. Характеристика гострого, хронічного й відстроченого ПТСР. Фази розвитку ПТСР (розпач, заперечення, нав'язливість, пропрацювання, завершення).

**Тема 6. Визначення стресу. Методи діагностики ПТСР.** Стрес (Г.Сел'є), основні стадії стресу. Розвиток уявлень про стрес у психології. Види стресу (фізіологічний, психологічний, інформаційний, емоційний, професійний, стрес життєвих подій, периферичний, церебральний). Екстремальність як особливість стресорів, зовнішні й внутрішні прояви стресу. Характерні ознаки стресової напруги (фізичні, емоційні, поведінкові). Спеціалізовані методи й методики. Структуроване інтерв'ю, його стадії. Діагностичні критерії ПТСР по DSM-IV. Індекс реакцій при ПТСР (Пінус, 1987).

**Тема 7. Методи психокорекції стресових станів і ПТСР.** Принципи боротьби зі стресом. Методи самопомоги й професійної психологічної допомоги в стресовій ситуації (виклик позитивних емоцій, музикотерапія, лібропсихотерапія, аутогенне тренування, фізична релаксація й ін.). Комплексна допомога потерпілим в екстремальних ситуаціях, «трикутник допомоги» (медична, соціальна, психологічна). Особливості організації психокорекційної допомоги особам із ПТСР на різних стадіях його розвитку. Специфіка психологічної допомоги фахівцям, які беруть участь у ліквідації екстремальних ситуацій, і мимовільним потерпілим.

**Тема 8. Психологія горя. Психологія насильства.** Психологія горя. Загальні симптоми горя. Фази горя. Допомога при подоланні горя. Патологічне



горе. Психологія насильства. Сексуальне насильство. Наслідки сексуального насильства. Фізичне і психологічне насильство.

## ***Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти психології екстремальних ситуацій***

***Тема 9. Організаційні аспекти надання екстреної психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях.*** Визначення екстреної психологічної допомоги. Організація психологічної допомоги на місці НС. Етапи екстреної психологічної допомоги. Етичні принципи фахівця-психолога при роботі в НС. Методи надання екстреної психологічної допомоги. Порядок надання соціально-психологічних послуг громадянам, які перебувають у важкій життєвій ситуації. Карта соціально-психологічної допомоги клієнту. Індивідуальна психологічна карта клієнта. Суть і види психологічної підтримки діяльності людини в екстремальних умовах. Загальна схема процесу психологічної підтримки. Чинники формування станів в процесі психологічної підтримки. Роль підказки в процесі психологічної підтримки. Підтримка в ухваленні рішень людиною в екстремальних умовах. Основні особливості екстремальних ситуацій. Симптоми гострої реакції на стрес. Прийоми надання екстреної психологічної допомоги постраждалим при гострій реакції на стрес. Техніки екстреної психологічної допомоги. Психологічні основи виживання в екстремальних ситуаціях. Перша психологічна допомога постраждалим в екстремальних ситуаціях. Причини виникнення ПТСР. Психотерапія ПТСР. ПТСР: діагностика та корекція. Психологія тероризму. Психологічні основи та тактика ведення переговорів з терористами. Основи кризової інтервенції. Психологічний дебрифінг. Психологія горювання.

***Тема 10. Методи саморегуляції й самопомоги при роботі в екстремальних умовах.*** Можливості індивідуальної й групової психотерапії на різних етапах ПТСР. Подружня, сімейна, виробнича психотерапія. Застосування методів арт-терапії, гештальттерапії, телесноорієнтованої терапії й НЛП при роботі з посттравматичними стресовими розладами в дітей і дорослих. Метод десенсибілізації й переробки рухами очей Ф.Шапіро (ДПРО), його стадії. Візуально-кінестетична дисоціація Р.Бендлера й Дж.Гріндера (ВКД). Ослаблення травматичного інциденту Ф.Джербота (ОПІ). Терапія уявного поля Р.Каллахана (ТУП).

### **Рекомендована література**

#### **Базова**

1. Баканова А.А. Смерть и работа горя // Кораблина Е.П., Акиндинова И.А., Баканова А.А., Родина А.М. Искусство исцеления души: Этюды о психо-логической помощи: Пособие для практических психологов / Под ред. Е.П. Кораблиной. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2001. – С. 182-212.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. - М.: Издательство Московского университета, 1984. - 200 с.
3. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: Типологический анализ

- критических ситуаций // Психологический журнал.- 1995.- №3.- С.90-101.
4. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. – К.: Ника-Центр, 2006. – 580 с.
  5. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – М.: Изд-во Эксмо, 2005.
  6. Психолгія екстремальних ситуацій: Хрестоматія / сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко.– Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000. – 480 с.
  7. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б.А. Смирнов, Е. В. Долгополова. – 2-е изд., испр., доп. – Х.: Гуманитарный Центр, 2008. – 292 с.
  8. Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний / Соловьева С.Л. – СПб.: ЭЛБИ, 2003. – 128 с.
  9. Солошенко Д.В. Экстренная психологическая помощь. Консультирование/ Д. В.Солошенко. – Х.: Торсинг, 2001. – 192 с.
  10. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика: учебное пособие для вузов / А.М. Столяренко - М.: Юнити-Дана, 2002. - 607 с.
  11. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса./ Н.В.Тарабрина. – СПб: Питер, 2001. – 239 с.
  12. Холмогорова А.Б. Психологическая помощь людям, пережившим травматический стресс / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян. – М.: МГППУ, 2006. – 112 с.
  13. Шапарь В.Б. Психология кризисных ситуаций / В. Б. Шапарь. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 452 с.
  14. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2006. – 256 с.

### **Допоміжна**

1. Александровский Ю.А.Состояния психической дезадаптации и их компенсация. - М., 2001.
2. Алексеева Е.Е. Психология здоровья: учебное пособие /[Е. Е. Алексеева и др.]; под ред. Г.С. Никифорова. – Санкт-Петербург: Изд-во СПб. ун-та, 2008. – 607 с.
3. Бодров В.А., Обознов А.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал.- № 4. – 2000.- С. 32-40.
4. Головаха Е.И. и др. Человек в экстремальной производственной ситуации: опыт социологического исследования ликвидации последствий аварии Чернобыльской АЭС. -Киев, 1990. - 141 с.
5. Дикая Л.Г., Махнач А.В. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям // Психологический журнал.- 1996. - №3.- С.137-148.
6. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Пономоренко В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: Психологический аспект.- Минск: Университетское, 1985. - 206 с.
7. Завалова Н.Д., Пономоренко В.А. Психические состояния человека в

- особых условиях деятельности// Психологический журнал.- 1983. - №6. - С. 92-105.
8. Зеленова М.Е., Лазебная Е.О., Тарабрина Н.В. Психологические особенности посттравматических стрессовых состояний у участников войны в Афганистане// Психологический журнал. - 1997.- №2.- С. 34- 49.
9. Калмыкова Е.С., Миско Е.А., Тарабрина Н.В. Особенности психотерапии посттравматического стресса // Психологический журнал. - № 4. -2001. -С. 70-80.
10. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен// Психологический журнал.- 1989. - №5. - С.120-128.
11. Китаев-Смык Л.А. Психология и концепция стресса //Хрестоматия по психологии /Под ред. А.В.Петровского.- М.:Просвещение,1987. - С.250-260.
12. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. – К.: Ника-Центр, 2006. – 580 с.
13. Крайнюк В.М. Механізми формування стресостійкості особистості / В.М. Крайнюк // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. - К., 2004. - Т.6. - Вип. 7. - С. 155-162.
14. Крайнюк В.М. Психогенні розлади як наслідок дії екстремальних умов на особистість В.М. Крайнюк // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. - К., 2004. - Т. V - Вип. 3. - С. 105-111.
15. Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Военно-травматический стресс: особенности посттравматической адаптации участников боевых действий // Психологический журнал.- № 5.- 1999. - С. 62-74.
16. Лебедев В. Личность в экстремальных условиях // Психология экстремальных ситуаций: хрестоматия / Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченков. - Мн.: Харвест, 1999. - 480 с.
17. Леонова А. Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса / А. Б. Леонова // Вестник Московского ун-та. – 2000. –№ 3. – С. 4-21.
18. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал.- № 1.-2001.- С.16-24.
19. Маклаков А.Г., Положенцев С.Д., Руднев Д.А. Психологические механизмы поведения типа А у молодых людей в период адаптации к длительным психоэмоциональным нагрузкам // Психологический журнал.- 1993.- №6.- С.86-95.
20. Маклаков А.Г., Чермянин С.В., Шустов Е.Б. Проблемы прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов // Психологический журнал.- 1998. - № 2.
21. Моляко В.А. Особенности проявления паники в условиях экологического бедствия (на примере Чернобыльской атомной

- катастрофы)// Психологический журнал.- 1992.- №2. - С. 66-74.
22. Морогин В.Г., Залевский Г.В. Ценностно-потребностная сфера личности осужденных, переживших смертный приговор // Психологический журнал.- № 2.- 1999.- С.73-81.
23. Мухина В.С. Психологическая помощь пострадавшим от землетрясения в Армянской ССР// Психологический журнал.-1989.- №5.С.44-54.
24. Обознов А. А. Экспериментальное исследование сигнализации «об угрозе» // Психологический журнал. -1997.-№1.- С.103-112.
25. Правдина Л.Р. Оздоровительный потенциал экстремального и кризисного опыта / Л.Р.Правдина // Психология в ВУЗе [Текст]. - 2009. - №6. - С. 59-80.
26. Решетников М.М., Баранов Ю.А., Мухин А.П., Чермянин С.В. Психофизиологические аспекты состояния, поведения и деятельности пострадавших в очаге стихийного бедствия// Психологический журнал.- 1989.- №4.- С.125-128
27. Розов В. Психологічне забезпечення діяльності в екстремальних ситуаціях // Соціальна психологія – 2007 - №4 С.174-187.
28. Соколов Е.И., Орестова Е.В., Лернер Г.И. Психодиагностика изменения состояния человека в нестандартных условиях// Психологический журнал.- 1988.- №1.- С.49-57.
29. Тарабрина Н.В. и др. Психофизиологическая реактивность у ликвидаторов аварии на ЧАЭС//Психологический журнал.- 1996.- №2.- С.30-45.
30. Тарабрина Н.В., Лазебная Е.О. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы// Психологический журнал.- 1992.- №2.- С.14-29.
31. Трубицина Л.В. Процесс травмы. М.: Смысл; ЧеРо, 2005. – 218 с.
32. Хащенко В.А. Способы разрешения межличностного конфликта в экстремальных условиях жизнедеятельности// Психологический журнал.- 1993.- №3.- С.38-46.
33. Человек в экстремальной производственной ситуации (опыт социально-психологического исследования ликвидации последствий аварии на Чернобыльской АЭС / Отв.ред. Е.И.Головаха. - Киев:Наука думка,1990.-144с.

