

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
КАФЕДРА ЮРИДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор НАВС
полковник поліції
Сергій ЧЕРНЯВСЬКИЙ
14.08.2026

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ КРИЗОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Статус дисципліни:	обов'язкова
Рівень вищої освіти:	другий
Ступінь вищої освіти:	магістр
Галузь знань:	С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»
Спеціальність:	С4 «Психологія»
Освітня програма:	«Психологія (поліцейські)»
Форма здобуття вищої освіти:	заочна
Мова навчання:	українська
Форма підсумкового контролю:	екзамен
Рік набору:	2026



Київ – 2026

Розробник: Марина ГАЛИЧ, доцент кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри юридичної психології
від 06. 08. 2026 року № 24

Завідувач кафедри юридичної психології



Маріанна БУДАНОВА

Схвалено на засіданні науково-методичної ради НАВС від 11. 08.
2026 року, протокол № 8.

Результати щорічного перегляду робочої програми навчальної дисципліни

Робоча програма переглянута на 20____/20____ н.р. без змін; зі змінами (Додаток ____).
(потрібне підкреслити)

Протокол засідання кафедри
____ 202__ № ____

Протокол засідання науково-методичної ради
від ____ 202__ № ____

Робоча програма переглянута на 20____/20____ н.р. без змін; зі змінами (Додаток ____).
(потрібне підкреслити)

Протокол засідання кафедри
____ 202__ № ____

Протокол засідання науково-методичної ради
від ____ 202__ № ____

Робоча програма переглянута на 20____/20____ н.р. без змін; зі змінами (Додаток ____).
(потрібне підкреслити)

Протокол засідання кафедри
____ 202__ № ____

Протокол засідання науково-методичної ради
від ____ 202__ № ____

1. Загальні відомості про навчальну дисципліну

Предметом вивчення навчальної дисципліни «Актуальні проблеми кризової психології» є сучасні теоретико-методологічні та прикладні проблеми психологічного пізнання кризових явищ; закономірності виникнення, перебігу та подолання особистісних і колективних криз; психологічні механізми реагування людини на кризові та психотравмувальні події; особистісні й соціальні ресурси адаптації та відновлення, а також наукові засади надання психологічної допомоги в умовах суспільної нестабільності, воєнних загроз і підвищеного професійного ризику.

Метою навчальної дисципліни «Актуальні проблеми кризової психології» є формування у здобувачів і здобувачок вищої освіти системного розуміння сучасних проблем кризової психології та здатності до їх критичного осмислення й практичного розв'язання. Досягнення мети передбачає опанування сучасних наукових підходів до вивчення кризових станів; розуміння психологічних наслідків війни, втрат, вимушеного переміщення та тривалої невизначеності; засвоєння принципів оцінювання психологічних потреб і ресурсів особистості; оволодіння науково обґрунтованими методами кризового втручання, психологічної підтримки та психопрофілактики; формування здатності визначати доцільність і межі застосування психологічних інтервенцій, оцінювати їх результативність та організовувати взаємодію з іншими фахівцями. Особлива увага приділяється психологічному забезпеченню діяльності працівників поліції, підтримці осіб, які постраждали внаслідок кризових подій, і збереженню професійного психічного здоров'я.

Загальноосвітня мета: забезпечення здобувачів і здобувачок вищої освіти системою знань про актуальні напрями досліджень у кризовій психології, понятійно-категоріальний апарат, методологічні принципи та сучасні моделі психологічної допомоги; формування вміння критично аналізувати наукові джерела, зіставляти теоретичні підходи й оцінювати доказову обґрунтованість практичних методів; поглиблення розуміння чинників психологічної вразливості та стійкості, конструктивних і деструктивних способів подолання криз, а також умов відновлення психологічного благополуччя особистості.

Виховна мета: формування гуманістичної спрямованості професійної діяльності, поваги до гідності, прав та індивідуального досвіду людини, яка перебуває у кризовому стані; утвердження відповідального ставлення до дотримання етичних принципів психологічної допомоги, конфіденційності та меж професійної компетентності; розвиток культури недискримінаційної взаємодії, готовності до міжпрофесійної співпраці й усвідомлення необхідності збереження власного психічного здоров'я. Важливим складником є виховання відповідальності за психологічну безпеку професійного середовища та запобігання повторній психологічній травматизації під час взаємодії з постраждалими.

Розвивальна мета: сприяння розвитку критичного та аналітичного мислення, професійної рефлексії, емпатії, емоційної саморегуляції та

толерантності до невизначеності; формування здатності комплексно оцінювати кризові ситуації, визначати психологічні потреби й ресурси особистості, обґрунтовувати вибір методів допомоги та прогнозувати можливі наслідки професійних рішень. Передбачається також розвиток дослідницьких умінь, здатності інтегрувати наукові знання у практичну діяльність, адаптувати способи психологічної підтримки до особливостей конкретної ситуації та здійснювати безперервне професійне самовдосконалення.

Пререквізити: дисципліна викладається на першому курсі але передбачено наявна система знань з таких навчальних дисциплін як: загальна психологія, соціальна психологія, фізіологія вищої нервової діяльності та психофізіологія, психодіагностика, клінічна психологія, основи психологічної корекції та психотерапії, диференційна психологія, основи практичної психології.

Постреквізити: засвоєння дисципліни створює основу для подальшого формування професійних компетентностей щодо надання психологічної допомоги особам у кризових, екстремальних і психотравмувальних ситуаціях.

Компетентності відповідно до освітньої програми ступеня вищої освіти магістр:

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК):

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльності (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги особам (групам осіб) у складних життєвих ситуаціях.

Програмні результати навчання (ПР):

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі вищої освіти повинні:

знати:

- предмет, завдання та значення кризової психології для професійної діяльності психолога;
- основні види кризових ситуацій (особистісні, міжособистісні, соціальні, суспільні) та їх психологічні особливості;
- закономірності виникнення та перебігу кризових станів, механізми їх подолання;
- теоретичні основи кризової інтервенції, консультування та психосоціальної підтримки;
- сучасні міжнародні підходи до надання психологічної допомоги в умовах екстремальних ситуацій і воєнних дій.

вміти:

- визначати сутність кризових станів, давати визначення ключових понять та розкривати їх зміст;
- застосовувати методи кризової діагностики та консультування;
- аналізувати причини та наслідки кризових явищ, узагальнювати результати досліджень і практичного досвіду;
- добирати та ефективно використовувати техніки психологічної підтримки й інтервенції залежно від ситуації;
- розробляти стратегії допомоги особам, які перебувають у кризі, з урахуванням їхніх індивідуальних і соціальних особливостей.

2. Структура навчальної дисципліни

Найменування показників:	Характеристика навчальної дисципліни			
	Денна форма здобуття вищої освіти		Заочна форма здобуття вищої освіти	
	д/б	ксф	д/б	ксф
Кількість кредитів ECTS – 3	Рік підготовки			
			1	
	Семестр			
			1-2	
Загальна кількість годин – 90	Лекції (годин)			
			4	
	Семінарські заняття (годин)			
			-	
	Практичні заняття (годин)			
			10	
	Самостійна робота (годин)			
			76	
	Вид підсумкового контролю			
			екзамен	

3. Тематичний план

*Для здобувачів вищої освіти ступеня магістра заочної форми навчання
(за кошти державного бюджету)*

№ з/п	Назви тем	Нормативний обсяг годин	з них				
			Усього годин з викладачем	з них			Самостійна робота
				Лекцій	Семінарських занять	Практичних занять	
1.	Методологічні основи та система принципів кризової психології. Екстрена психологічна допомога.	22	2	-	-	2	20

2.	Психодіагностичний інструментарій та методи дослідження стану осіб у кризових ситуаціях.	31	6	2	-	4	25
3.	Особливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях.	37	6	2	-	4	31
Усього годин:		90	14	4		10	76
Підсумковий контроль: екзамен							

4. Плани семінарських та практичних занять

*заочна форма здобуття вищої освіти,
за рахунок коштів державного бюджету*

Тема 1. Методологічні основи та система принципів кризової психології. Екстрена психологічна допомога в роботі поліцейських (2 год.)
Навчальні питання до практичного заняття №1:

1. Кризові ситуації в організаціях та на виробництві.
2. Екстремальні ситуації. Типологія екстремальних ситуацій, що можуть виникнути в організаціях.
3. Відпрацювання навичок невідкладної допомоги при кризових та екстремальних ситуаціях.

Тема 2. Психодіагностичний інструментарій та методи дослідження стану осіб у кризових ситуаціях (4 год.)
Навчальні питання до практичного заняття №1:

1. Загальні принципи діагностичної роботи із особами, що постраждали внаслідок психотравмуючої ситуації.
2. Особливості проведення клінічного інтерв'ю.
3. Загальні принципи діагностичної роботи із особами, що постраждали внаслідок психотравмуючої ситуації.

Навчальні питання до практичного заняття №2.

1. Особливості проведення клінічного інтерв'ю.
2. Особливості проведення діагностичної бесіди.

Тема 3. Особливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях (4 год.)
Навчальні питання до практичного заняття №1.

1. Поняття «екстрена психологічна допомога» в умовах надзвичайної ситуації.

2. Допомога в екстремальних ситуаціях, які пов'язані із загрозою для життя.

3. Психологічна допомога клієнтам у кризових станах.