### *Інформаційні ресурси*

1. [psyhelp.beyourself.com.ua](http://psyhelp.beyourself.com.ua)
2. [www.twirpx.com](http://www.twirpx.com)
3. [kdpu-library.ucoz.ru](http://kdpu-library.ucoz.ru)
4. [moyaosvita.com.ua](http://moyaosvita.com.ua)
5. [extrpsy.nuczu.edu.ua/book1](http://extrpsy.nuczu.edu.ua/book1)
6. [kdpu-library.ucoz.ru](http://kdpu-library.ucoz.ru)

## Інструкція до виконання самостійної роботи

У процесі завсоєння курсу «Психологія екстремальних ситуацій» використовуються такі **види** самостійної роботи:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;
- вивчення окремих тем або питань, що передбачені для самостійного опрацювання;
- поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової літератури;
- кодування інформації (складання схем, таблиць);
- практичні завдання;
- конспектування першоджерел;
- підготовка виступів до семінарських занять;
- підготовка реферату з елементами наукового дослідження та його презентація.

### Зверніть увагу!

**1. Питання, що виносяться на самостійне опрацювання** містять по два варіанти завдань до кожної теми за змістовими модулями. З кожної теми варто вибрати одне завдання. Тобто, необхідно виконати загалом **п'ять завдань**. **Обов'язкове завдання.**

**2. Реферативна робота.** Упродовж семестру студент має підготувати **один** реферат, самостійно обравши одну із запропонованих тем. Результати роботи оформляються у вигляді реферату, вимоги до його написання подано у Додатку Б. **Обов'язкове завдання.**

**3. Виконання індивідуальних творчих завдань** сприяє розвитку у студентів фахових компетентностей та дає можливість збільшити кількість балів. Кожне виконане завдання оцінюється максимально у 5-ть балів. Студент має право самостійно обрати кількість завдань. **Виконується за бажанням.**

**4. Поточний контроль** передбачає виконання двох МКР. КР містять два варіанти (варто обрати один). Виконати необхідно усі дві **контрольні роботи**. **Обов'язкове завдання.**

**5.** До заліку необхідно подати **конспект лекцій**. **Обов'язкове завдання.**

**Виконані завдання** заносяться до щоденника індивідуальної роботи (Додаток А) та подаються викладачеві разом із конспектом лекцій у визначені терміни.

**ПИТАННЯ, ЩО ВІНОСЯТЬСЯ  
НА САМОСТІЙНЕ ОПРАЦЮВАННЯ**

<b>№ теми</b>	<b>Завдання</b>	<b>Форма фіксації результатів СР</b>
<b><i>Змістовий модуль 1.</i></b> <b><i>Психологія екстремальних ситуацій як прикладна галузь психології</i></b>		
<b><i>Тема 1</i></b>	1.1. Створення колажу «Екстремальна ситуація»	Презентація колажу
	1.2. Стадії переживання втрати	Ділова гра. Виступ експертів на телепередачі.
<b><i>Тема 2</i></b>	2.1. Описати портрет особистості з ПТСР	Тези виступу на семінарі
	2.2. Підготувати діагностичний інструментарій на виявлення ПТСР	План та тези лекції
<b><i>Тема 3</i></b>	3.1. Підготувати міні-брошуру психологічної допомоги для дошкільнят, які постраждали в результаті насильницьких дій з боку дорослих і старших дітей	Тези виступу на семінарі
	3.2. Підготувати міні-брошуру психологічної допомоги для дітей, які переживають втрату близьких	План та тези лекції
<b><i>Змістовий модуль 2.</i></b> <b><i>Прикладні аспекти психології екстремальних ситуацій</i></b>		
<b><i>Тема 1</i></b>	1.1. Підготувати міні-брошуру психологічної допомоги для осіб, які пережили надзвичайні ситуації природного характеру.	План групової дискусії
	1.2. Підготувати міні-брошуру психологічної допомоги для осіб, які пережили надзвичайні ситуації техногенного характеру.	Тези виступу на семінарі
<b><i>Тема 2</i></b>	2.1. Розробити пам'ятку «Як вижити у натовпі».	План групової дискусії
	2.2. Ведення переговорів з терористами.	Підготувати ділову гру.

**ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ**

1. Психічна травма: поняття та класифікація.
2. Життєва криза особистості та її показники.

3. Гендерні чинники переживання травмуючих ситуацій.
4. "Свобода вибору" шляхів подання психотравмуючої ситуації.
5. Психологічний час особистості.
6. Психологічний простір особистості, його рухливість.
7. Емоційний простір та емоційний потенціал особистості.
8. Мотивація в психотравмуючих ситуаціях.
9. Феномен "звуженої свідомості".
10. Переживання глобальних катастроф.
11. Напрямки психологічної допомоги в психотравмуючій ситуації.
12. Психологія самотності.
13. Кризова самотність як фактор психологічного неблагополуччя.
14. Сигнали та форми демонстрації самотності.
15. Безробіття як психотравмуюча ситуація та як травма.
16. Психологія "позитивної негативності" безробіття.
17. Синдром професійного вигорання.
18. Віра та її роль у стратегії подолання психотравмуючої ситуації.
19. Релігійні стратегії переживання травм.
20. Ставлення до смерті в психотравмуючій ситуації.
21. Невиліковна хвороба в координатах психологічного часу.
22. Невиліковна хвороба в координатах психологічного простору.
23. Посттравматичний стрес та його симптоми.

### **ІНДИВІДУАЛЬНІ ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ**

1. Якими є тенденції розвитку сучасної психології екстремальних ситуацій (ПЕС)?
2. Проведіть дослідження стресостійкості за вибраною вами методикою.
3. Підготуйте доповідь на тему: Спільне і відмінне в поняттях «криза», «психічна травма», «психотравмуюча ситуація», «кризова ситуація», «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація».
4. Підготуватись до дискусії на тему: «Реакція особистості на екстремальну ситуацію (психологічний захист, копінг-стратегії)».
5. Написати психологічне есе на тему: Особистісна трансформація в переживанні психотравмуючої ситуації.
6. Охарактеризуйте основні підходи до розуміння і вивчення втрати в психології.
7. Охарактеризуйте переживання втрати та форми переживання.
8. Охарактеризуйте етапи переживання втрати в зарубіжних та вітчизняних теоріях та наслідки переживання втрати в житті особистості.
9. Особистісна трансформація в переживанні ПТС.
10. Підібрати діагностичний інструментарій для оцінки сили впливу травмуючої події на особистість.
11. Підготуватися до проблемної теми для обговорення: Чи може бути ставлення до смерті фактором, який впливає на переживання

психотравмуючої ситуації (група ділиться на підгрупи, кожна з яких готує аргументи позитивного та негативного впливу).

## ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

<b>Модульна контрольна робота до 1-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
1. Визначте автора такого напряму дослідження переживання втрати як послідовне рішення психологічних задач: а) М.Магомед-Амінов; б) В.Ворден; в) В.Василюк; г) Е.Ліндеман.	1. Коли мова йде про категорію практичної психології в якій розкривається співвідношення потенційного та реалізованого в людині, то це: а) категорія долі; б) категорія діяльності; в) категорія переживання; г) категорія мотиву.
2. Визначте, що відноситься до нейтральних наслідків психічної травми: а) посттравматичний стресовий синдром; б) власне патологічні стани; в) посттравматична трансформація особистості; г) адаптаційний синдром.	2. Визначте, які методичні прийоми та методики використовують при аналізі психотравмуючих ситуацій: а) самовопрошаніє; б) емоційна карта; в) дихальні техніки; г) всі відповіді правильні.
3. Завершіть речення таким чином, щоб відповідь найточніше відбивала сутність поняття, орієнтуючись на: «ПЕС - це прикладна галузь психологічної науки ... ».	
а) науковців; б) підлітків.	в) дітей молодшого шкільного віку; г) студентів-психологів.
Дайте розширену відповідь на питання	
4. Дебрифінг – це...	4. Кризова інтервенція – це...
5. ППД – це...	5. Класифікація надзвичайних ситуацій.
6. Надзвичайні ситуації за джерелом походження.	6. Надзвичайні ситуації за швидкістю поширення.
7. Паніка - це.	7. Горювання - це.
8. Дихальна гімнастика в ППД.	8. Стадії переживання надзвичайної ситуації.

<b>Модульна контрольна робота до 2-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
Написати психологічні рекомендації для військовослужбовців в зоні бойових дій або для осіб, які пережили надзвичайну ситуацію соціального характеру (	



## ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ


### ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Причини виникнення психології екстремальних ситуацій (ЕС).
2. Чинники, визначальні форми і типи поведінки в ЕС.
3. Предмет, розділи і задачі психології ЕС.
4. Види адаптаційних реакцій організму людини на ЕС.
5. Тривога і страх людини в напружених ситуаціях, їх ознаки.
6. Класифікації екстремальних ситуацій, їх критерії.
7. Екстремальні ситуації в професійній діяльності та повсякденно-побутовому житті.
8. Зовнішні і внутрішні чинники емоціогенності ЕС.
9. Первинні реакції людини на ЕС.
10. Вплив ЕС на пізнавальні процеси людини.
11. Вивчення суб'єктивної значущості для людини психогенних ситуацій.
12. Діагностика психічних станів людини при ЕС.
13. Методи вивчення людини та групи в ЕС. Лабораторний та природний експеримент.
14. Поняття та ознаки ПТСР.
15. Типи ПТСР.
16. Психологічна допомога при ПТСР.
17. Надійність діяльності людини в напружених та екстремальних ситуаціях.
18. Психологічна підготовка до діяльності в екстремальних ситуаціях.
19. Екстрена психологічна допомога в екстремальних ситуаціях.
20. Вплив психологічних установок на процес вольової поведінки в екстремальних ситуаціях.
21. Емоційні реакції та переживання людини в ЕС.
22. Стадії переживання особистістю екстремальних ситуацій.
23. Деадаптація та адаптація особистості в екстремальних ситуаціях.
24. Позитивні функції екстремальних ситуацій у розвитку особистості.
25. Толерантність особистості до екстремальних ситуацій.
26. Психологія терориста.
27. Психологія взаємодії терористів і заручників.
28. Психологія заручників.
29. Психологія ведення переговорів з терористами.
30. Поведінка в натовпі.

## НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ»

*Опис дисципліни:* кредитів ECTS – 3; змістових модулів – 2;  
загальна кількість годин – 90;  
кількість годин самостійної роботи - 60 (д/в), 82 (з/в).

*Форма підсумкового контролю:* іспит.

 **Основи психологічної практики** – це курс, покликаний забезпечити формування професійної компетентності майбутніх психологів в галузі прикладної психології та психологічної практики, що дасть змогу їм ефективно використовувати отримані знання на практиці і взаємодіяти зі спеціалістами суміжних галузей.

### Мета та завдання курсу

**Метою** викладання навчальної дисципліни «**Основи психологічної практики**» являється ознайомлення студентів з базовими поняттями у галузі практичної психології, особливостями, видами та механізмами психологічної взаємодії психолога з особами, що потребують психологічної допомоги.

**Основними завданнями** вивчення навчальної дисципліни «Основи психологічної практики» є:

1) сформуванню в студентів уявлення про сутність та основну проблематику психологічного консультування, психологічної корекції, психотерапії та тренінгу, як окремих видів психологічної практики, а також про їх місце і роль в сучасній психологічній практиці;

2) навчити студентів базовим технікам та стратегіям попередження можливого психологічного неблагополуччя та надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях, ситуаціях життєвого вибору та ін.;

3) ознайомити студентів зі специфікою організації та проведення психологічного консультування, психологічної корекції та психотерапії у різних видах сетінгу: індивідуальній, сімейній та груповій формах; дитячої психокорекції та психотерапії, психологічного консультування і психологічної корекції в закладах освіти різного типу;

4) сформуванню уявлення про базові навички здійснення дистанційного психологічного консультування, кризової інтервенції, супервізії.

### Перелік знань і умінь

У результаті вивчення курсу студент має:

**знати:**

- місце та роль психологічного консультування, психокорекції та психотерапії в сучасній психологічній практиці.

- основні теорії психологічного консультування;
- основні напрямки та школи психологічної практики;
- вимоги до професійної підготовки психолога-консультанта, дитячого психолога.

**уміти:**

- визначати місце, необхідність і міру застосування психологічного консультування;
- диференціювати психологічні запити, скарги від непсихологічних і неконструктивних;
- діагностувати реальну проблему клієнта, керуючись його самодіагнозом;
- здійснювати консультативну бесіду із клієнтом.

### **Тематичний план курсу**

#### ***Змістовий модуль 1. Психологічна корекція та загальні питання психологічної практики.***

**Тема 1.** Психологічна корекція в системі психологічної практики.

**Тема 2.** Техніко-процесуальна складова психокорекційної роботи. Основні категорії і поняття теми: психокорекційна ситуація.

**Тема 3.** Основні напрямки психокорекційної роботи з дітьми різного віку.

**Тема 4.** Особливості проведення групової психологічної корекції з дітьми різного віку.

**Тема 5.** Етичні аспекти діяльності практичного психолога.

**Тема 6.** Особливості навчання та підготовки практичного психолога.

**Тема 7.** Особистість практичного психолога.

#### ***Змістовий модуль 2. Психологічне консультування.***

**Тема 1.** Психологічне консультування як вид психологічної практики.

**Тема 2.** Процес психологічного консультування.

**Тема 3.** Техніки і алгоритми психологічного консультування.

**Тема 4.** Основи кризисної інтервенції.

**Тема 5.** Дистанційне психологічне консультування.

**Тема 6.** Концептуальні засади психологічного консультування.

**Тема 7.** Психологічна співзалежність. Робота зі співзалежними клієнтами.

### **Рекомендована література**

**Базова**

1. Алан, Дж. Ландшафт дитячої душі. - СПб., 1997.
2. Ананьєв, Б. Р. Людина як предмет пізнання // Обрані психологічні праці. - 1980. - Т. 1.

3. Анцыферова, К. І. Розвиток особистості і проблеми геронто-психології. - М: Інститут психології РАН, 2006. - 512 с.
4. Асанова, Н. К. Інтерв'ю для дорослих про уподобаннях: методич. посібник. - М : Інститут дитячої психотерапії та психоаналізу, 1997.
5. Берн, Е. Ігри, в які грають люди. Люди, які грають в ігри: Психологія людських взаємин. - М: Ексмо, 2002. - 640 с.
6. Беррі, Д. В. Крос-культурна психологія / Д. В. Беррі, А. Х. Пуртинга, М. Х. Сігал, П. Р. Дасен. - Харків : Гуманітарний центр, 2007. - 560 с.
7. Бремс, К. Повне керівництво з дитячої психотерапії. - М: Ексмо-Прес, 2002. - 640 с.
8. Виготський Л. С. Зібрання творів: в 6 т. Т. 1. М., 1982.
9. Духовна криза: коли перетворення особистості стає кризою / під ред. С. Грофа, К. Гроф; пер. з англ. А. С. Ригина. - М., 2000.
10. Ізард, К. Е. Психологія емоцій. - СПб.: Пітер, 1999.
11. Калшед, Д. Внутрішній світ травми: архетипічні захисту особистісного духу. - М: Академічний проект, 2007. - 368 с.
12. Клінічна психологія / під ред. М. Перре, У. Бауманна. - СПб., Пітер, 2007. - 1312 с.
13. Колеснікова, Р. В. Психологічний практикум по консультуванню / Р. В. Колеснікова, Е. С. Берковченко, А. В. Волочай. Ростов/н/Д: Фенікс, 2007. - 318 с.
14. Кратохвіл, С. Психотерапія сімейно-сексуальних дисгармоній. - М., 1991.
15. Лебедева, Н. М. Міжкультурний діалог в школі / В. М. Лебедева, Т. Р. Стефаненко, О. В. Луньова. - М., 2004.
16. Леонтьєв, Д. А. Тест життєстійкості / Д. А. Леонтьєв, Е. І. Рассказова. - М: Сенс, 2006. - 63 с.
17. Ливехуд, Б. Кризи життя - шанси життя. Розвиток людини між дитинством і старістю. Калуга: Духовне пізнання, 1994. - 224 с.

### *Допоміжна*

1. Лоуен, А. Задоволення: творчий підхід до життя. - М.: Психотерапія, 2008. - 304 с.
2. Мацумото, Д. Психологія і культура. СПб., 2002. - 416 с.
3. Менегетті, А. Психологія життя / пер. з італ. К. Б. Афанасьєвої. - СПб., 1992.
4. Мей, Р. Мистецтво психологічного консультування: Як давати і отримувати душевне здоров'я. - М: Інститут загальногуманітарних досліджень; Квітень-Прес, 2010. - 224 с.
5. Нельсон-Джоунс, Р. Теорія і практика консультування / пер. з англ. Е. Волкова. - СПб.: Пітер, 2000. - 464 с.
6. Оудсхорн, Д. Н. Дитяча і підліткова психіатрія // Додаток до журналу "Соціальна й клінічна психіатрія". - М., 1993. - 319 с.