4. Особливості надання психологічної допомоги клієнтам із депресією.

Навчальні питання до практичного заняття №2.

1. Особливості надання психологічної допомоги клієнтам з тривожністю.

2. Особливості надання психологічної допомоги клієнтам зі страхом і фобіями.

3. Особливості роботи психолога з клієнтами, які переживають втрату.

4. Особливості роботи психолога з невиліковно хворими клієнтами.

5. Завдання для самостійної роботи, критерії її оцінювання

Самостійна робота здобувачів передбачає опрацювання лекційного матеріалу, словникову роботу, підготовку до семінарських та практичних занять, вивчення окремих розділів дисципліни на основі використання рекомендованих основних та додаткових літературних джерел, підготовку мультимедійних презентацій з окремих тем та питань дисципліни, розв'язання тестових завдань, добір прикладів для тлумачення теоретичних положень, повторення навчального матеріалу та підготовку до підсумкового контролю тощо (таблиця 1).

Теми для написання доповідей

1. Формування життєвої стратегії особистості у період кризи.

2. Причини виникнення та шляхи запобігання кризових станів особистості.

3. Кризове консультування як вид психологічної допомоги.

4. Особливості саморегуляції поведінки у кризових та екстремальних ситуаціях.

5. Особливості психологічної допомоги особистості при втраті.

6. Умови та правила надання першої психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях, що виникають в організаціях.

7. Психологічні аспекти допомоги під час травматичних криз.

8. Види кризової психологічної допомоги.

9. Травматична криза та можливості її опанування.

10. Внутрішні ресурси у переживанні кризових подій та травматичних ситуацій.

11. Самосвідомість та Я-концепція особистості у контексті кризових переживань.

12. Психоаналітичний підхід до кризових станів та переживань особистості.

13. Когнітивно-поведінковий підхід у роботі із працівниками організацій, які пережили екстремальну ситуацію.

14. Гуманістичний підхід до кризових станів та переживань особистості.

15. Способи запобігання виникненню деструктивних кризових переживань.

Таблиця 1

№	Вид самостійної роботи	Зміст діяльності здобувача	Результат, що подається на оцінювання	Максимальна кількість балів
1.	Опрацювання та систематизація теоретичного матеріалу	Самостійне опрацювання визначених теоретичних питань за рекомендованими навчальними та науковими джерелами	– структурований конспект; – тези; – порівняльна таблиця; – схема; – інший засіб систематизації, погоджений із викладачем	2
2.	Аналіз наукових джерел	Пошук, відбір, опрацювання, порівняння та узагальнення результатів наукових досліджень за визначеною проблематикою	аналітичний огляд наукових джерел (рекомендовано 3–5 джерел) із визначенням проблеми, мети, основних результатів досліджень, порівнянням позицій авторів та сформульованим узагальненням	4
3.	Аналітичне / проблемне завдання	Самостійний аналіз теоретичної або практичної проблеми, професійної ситуації, кейсу чи суперечливого питання	– аналіз прикладного кейсу; – порівняння психологічних підходів; – аналіз проблемної ситуації; – визначення причин і наслідків психологічного явища; – обґрунтування	4

			професійного рішення; – порівняльна таблиця; – письмовий аналіз із висновками.	
4.	Практичне професійно орієнтоване завдання	Застосування теоретичних положень і наукових підходів для розв'язання завдань, наближених до професійної діяльності психолога	– психодіагностичний висновок; – протокол психологічного обстеження; – алгоритм професійних дій – план психологічної роботи; – програма психологічного втручання; – рекомендації; – професіограма; – аналіз професійної ситуації	5
5.	Індивідуальне аналітико-практичне завдання	Самостійне виконання завдання, що передбачає аналіз визначеної проблеми, систематизацію наукової інформації та її застосування для розроблення конкретного рішення або професійно орієнтованого результату	– аналітична записка; – мініпроект; – презентація; – методична розробка; – модель; – схема; – алгоритм; – пам'ятка; – рекомендації;	5
Всього (max):				20 балів

Тема 1. Методологічні основи та система принципів кризової психології. Екстрена психологічна допомога в роботі поліцейських (самостійна робота – 20 годин)