7. Пек, М. С. Неходжені стежки: Нова психологія любові, традиційних цінностей і духовного зростання / пер. з англ. Н. П. Михайлова. - М.: Авіценна; ЮНИТИ, 1996. - 301 с.
8. Поняття долі в контексті різних культур. - М: Наука, 1994. - 320 с.
9. Психосінтез та інші інтегративні техніки психотерапії / пер. з англ. М. Бадхена, М. Соловейчика, Ст. Тимохіна. - М., 1997.
10. Прудіус, К. Е. Казкотерапія важкого дитинства: казки з дельфінів хвоста. - СПб.: Йдеться, 2006. - 160 с.
11. Рейнуоттер, Дж. Це у ваших силах: Як стати власним психотерапевтом. М: Прогрес, 1992. - 240 с.
12. Роджерс, К. Погляд на психотерапію, становлення людини / пер. з англ. Е. В. Исепиной. - М., 1994.
13. Сатир, В. Як будувати себе і свою сім'ю. - М: Педагогіка-Прес, 1992. - 192 с.
14. Сімейний діагноз і сімейна психотерапія: учеб. посібник для системи післядипломної освіти лікарів / Е. Р. Ейдемільер, В. В. Добряків, В. М. Нікольська. - 2-е изд., іспр, і дод. - СПб.: Йдеться, 2006. - 352 с.
15. Стефаненко, Т. Р. Етнопсихологія. - М: Інститут психології РАН, 1999. - 320 с.
16. Тодд, Дж. Основи клінічної та консультативної психології / Дж. Тодд, С. Богарт. - СПб.-М.: Сова; ЕКСМО-Прес, 2001. - 768 с.
17. Тополянський, В. Д. Психосоматичні розлади / В. Д. Тополянський, М. В. Струківська. - М., 1986.
18. Триандис, Г. К. Культура і соціальна поведінка. М.: Форум, 2007. - 384 с.
19. Фигдор, Р. Психоаналітична педагогіка. - М.: Інституту психотерапії, 2000. - 288 с.
20. Фіцджеральд, Д. Еклектична психотерапія. - СПб.: Пітер, 2001. - 320 с.
21. Франкл, Ст. Психотерапія на практиці / пер. з нім. - СПб.: Ювента, 1999. - 256 с.
22. Фуллер-Торрей Е. Стародавній шаманізм, середньовічне знахарство, сучасна психотерапія. - М.: Valbe, 2003. - 296 с.
23. Хелл, Д. Ландшафт депресії / пер. з нім. І. Я. Сапожнікова. - М, 1999.
24. Холмогорова, А. Емоційні розлади і сучасна культура / А.с Холмогорова, Н. Гаранян // Московський психотерапевтичний журнал. - 1999. - № 2. - С. 61-90.
25. Хухлаєва, О. В. Шкільна психологічна служба: робота з учнями. - М.: Генеза, 2007. - 208 с.
26. Хухлаєва, О. В. Робота психолога в багатонаціональній школі: учеб. посібник / О. В. Хухлаєва, М. Ю. Чибісова. - М: Форум, 2011. - 175 с.
27. Хухлаєва, О. В. Терапевтичні казки в корекційній роботі з дітьми / О. В. Хухлаєва, О. Е. Хухлаєв. - М: Форум, 2012. - 152 с.
28. Елліс, А. Когнітивний компонент депресії, яким несправедливо нехтують // Московський психотерапевтичний журнал. - 1994. - № 1. - С. 7-47.

29. Еммонс, Р. Психологія вищих устремлінь: мотивація та духовність особистості. - М., 2004.
30. Юнг, К. Проблеми душі нашого часу. - М: Академічний проект, 2007. - 288 с.
31. Ялом, В. Екзистенціальна психотерапія. - М.: Римис, 2008. - 608 с.

### **Інформаційні ресурси**

1. <https://studfiles.net/preview/5111046/page:27/>
2. [http://psychologis.com.ua/psihologicheskoe\\_konsultirovanie\\_i\\_psihoterapiya\\_dvoe\\_zn\\_osnovnye\\_otlichiya.htm](http://psychologis.com.ua/psihologicheskoe_konsultirovanie_i_psihoterapiya_dvoe_zn_osnovnye_otlichiya.htm)

### **Корисні сайти**

1. [https://pidruchniki.com/13761025/psihologiya/meta\\_zavdannya\\_printsip\\_i\\_vidi\\_problematika\\_psihologichnogo\\_konsultuvannya](https://pidruchniki.com/13761025/psihologiya/meta_zavdannya_printsip_i_vidi_problematika_psihologichnogo_konsultuvannya)
2. <https://dspace.udpu.edu.ua/jspui/bitstream/6789/281/1/konsyltyvania.pdf>

## **Інструкція до виконання самостійної роботи**

У процесі завсоєння курсу «Основи психологічної практики» використовуються такі **види** самостійної роботи:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;
- вивчення окремих тем або питань, що передбачені для самостійного опрацювання;
- поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової літератури;
- кодування інформації (складання схем, таблиць);
- практичні завдання;
- конспектування першоджерел;
- підготовка виступів до семінарських занять;
- підготовка реферату з елементами наукового дослідження та його презентація.

### **Зверніть увагу!**

**1. Питання, що виносяться на самостійне опрацювання** містять по два варіанти завдань до кожної теми за змістовими модулями. З кожної теми варто вибрати одне завдання. Тобто, необхідно виконати загалом **шість завдань**.  
**Обов'язкове завдання.**

**2. Реферативна робота.** Упродовж семестру студент має підготувати **один** реферат, самостійно обравши одну із запропонованих тем. Результати роботи оформляються у вигляді реферату, вимоги до його написання подано у Додатку Б. **Обов'язкове завдання.**

**3. Виконання індивідуальних творчих завдань** сприяє розвитку у студентів фахових компетентностей та дає можливість збільшити кількість балів. Кожне виконане завдання оцінюється максимально у 5-ть балів. Студент має право самостійно обрати кількість завдань. **Виконується за бажанням.**

4. **Поточний контроль** передбачає виконання двох МКР. Перша КР містить чотири варіанти (варто обрати один). Виконати необхідно усі **дві контрольні роботи. Обов'язкове завдання.**

5. До заліку необхідно подати **конспект лекцій. Обов'язкове завдання.**



### ПИТАННЯ, ЩО ВИНОСЯТЬСЯ НА САМОСТІЙНЕ ОПРАЦЮВАННЯ

№ теми	Завдання	Форма фіксації результатів СР
<b>Змістовий модуль 1.</b> <b>Психологічна корекція та загальні питання психологічної практики.</b>		
<b>Тема 1</b>	1.1. Індивідуальне консультування та умови його проведення.	Тези виступу на семінарі
	1.2. Групове консультування та умови його проведення.	План групової дискусії
<b>Тема 2</b>	2.1. Вимоги до психологічного консультування та психолога - консультанта.	План та тези лекції
	2.2. Організація роботи психологічної консультації.	Порівняльна таблиця
<b>Тема 3</b>	3.1. Характеристика основних принципів консультативної допомоги. Принцип причинності.	Порівняльна таблиця
<b>Тема 4</b>	4.1. Взаємодія психолога - консультанта з іншими фахівцями.	План групової дискусії
<b>Змістовий модуль 2.</b> <b>Психологічне консультування</b>		
<b>Тема 1</b>	1.1. Основні правила індивідуально-психологічного консультування. Правила поведінки психолога - консультанта.	Конспект статті
	1.2. Основні правила індивідуально-психологічного консультування. Правила поведінки психолога - консультанта.	Схема впливу (за одним із науковців)
<b>Тема 2</b>	2.1. Основні типи клієнтів (три). Типи психологів-консультантів.	Таблиця
	2.2. Підготовка і проведення психологічного консультування. Його етапи та процедури.	Конспект лекції
	2.3. Зустріч клієнта на психологічній консультації та початок бесіди з ним.	План групової дискусії

## ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Психологічні проблеми дошкільного віку.
2. Тестування в практиці психологічного консультування. Вимоги до психологічного тестування у психологічному консультуванні.
3. Управління стресом в професійній діяльності.
4. Психологічне дослідження дитини в практиці консультування. Тестові та клінічні дослідження.
5. Проблеми корекції психологічного розвитку в дитячому віці. Задачі та форми корекції.
6. Проблеми корекції психологічного розвитку в зарубіжній психології.
7. Загальні принципи роботи з батьками в процесі консультування.
8. Характеристика основних методів впливу на клієнта в різних психологічних школах.

## ІНДИВІДУАЛЬНІ ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ

1. Визначення власних рекомендацій щодо підвищення ефективності міжособистісного спілкування в системі «психолог-клієнт».
2. Підібрати батарею тестів для роботи з клієнтом у якомусь одному напрямі психоконсультування (тривожність, агресивність, дитячі страхи і т. д.)
3. Описати схему психоконсультативної взаємодії за психодинамічним (КПТ, гештальт, психосинтез, тілесно-орієнтованим) напрямом з самостійно обраним запитом.
4. Описати консультативну бесіду з дитиною (підлітком), яка не бажає вчитись у школі (тривожна, має проблеми у спілкуванні з однолітками, має страхи і т. д.)
5. Зібрати портфоліо з технік та прийомів для ефективного консультативного процесу (мін. 30).

## ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

<b>Модульна контрольна робота до 1-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
1. Визначте, яким із видів психологічного консультування вам хотілося б займатися більше усього. Чим викликане таке ваше бажання? 2. Визначте для себе перелік психологічних дисциплін, що необхідно вивчити для того, щоб стати висококваліфікованим	1. На що в першу чергу необхідно звернути увагу для того, щоб ваше перше психологічне консультування виявилось достатньо результативним? 2. Встановіть сукупність методів практичного психологічного впливу на клієнтів, що вам як майбутньому психологу-консультанту бажано



консультантом-психологом.	засвоїти. Обґрунтуйте відповідь.
<b>3-й варіант</b>	<b>4-й варіант</b>
<p>1. Чому самому клієнту особисто, а не психологу-консультанту, варто робити остаточний вибір практичних рекомендацій за рішенням проблеми?</p> <p>2. Для чого бажано, щоб психолог-консультант забезпечив клієнта засобами ефективного контролю, за слушністю виконання отриманих рекомендацій?</p> <p>3. Яку ціль переслідують особисті зустрічі психолога-консультанта з клієнтом уже після того, як консультація практично завершена і клієнт одержав необхідні рекомендації за рішенням його проблеми?</p>	<p>1. По яким конкретним невербальним ознаках можна робити висновки про психологічний стан клієнта під час проведення консультації?</p> <p>2. Які жести, міміка, пантоміміка точно можуть говорити про позитивний настрій клієнта і про його позитивне ставлення до того, що відбувається в даний момент часу в консультації? Що конкретно з зазначеного вище може, навпаки, свідчити про негативний загальний настрій клієнта?</p> <p>3. Що потрібно робити психологу-консультанту, який вже має готові практичні рекомендації за рішенням проблеми клієнта?</p>

<b>Модульна контрольна робота до 2-го модулю</b>	
<b>1-й варіант</b>	<b>2-й варіант</b>
<p>1. Як діагностувати темперамент?</p> <p>2. Як практично оцінювати характер клієнта?</p> <p>3. Якою уявою діагностуються такі риси характеру, як тривожність, агресивність, залежність, відповідальність, прагнення до досягнення успіхів і запобіганню невдач?</p> <p>4. Що являють собою методики, призначені для оцінювання у клієнта психологічних якостей лідера?</p> <p>5. Якою уявою оцінюються акцентуовані риси характеру?</p>	<p>1. Які особливості функціонування й удосконалення короткочасної й оперативної пам'яті?</p> <p>2. Як поліпшити довільну й опосередковану пам'ять людини?</p> <p>3. Від чого залежить продуктивність зорової і слухової пам'яті?</p> <p>4. Що являють собою комунікативні здібності людини?</p> <p>5. Як визначити, чи є в клієнта які-небудь проблеми з розвитком його комунікативних здібностей?</p>
Підібрати діагностичний інструментарій по курсу (3-4 методики).	

## **ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ**

### *ПИТАННЯ ДО ІСПИТУ*


1. Основи консультування: історичний і дослідницький аспект. Рівні психологічної допомоги.

2. Основні напрямки роботи психолога-консультанта. Загальні і спеціальні вимоги, які пред'являються до психолога-консультанта.
3. Індивідуальний стиль у психологічному консультуванні.
4. Блоки креативності в психологічному консультуванні: зміст поняття, характеристика.
5. Професійно-етичні норми в роботі психолога - консультанта.
6. Особливості оформлення документації психолога-консультанта. Психологічний контракт.
7. Телефон довіри - інтенсивна короткотермінова психотерапія. Типи та категорії запитів.
8. Сутність технік «рапорт» та «підстройка» у консультативному інтерв'ю.
9. Ключові запитання кожного інтерв'ю. Основні принципи і мета формулювання запитань у психологічному консультуванні.
10. Основні навички, які використовуються психологом-консультантом в ході консультативного інтерв'ю: зміст, мета.
11. Зміст і мета прийомного інтерв'ю у психоконсультуванні.
12. Алгоритм консультативної зустрічі з сімейною парою (перелік основних запитань, модель поведінки консультанта, особливості сімейного консультування).
13. Алгоритм проведення прийомного інтерв'ю.
14. Особливості вікового, психолого-педагогічного консультування.
15. Консультування клієнтів з нетрадиційною сексуальною орієнтацією.
16. Консультування клієнтів з обмеженими можливостями.
17. Особливості консультування клієнтів похилого віку.
18. Можливі помилки консультанта в ході інтерв'ю і шляхи їх профілактики.
19. Характеристика консультативних підходів, орієнтованих на інсайт.
20. Характеристика консультативних підходів, орієнтованих на дію.
21. Структура консультативного інтерв'ю в різних консультативних моделях.
22. Типологія клієнтів і умови, які впливають на взаємини «консультант - клієнт».
23. Психологічна допомога при особистісній кризі.
24. Психологічна допомога при потенційному суїциді.
25. Психоконсультування ВІЛ-інфікованих клієнтів та їх оточення.
26. Комп'ютероманія. Алгоритм консультативної інтервенції.
27. Поняття «залежність». Основні види залежності (соціальна стадія, психічна залежність, фізична залежність, незворотній ступінь залежності).
28. Співзалежні взаємини. Принципи психоконсультування.
29. Особливості консультування на виробництві, у школах, вузах, у юридичній і клінічній практиці.
30. Основні принципи позитивної психології (Пезешкіан Н.).

## НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА «АКСІОЛОГІЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ»

*Опис дисципліни:* кредитів ECTS – 3; змістових модулів – 2;  
загальна кількість годин – 90;  
кількість годин самостійної роботи - 60.

*Форма підсумкового контролю:* залік.

 **Аксіологія** – це наука про цінності, учення про природу духовних, моральних, естетичних та інших цінностей, їх зв'язок між собою, із соціальними, культурними чинниками та особистістю людини. **Аксіологічна психологія особистості** — новітня царина персонологічних студій, суголосних сучасним науковим пошукам постнекласичних парадигмальних варіантів цілісного дослідження феномену особистості. Концепцію вперше запропоновано і досліджено Карпенко Зіновією Степанівною — українським науковцем, доктором психологічних наук. **Екологічна свідомість** — вищий рівень психічного відображення природного і штучного середовища, свого внутрішнього світу, рефлексія щодо місця і ролі людини в біологічному, фізичному та хімічному світі, а також саморегуляція даного відображення. Екологічній свідомості властиві всі ознаки свідомої діяльності людини взагалі з тією лише різницею, що вона ініційована екологічним змістом.

### Мета та завдання курсу

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Аксіологія екологічної свідомості» являється формування у студентів теоретичних знань про основні поняття і базові концепції сучасної екологічної психології в контексті аксіологічного підходу, ознайомлення з найбільш відомими підходами і поширеними методами екопсихологічних досліджень аксіологічної свідомості та екологічної свідомості у їх взаємовпливах; набуття навичок аналізу аксіопсихічних феноменів в контексті компліцит-концептуального підходу екологічної психології.

**Основними завданнями** вивчення дисципліни являються:

- дати уявлення про значимість аксіопсихологічної складової у вирішенні екологічних проблем сучасності;
- ознайомити взаємоінтеграцією базових понять екологічної психології та аксіологічної психології особистості;
- ознайомити поняттям аксіогенезу, типами та видами екологічних цінностей;
- дати уявлення про принцип інтегральної суб'єктності та його реалізацію в ході розвитку індивідуальної екологічної свідомості;

- показати значимість категорії причетності (компліцитності) людини до її життєвого оточення у здійсненні аксіогенезу особистості;
- розвинути у студентів практичні навички дослідження та формування екологічних цінностей та ціннісних орієнтацій як основи економативної поведінки.

### Перелік знань і умінь

У результаті вивчення курсу студент має:

#### **знати:**

- історію розвитку та методологічні засади екологічної психології та аксіологічної психології особистості;
- поняттєво-категоріальний апарат екологічної психології та аксіологічної психології особистості;
- вітчизняну та зарубіжні концепції аксіогенезу особистості в екопсихологічному контексті;
- діагностичні екопсихологічні методи у вивченні ціннісно-сміслової сфери;
- основи сучасних психологічних підходів до екологічної освіти та виховання в контексті аксіологічного підходу;

#### **уміти:**

- організовувати та проводити прикладні екопсихологічні дослідження ціннісно-сміслової сфери особистості;
- здійснювати аналіз та презентацію отриманих результатів;
- планувати та проводити екопсихологічні освітньо-виховні заходи з формування екологічних цінностей;
- застосовувати холістичний, суб'єктно-ціннісний підхід для інтерпретації інтенціонального змісту тих чи інших психічних феноменів екологічної свідомості;
- здійснювати порівняльний міждисциплінарний аналіз певних психічних явищ на предмет виявлення у них спільної екопсихологічної та аксіопсихологічної основи.

### Тематичний план курсу

#### ***Змістовий модуль 1. Гносеологічні й епістемологічні джерела аксіологічної психології особистості. Холістична концепція аксіопсихології особистості.***

**Тема 1. Предмет і метод аксіологічної психології особистості:** онтологічні виміри ціннісної свідомості особистості, діалогічні механізми персонального аксіогенезу, особистість як інтегральна суб'єктність, аксіологічні етапи розвитку суб'єктності особистості, стадії морального розвитку особистості, типологія персональних моральних та життєвих стилів.

**Тема 2. Гносеологічні джерела аксіопсихологічної психології особистості:** постановка проблеми в епістемологічному ракурсі:

телеологічний підхід у західній персонології; аксіологічна проблематика у вітчизняній психології особистості.

**Тема 3. Культурно-історичне пояснення аксіопсихіки й аксіогенезу особистості:** інтеріоризація суспільних цінностей як механізм породження смислових утворень особистості; нормо- і культуро-відповідні аспекти персонального аксіогенезу.

**Тема 4. Холістична концепція аксіопсихології особистості – досвід теоретико-методологічного синтезу:** принцип інтегральної суб'єктності – основа холістичної моделі аксіопсихіки особистості; синергія телеологічного й каузального підходів до аксіогенезу особистості; картографія суб'єктно-ціннісного трансцендування особистості.

## **Змістовий модуль 2. Аксіологічний підхід в екологічній психології. Екологічна етика.**

**Тема 5. Етика, її структура і роль у суспільстві.** Етика як вчення про мораль і компонент духовної культури. Нормативно-світоглядні завдання та основні функції етики. Види етики. Етика гуманістична і авторитарна: їх відмінності і схожість. Антитези егоїзму й альтруїзму, колективізму та індивідуалізму. Структура етичного знання. Прикладна етика та її структура: етика нормативна, ситуативна і професійна.

**Тема 6. Екологічна етика: сутність, предмет, статус і проблеми:** Екологічна етика в системі прикладного етичного знання. Міждисциплінарний характер екологічної етики: етика і екологія. Моральна сутність екологічних проблем. Співвідношення екологічної етики. Структура і зміст (проблемне поле) екологічної етики.

**Тема 7. Культурно-історичні аспекти відносин людини і природи: моральний зміст.** Ставлення до природи в архаїчній культурі. Первинні відносини людини і природи: тотемізм, анімізм, магія. Регулювання взаємовідносин людини і природи за допомогою табу і ритуалів. Погляди на природу в східній культурній традиції. Стародавні вчення Індії: ідея єдності Всесвіту. Моральні принципи: відмова від вбивства будь-якої живої істоти; усвідомлення єдності з усім сущим, споглядання, благоговіння, нірвана. Вчення про природу та мистецтві Леонардо да Вінчі. Вчення про Всесвіт Дж. Бруно. Промисловий етап взаємодії суспільства і природи.

**Тема 8. Моральні принципи, норми та цінності екологічної етики:** Принцип суб'єкт-суб'єктних відносин людини і природи як методологічна основа екологічної етики. Сприйняття людиною природи як Свого Іншого. Принцип «Благоговіння перед життям» А. Швейцера. Права Живого. Принцип морально-екологічної свободи і відповідальності. Дотримання моральних норм по відношенню до природи. Основні моральні постулати екологічної етики.

## **Рекомендована література**

### **Базова**

1. Борейко В.Е. Экологическая этика. Киев, 2004.

2. Введение в биоэтику. Учебное пособие. - М., 1999
3. Коновалова Л.В. Прикладная этика. Вып.1 Биоэтика и экоэтика. М., 1998.
4. Этика. Учеб. пособие /под ред. Мишаткиной Т.В., Яскевич Я.С. Мн., 2006.

### *Допоміжна*

1. Алексеев В.П. Очерки экологии человека. М., 1993.
2. Бганба-Церера В.Р. Становление экологической этики: проблемы и перспективы. – М., 1992.
3. Борейко В.Е. Краткий курс экологической этики. Киев, 2004.
4. Борейко В.Е. Популярный словарь по экологической этике и гуманитарной экологии. Киев, 2003.
5. Вернадский В. И. Биосфера и ноосфера. М., 1989.
6. Водопьянов П.А. Великий день гнева: экология и эсхатология. Мн., 1993.
7. Вронский В.А. Прикладная экология: учебное пособие. — Ростов-на-Дону, 1996.
8. Гиренок Ф.И. Экология, цивилизация, ноосфера. М., 1992.
9. Гирусов Э.В., Широкова И.Ю. Экология и культура. – М., 1989.
10. Гор Л. Земля на чаше весов. М., 1993;
11. Гура А.В. Символика животных в славянской народной традиции. М.: Индрик, 1997.
12. Жибуль И.Я. Экология, потребности, сущность, динамика, перспективы. М., 1991.
13. Иванов В. Г. Конфликт ценностей и решение проблем экологии. М., 1991.
14. Карпинская Р.С., Лисеев И.К., Огурцов А.П. Философия природы: коэволюционная стратегия. М., 1995.
15. Клаузура ноосферы. Сборник тезисов и статей по естественнонауч. обоснованию общечеловеч. этики. М., 1990.
16. Леопольд О. Календарь песчаного графства. М., 1980.
17. Леопольд О. Природная пирамида // Экологическая Антология. М., 1992.
18. Лось В. А. Взаимоотношения общества и природы. М., 1990.
19. Маркович Д. Ж. Социальная экология. / Пер. с сербохорват. М., 1991.
20. Медико-социальная экология личности: состояние и перспективы: Материалы между-народной конференции. – Мн., 4-5 апреля 2003 г./ БГУ.
21. Мишаткина Т.В. Этика. Практикум. Мн., 2003.
22. Мишаткина Т.В. Этика. Экспресс-курс. Мн., 2004.
23. Моисеев Н.Н. Человек, среда, общество. – М., 1991.
24. Нэш. Р. Права природы. История экологической этики. Киев: КЭКЦ, 2001.
25. Риган Т. В защиту прав животных. Линзи Э. Божественные права животных. Киев, 2004.

26. Сафонов И. А. Философские проблемы единства человека и природы. СПб., 1994.
27. Сингер П. Освобождение животных. Киев, 2002.
28. Токар Б. “Зеленая” альтернатива: создание экологического будущего. М., 1990.
29. Тоффлер А. Шок будущего. М., 2002.
30. Философия и экологическая проблема. М., 1990.
31. Фукуяма Ф. Наше постчеловеческое будущее. М., 2004.
32. Хесле В. Философия и экология. М., 1993.
33. Чумаков А.Н. Философия глобальных проблем. М., 1994.
34. Швейцер А. Благоговение перед жизнью. М., 1992
35. Экологическая альтернатива. М., 1990.
36. <http://www.priroda.org/library/nature.htm>
37. <http://ecolife.org.ua/education/apress/etica/g17.php>

## Інформаційні ресурси

1. Екологічна психологія.  
[http://pidruchniki.com/1414011337298/psihologiya/ekologichna\\_psihologiya](http://pidruchniki.com/1414011337298/psihologiya/ekologichna_psihologiya)
2. Екологічна психологія в Україні.  
<http://ecopsy.com.ua/index.php/laboratoriia/napriamky-doslidzhen/23-ekolohichna-svidomist>
3. Львовичкіна А.М. Основи екологічної психології.  
<http://subject.com.ua/pdf/179.pdf>
4. Найдыш О.В. Разработка проблемы обыденного сознания в отечественной философской традиции послеоктябрьского периода // Runivers.ru- Россия в подлиннике: [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.runivers.ru/philosophy/logosphere/140187/>
5. Предмет екологічної психології. <http://bibliograph.com.ua/socialnaya-ecologia/53.htm>
6. Скребець В.О. Екологічна психологія.  
[http://piznajsebe.at.ua/load/skrebec\\_voquotekologichna\\_psihologijaquot/3-1-0-100](http://piznajsebe.at.ua/load/skrebec_voquotekologichna_psihologijaquot/3-1-0-100)
7. Скребець Василь Олексійович. Особливості екологічної свідомості в умовах наслідків техногенної катастрофи : дис... д-ра психол. наук: 19.00.01 / Чернігівський обласний ін-т післядипломної педагогічної освіти. — Чернігів, 2006. — 441арк. — Бібліогр.: арк. 400-430.  
<http://disser.com.ua/content/251331.html>

## Інструкція до виконання самостійної роботи

У процесі завсоєння курсу «Аксіологія екологічної свідомості» використовуються такі **види** самостійної роботи:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;

- вивчення окремих тем або питань, що передбачені для самостійного опрацювання;
- поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової літератури;
- практичні завдання;
- конспектування першоджерел;
- підготовка виступів до семінарських занять;
- підготовка реферату з елементами наукового дослідження та його презентація.

### **Зверніть увагу!**

**1. Реферативна робота.** Упродовж семестру студент має підготувати два реферати, самостійно обравши одну із запропонованих тем. Результати роботи оформляються у вигляді реферату, вимоги до його написання подано у Додатку Б. **Обов'язкове завдання.**

**2. Виконання індивідуальних творчих завдань** сприяє розвитку у студентів фахових компетентностей та дає можливість збільшити кількість балів. Рекомендується виконати три завдання. **Виконується за бажанням.**

**3. Поточний контроль** передбачає виконання МКР. Виконати необхідно дві контрольні роботи. **Обов'язкове завдання.**

4. До заліку необхідно подати **конспект лекцій. Обов'язкове завдання.**

**Виконані завдання заносяться до щоденника індивідуальної роботи (Додаток А) та подаються викладачеві разом із конспектом лекцій у визначені терміни.**

## **ПИТАННЯ, ЩО ВІНОСЯТЬСЯ НА САМОСТІЙНЕ ОПРАЦЮВАННЯ**

### Заняття 3

#### Теоретичні питання

1. Екологічна етика: загальна характеристика.
2. Мораль та моральна свідомість.
3. Етика та екологія: моральна сутність екологічних проблем.
4. Основні напрямки екоетики: екофілософія, екофемінізм, глибинна екологія.

#### Практична частина

Виконання та обробка результатів методик «Езоп», «Натурофіл», Єрмакова «Екологічна компетентність».

### Заняття 4

#### Теоретичні питання

1. Морально-розуміюче ставлення до природи як ідеал екологічної етики.
2. Принцип «благоговіння перед життям» А.Швейцера. Права Живого.



3. Ставлення до тварин в історії людства.
4. Оформлення концепції прав тварин в сучасній культурі. Екологічна ідея дикої природи.

### Практична частина

Робота з анкетами «Екологічна культура», «Психолого-естетична експертиза пейзажу природи»

### Заняття 5

#### Теоретичні питання

1. Екологія людини: захист людини від людини. Проблема цінності життя людини.
2. Право людини на життя і на смерть.
  - Проблема суїциду – морально-психологічний аспект;
  - Проблема евтаназії: милосердя чи злочин;
  - Морально-правові аспекти реаніматології та трансплантології;
  - Етичні аспекти ставлення до новонароджених з дефектами розвитку.
  - Моральні проблеми штучного запліднення та абортів.
3. Етико-психологічні проблеми генної інженерії. Клонування та його наслідки.

### ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ

1. Історично первинні форми ставлення людини до природи.
2. Моральні основи «традиції управління».
3. Моральні основи «традиції співпраці».
4. Історична зміна парадигм: від антропоцентризму до НЕ-антропоцентризму.
5. Сучасні напрямки екологічної етики: біоцентризм і екоцентризму.
6. Сучасні напрямки екологічної етики: екофілософ і екофутурологія.
7. Сучасні напрямки екологічної етики: глибинна екологія і екофемінізм.
8. Предмет і завдання сучасної екологічної етики.
9. Структура екоетики: енвайронментальна свідомість, моральні відносини і моральна поведінка у взаємодії з природою.
10. Етичний сенс і цілі екологічної етики.
11. Проблема моральних цінностей у екоетики. Ідея рівних прав людини і природи.
12. Екологічний гуманізм. Принцип рівноцінності всього.
13. Основні принципи екоетики: екоцентризм, біоцентризм, пасіоцентризм, принцип Ноя.
14. Принцип екологізації моралі і «екологічний імператив» Н.М. Моїсеєва.
15. Сутність «морально-розуміючого» ставлення до природи.
16. Суб'єкт-суб'єктне ставлення Людини і Іншого Живого.

17. Принцип «благочиння перед життям» А. Швейцера. Права Живого.
18. Моральний борг, повага і любов до природи в екоетиці.
19. Принцип морально-екологічної свободи і відповідальності. Постулати О. Кінкі
20. Коеволюція як процес гармонізації взаємодії суспільства і природи.
21. Екологія людини. Проблема цінності життя людини і Іншого Живого: запитання пріоритету.
22. Право людини на життя і право на смерть.
23. Етичні аспекти проведення досліджень на людині і тваринах.

## **ІНДИВІДУАЛЬНІ ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ**

1. Філософські предтечі аксіопсихології особистості.
2. Соціалізація особистості в координатах "Великої п'ятірки": аксіопсихологічне тлумачення.
3. Аксіопсихологічний простір стилів подолання і захисних механізмів особистості.
4. Аксіопсихологічний зміст персональних переживань.
5. Аксіопсихологічна реконструкція соціетальних феноменів української ментальності.

## **ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ**

### **Тестові завдання.**

#### **Змістовний модуль 1.**

1. Дати розгорнуту характеристику властивостей антропоцентричної свідомості.
2. Особистісно-орієнтований компонент освіти.
3. Компетентістний підхід в освіті – це... .
4. Принципи акмеологічного підходу в освіті.
5. Аксіологія — це
6. Аксіологічна психологія вивчає: ... .
7. Термін “аксіосвідомість” вперше був запропонований ... .
8. Розкрийте сутність та основні концепції аксіогенезу особистості.
9. Назвіть основні етапи аксіогенезу.
10. Назвіть основні підходи до класифікації цінностей.

#### **Змістовний модуль 2.**

1. Дати розгорнуту характеристику властивостей екоцентричної свідомості.
2. Практично-орієнтований компонент освіти.
3. Охарактеризуйте співвідношення загальної етики та біоетики.
4. Принципи аксіологічного підходу в освіті.
5. Екологічна компетентність на думку О.М. Новікова – це:
6. А) особистісна характеристика надпрофесійного рівня;

- Б) відповідність до екологічного імперативу на шляху пошуку вирішення проблем;
  - В) застосування знань, умінь.
7. Екологоорієнтований світогляд – це..
  8. О.І.Новік-Качан виділяє наступні компоненти екологічної компетентності:
    - А) еколого-когнітивний, еколого-мотиваційний, етично-соціальний, професійно-поведінковий;
    - Б) змістовний, діяльнісний, особистісний;
    - В) мотиваційний, інтелектуальний, предметно-практичний;
    - Г) методологічний, мотиваційно-ціннісний, пізнавально-інформаційний, прогностичний.
  9. Д.С.Єрмаков виділяє наступні рівні екологічної компетентності:
    - А) близький до ідеального, достатній рівень, задовільний рівень, недостатній рівень, незадовільний рівень;
    - Б) низький, середній, високий;
    - В) достатній, недостатній.
  10. Розкрити сутність поняття “екологічні цінності”.
  11. Охарактеризувати співвідношення екологічної та аксіологічної свідомості.

## **ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ**

### *ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ*

1. Формування екологічної культури. Практично-орієнтована освіта.
2. Суб'єк-суб'єктна освіта (формування екологічної свідомості). Екопсихологічний підхід.
3. Етика як вчення про мораль і компонент духовної культури. Нормативно-світоглядні завдання та основні функції етики.
4. Види етики. Етика гуманістична і авторитарна: їх відмінності і схожість.
5. Антитези егоїзму й альтруїзму, колективізму та індивідуалізму. Структура етичного знання.
6. Прикладна етика та її структура: етика нормативна, ситуативна і професійна.
7. Екологічна етика в системі прикладного етичного знання.
8. Міждисциплінарний характер екологічної етики: етика і екологія. Моральна сутність екологічних проблем.
9. Співвідношення екологічної етики. Структура і зміст (проблемне поле) екологічної етики.
10. Ставлення до природи в архаїчній культурі.
11. Первинні відносини людини і природи: тотемізм, анімізм, магія. Регулювання взаємовідносин людини і природи за допомогою табу і ритуалів.
12. Погляди на природу в східній культурній традиції.

13. Стародавні вчення Індії: ідея єдності Всесвіту. Моральні принципи: відмова від вбивства будь-якої живої істоти; усвідомлення єдності з усім суцям, споглядання, благоговіння, нїрвана.
14. Вчення про природу та мистецтві Леонардо да Вінчі. Вчення про Всесвіт Дж. Бруно.
15. Промисловий етап взаємодії суспільства і природи.
16. Принцип суб'єкт-суб'єктних відносин людини і природи як методологічна основа екологічної етики.
17. Сприйняття людиною природи як Свого Іншого.
18. Принцип «Благоговіння перед життям» А. Швейцера. Права Живого.
19. Принцип морально-екологічної свободи і відповідальності.
20. Дотримання моральних норм по відношенню до природи.
21. Основні моральні постулати екологічної етики.
22. Гносеологічні джерела аксіопсихологічної психології особистості.
23. Культурно-історичне пояснення аксіопсихіки й аксіогенезу особистості.
24. Психодинамічне тлумачення аксіопсихічних феноменів.
25. Холістична концепція аксіопсихології особистості – досвід теоретико-методологічного синтезу.

## НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА «ЕКОЛОГО- ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ»

*Опис дисципліни:* кредитів ECTS – 3; змістових модулів – 3;  
загальна кількість годин – 90;  
кількість годин самостійної роботи - 60.

*Форма підсумкового контролю:* залік.



**Еколого-психологічний тренінг** – активне еколого-психологічне навчання, в основу якого покладено механізми групової взаємодії.

### Мета та завдання курсу

**Метою** тренінгу являється оволодіння студентами тренінговими технологіями та формування у них екологічної свідомості як передумови розвитку внутрішньої гармонізації та узгодженості взаємовпливів з природним, штучним та соціальним оточенням.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни являються:

- дати уявлення про теоретичні основи організації та проведення еколого-психологічного тренінгу;
- ознайомити з організаційно-методичними аспектами проведення тренінгу;
- практично відпрацювати основні методи еколого-психологічного тренінгу;
- підвищити рівень екологічної свідомості студентів;
- розвивати екологічно значимі життєві цінності студентської молоді;
- формувати у свідомості молоді екопсихологічної якості за ознаками «Я-причетність».

### Перелік знань і умінь

У результаті вивчення курсу студент має:

**знати:**

- теоретичні основи організації та проведення еколого-психологічного тренінгу;
- вітчизняні концепції методології екопсихологічного тренінгу;
- тренінгові методи роботи та процедурно-організаційні основи проведення еколого-психологічного тренінгу;
- сучасні підходи до розробки тренінгових програм екопсихологічного спрямування.

**уміти:**

- складати програму еколого-психологічного тренінгу;

- проводити тренінгові заняття;
- здійснювати аналіз та самоаналіз тренінгового заняття;
- відслідковувати динаміку змін структурних компонентів екологічної свідомості під впливом екопсихологічного тренінгу.

### **Тематичний план еколого-психологічного тренінгу «Вісім кроків до природи»**

**I блок «Світосприйняття як основа самопізнання»** спрямовується на усвідомлення особистісно значущих уявлень особистості про сутність власного «Я» через її взаємодію з оточуючим середовищем, розширення і поглиблення світогляду щодо впливу стереотипів на різні сфери життєдіяльності людей, у тому числі на екологічну складову.

**II блок «Цінності внутрішнього та зовнішнього світу людини»** орієнтується на осмислення та усвідомлення місця й ролі жінок і чоловіків у навколишньому світі; розширення бачень «Я-особистості» як певної цілісності, єдності зовнішнього і внутрішнього буття з власними життєвими орієнтирами й ціннісними установками; а також, на формування ціннісно-світоглядних позицій, які сприяють розвитку екологічного мислення.

**III блок «Конструктивна взаємодія з довкіллям»** передбачає розвиток в учасників умінь емпатійного реагування на різні життєві ситуації; набуття індивідуального та суспільного екологічного досвіду; наповнення екологічних дій та вчинків цінностями екоатрибутивної поведінки; відпрацювання навичок конструктивної взаємодії з довкіллям.

**IV блок «У гармонії із собою та всесвітом»** зорієнтований на формування відчуття причетності (компліцитності) до життєдіяльності природного, штучного середовища й свого внутрішнього світу, розвиток взаємозамінності гендерних ролей та гармонізацію «Я-концепції» учасників в еколого-психологічному просторі.

### **Рекомендована література**

#### **Базова**

1. Шлімакова І.І. Програма еколого-психологічного тренінгу для старшокласників «Вісім кроків до природи» / І.І. Шлімакова // Практична психологія та соціальна робота. – 2013. – № 7 (172). – С. 21-28; № 8 (173). – С. 24-30.
2. Шлімакова І.І. Психологічні підходи до формування екологічної свідомості особистості / І.І. Шлімакова // Педагогічний процес: теорія і практика : зб. наук. пр. Благодійного фонду імені Антона Макаренка Київського ун-ту імені Бориса Грінченка. – К., 2012. – Вип. 1. – С. 258-267.

#### **Допоміжна**

1. Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Методики диагностики и коррекции отношения к природе. – М. : ЦКФЛ РАО, 1995. – 147 с.
2. Дерябо С.Д. ,Ясвин В.А. Экологическая педагогика и психология. – Ростов н/Д : Феникс, 1996. – 480 с.
3. Левочкина А.М. Использование активных методов в изучении экологической психологии с целью формирования экологического сознания студентов высших учебных заведений // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Т. 7. Екологічна психологія / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2003. – Ч. 1. – С. 236-240.
4. Мамешина О.С. Эколого-психологический тренинг для учащейся молодежи : науч.-практ. пособие.– Николаев : Изд-во Южнославян. ин-та КСУ, 2006. – 94 с.

### *Інформаційні ресурси*

1. Шлімакова І.І. Програма еколого-психологічного тренінгу для старшокласників «Вісім кроків до природи»  
<http://liber.onu.edu.ua/opacunicode/index.php?url=/notices/index/IdNotice:652435/Source:default#>

## **Інструкція до виконання самостійної роботи**

У процесі завсоєння курсу «Еколого-психологічний тренінг» використовуються такі **види** самостійної роботи:

- опрацювання теоретичних основ прослуханого лекційного матеріалу;
- підготовка та проведення тренінгових занять;
- фото-звіт про проведення тренінгу;
- самоаналіз проведення занять.

### **Зверніть увагу!**

**1. Підготовка та проведення тренінгових занять** передбачає розробку чотирьох занять, по одному заняттю з кожного блоку у відповідності до тематичного плану тренінгу «Вісім кроків до природи». Варто розробити та провести **чотири тренінгові заняття. *Обов'язкове завдання.***

### **Структура кожного тренінгового заняття**

**Вступна частина** включає чотири етапи, а саме: знайомство, прийняття (повторення) правил роботи групи, вступ до теми, очікування від тренінгу.

**Основна частина** передбачає: оцінку рівня інформованості учасників з проблеми, яка обговорюється, актуалізація проблеми, інформаційний блок, набуття практичних навичок.

**Заключна частина** має на меті підведення підсумків роботи, одержання зворотного зв'язку.

**2. Реферативна робота.** Упродовж семестру студент має підготувати **один** реферат на тему «Особливості еколого-психологічного тренінгу». Результати роботи оформляються відповідно з Додатком Б. **Обов'язкове завдання.**

**3.** До заліку необхідно подати **конспекти розроблених тренінгових занять, фото-звіти про їх проведення, самоаналіз. Обов'язкове завдання.**

**Виконані завдання** заносяться до щоденника індивідуальної роботи (Додаток А) та подаються викладачеві разом із конспектом лекцій у визначені терміни.




## МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО НАПИСАННЯ РЕФЕРАТУ

Написання і захист реферату є важливою формою самостійної навчальної діяльності студентів.

**Реферат** (від лат. «*referrate*» – доповідати, повідомляти) – 1) короткий усний або письмовий виклад наукової праці, результатів наукового дослідження, змісту книги, статті та ін.; 2) доповідь на будь-яку тему, написана, зроблена на основі критичного огляду літературних та інших джерел.

У зв'язку з цим **навчальний реферат** – це самостійна творча робота студента, що засвідчує його знання психологічної літератури з певної теми, розуміння основних підходів до вирішення наукової і практичної проблеми, а також відображає власні професійні погляди майбутнього психолога та демонструє його вміння усвідомлювати психолого-педагогічні явища на основі теоретичних знань.

 **Реферат** не є дослівним переказом тексту підручника або навчального посібника, а являє собою одну з форм наукового дослідження на певну тему, творчо перероблену на основі знайомства зі станом сучасних наукових досліджень (науково-проблемний реферат) або виклад основних положень певних видань чи їх частин (оглядово-інформаційний реферат).

У процесі роботи над рефератом можна виділити **чотири етапи**:

1. **Вступний** – вибір теми, складання списку літератури для опрацювання, початок її вивчення, розробка плану і написання вступу.

2. **Основний** – детальне опрацювання літератури, робота над змістом та висновками реферату.

3. **Прикінцевий** – оформлення реферату, самокритична оцінка його змісту і виправлення виявлених недоліків.

4. **Захист реферату** (під час семінарського заняття).

**Структура реферату** містить такі елементи: титульна сторінка; план; вступ; основна частина (розділи, пункти і підпункти); висновки; список використаних джерел; додатки.

**План** реферату – це точний і короткий перелік положень в тому порядку, в якому вони розташовуватимуться в рефераті протягом розкриття теми. Складання плану реферату необхідно розпочати ще на етапі вивчення

літератури. Грамотно побудований план реферату відповідає сформульованій темі, меті та завданням роботи.

Обсяг **вступу** повинен складати 1-2 сторінки та являти собою обґрунтування актуальності обраної теми, оцінку стану дослідження наукової проблеми. У вступі формулюють мету і визначають завдання реферату, дають короткий загальний огляд наявної літератури та використаних джерел.

Зміст **основної частини** реферату має відповідати його темі, меті й завданням. Послідовно розкривайте всі передбачені планом питання, обґрунтуйте, пояснюйте основні положення, підкріплюйте їх конкретними прикладами і фактами, формулюйте думки чітко, просто, правильно та недвозначно (щоб і самому було зрозуміло), а також прагніть логічно структурувати текст.

У рефераті треба висловлювати своє ставлення до того, що викладається. Всі міркування потрібно аргументувати. Варто прагнути, щоб виклад матеріалу був виразним, літературно грамотним, уникати повторень і марнослів'я.

До того ж, необхідно дотримуватися таких загальних правил:

- у наукових текстах не рекомендується вести мову від першої особи однини (судження краще висловлювати в безособовій формі);
- при згадуванні в тексті прізвища обов'язково перед ним ставити ініціали;
- кожний розділ (пункт) починати з нової сторінки;
- при викладі різних поглядів і наукових положень, цитат, витягів з літератури, необхідно посилатися на використане джерело.

**У висновках** не потрібно переказувати зміст роботи, а важливо висвітлити такі аспекти:

- оцінити ступінь досягнення мети і виконання завдань роботи;
- перерахувати та стисло охарактеризувати відомі наукові підходи досліджених проблеми, а також виділення нових аспектів, дискусійних питань, що підлягають подальшому вивченню;
- визначити, що є цінним у реферованій роботі, що вимагає додаткового аналізу й уточнення, а що викликає сумніви.

Обсяг висновків – 1-2 сторінки.

**Список використаних джерел** оформлюється у відповідності до загальноприйнятих вимог складання бібліографії.

Важливу роль у сприйнятті реферату відіграє його **оформлення**. Текст роботи друкують розбірливо з одного боку аркуша (формат А-4); набір тексту здійснюється стандартним 14 шрифтом Times New Roman; окремі частини (абзаци), розділи, пункти і підпункти чітко виділяються (кольором, підкресленням, відступом); міжрядковий інтервал – 1,5; відступ в абзацах – 1,25 см; текст реферату необхідно друкувати, залишаючи береги таких розмірів: лівий – 30 мм, правий – 15 мм, верхній – 20 мм, нижній – 20 мм. Сторінки реферату нумеруються знизу по центру.

**Обсяг реферату** – 15-20 сторінок.



**Подумайте!** Чи варто намагатися просто "скачати" готовий реферат, який вдалося відшукати в численних колекціях віртуальної мережі. Крім самообману, посилення комплексу меншовартості та ймовірного отримання відмітки про залік, така "робота" не принесе ніякої користі для розвитку Вашої особистості як майбутнього фахівця.

# НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

Шлімакова П., Дяченко В.А., Мунасіпова-Мотяш І.А.,  
Буковська О.О., Гірченко О.Л.

## САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ

Навчально-методичний посібник  
для студентів III курсу  
спеціальності "Психологія"

Технічний редактор

Комп'ютерна верстка  
та макетування

О. Буковська

*Свідоцтво про державну реєстрацію  
друкованого засобу масової інформації  
серія КВ № 17500-6250 ПР від 16.11.2010 р.*

---

Підписано до друку 28.03.2012 р. Формат 60 x 90 1/16.

Папір офсетний. Друк на різнографі.

Ум. друк. арк. 4,19. Обл.-вид. 2,82.

Наклад 100 прим. Зам. № 566.

Редакційно-видавничий відділ ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка.  
14013, вул. Гетьмана Полуботка, 53, к. 208.  
Тел. 65-17-99.