1. Підготуйте презентацію за планом лекційного заняття.
2. Законспекуйте до словника основні терміни навчальної дисципліни: кризова психологія; психологічна криза; кризова ситуація; критична життєва подія; екстремальна ситуація; надзвичайна ситуація; нормативні та ненормативні кризи; вікові, екзистенційні та професійні кризи; криза ідентичності; особистісна та колективна криза; психологічна травма; психотравмувальна подія; колективна травма; психологічні наслідки війни; стрес; дистрес; травматичний стрес; гостра стресова реакція; гострий стресовий розлад; посттравматичний стресовий розлад; комплексний посттравматичний стресовий розлад; розлади адаптації; психологічна вразливість; психологічна дезадаптація; фрустрація; дисоціація; втрата та горювання; невизначена втрата; тривалий розлад горювання; суїцидальна поведінка; суїцидальний ризик; самоушкоджувальна поведінка; психологічні механізми захисту; стратегії подолання стресу; психологічна адаптація; психологічна стійкість; особистісні ресурси; соціальна підтримка; емоційна саморегуляція; психологічна безпека; психологічне благополуччя; посттравматичне зростання; кризове втручання; перша психологічна допомога; кризове консультування; психологічна стабілізація; оцінювання кризового стану; оцінювання ризиків і потреб; психоедукація; психопрофілактика; психологічна реабілітація; психосоціальна підтримка; травмаінформований підхід; доказово обґрунтовані психологічні інтервенції; повторна психологічна травматизація; вторинний травматичний стрес; вікарна травматизація; професійне вигорання; втома від співчуття; професійні межі; етика психологічної допомоги; супервізія; міжпрофесійна взаємодія.
3. Підготуйте одне із запропонованих завдань (на Ваш вибір).

Питання для контролю знань:

1. У чому полягає специфіка предмета, мети та основних завдань кризової психології?
2. Які міждисциплінарні зв'язки визначають розвиток теорії та практики кризової психології?
3. Як співвідносяться поняття «психологічна криза», «кризова ситуація», «екстремальна ситуація» та «психотравмувальна подія»?
4. Які основні наукові підходи застосовують до пояснення виникнення, перебігу та подолання психологічних криз?
5. У чому полягає значення принципів системності, розвитку та детермінізму для вивчення кризових станів?
6. Як принципи індивідуального підходу та врахування соціокультурного контексту реалізуються під час надання психологічної допомоги?
7. Які методи дослідження застосовують у кризовій психології та якими є етичні обмеження їх використання?
8. Як взаємодіють ситуаційні чинники, суб'єктивна оцінка події та особистісні ресурси у виникненні кризового стану?

9. Які емоційні, когнітивні, поведінкові та тілесні прояви можуть свідчити про переживання людиною психологічної кризи?

10. За якими ознаками можна оцінити потребу особи в невідкладній психологічній підтримці та залученні інших фахівців?

Тема 2. Психодіагностичний інструментарій та методи дослідження стану осіб у кризових ситуаціях.

(самостійна робота – 25 годин)

Підготуйте одне із запропонованих завдань (на Ваш вибір):

Орієнтовний перелік методик:

1. Опитувальник для скринінгу посттравматичного стресового розладу.
2. Контрольний перелік питань для оцінки ПТСР (PCL-5).
3. Шкала самооцінки наявності ПТСР (PCL-C). Цивільна версія.
4. «Контрольний перелік життєвих подій» (LEC).

Питання для контролю знань:

1. Які вимоги до надійності, валідності та мовно-культурної адаптації слід урахувати під час добору психодіагностичних методик?
2. Як обґрунтувати вибір однієї методики відповідно до мети обстеження, особливостей досліджуваної особи та умов проведення?
3. Яких етичних вимог необхідно дотримуватися під час отримання інформованої згоди, проведення обстеження та збереження його результатів?
4. Які відомості має містити висновок за результатами психологічного скринінгу та як у ньому відображаються обмеження отриманих даних?
5. Як результати скринінгу можуть бути використані для визначення потреб особи в подальшому обстеженні, психологічній підтримці та направленні до відповідних фахівців?

Тема 3. Особливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях.

(самостійна робота – 31 година)

Підготуйте одне із запропонованих завдань (на Ваш вибір):

1. *Порівняльний аналіз форм психологічної допомоги у кризових ситуаціях.* Підготуйте таблицю, у якій порівняйте першу психологічну допомогу, кризове консультування та психотерапевтичну допомогу за метою, завданнями, умовами надання, тривалістю та вимогами до професійної підготовки фахівця.

2. *Алгоритм надання першої психологічної допомоги в роботі поліцейського.* Розробіть послідовність дій поліцейського під час взаємодії з особою, яка пережила кризову подію. Відобразіть оцінювання безпеки, встановлення контакту, з'ясування нагальних потреб, надання підтримки та залучення відповідних служб.

3. *Аналіз практичної ситуації надання психологічної допомоги.* На основі навчального або змодельованого випадку визначте психологічні потреби постраждалої особи, можливі ризики та ресурси підтримки. Обґрунтуйте послідовність допомоги й окресліть межі компетентності поліцейського.

4. *Особливості підтримувального спілкування з людиною у кризовому стані.* Підготуйте приклад діалогу поліцейського з постраждалою особою. Поясніть доцільність обраних висловлювань і прийомів активного слухання. Наведіть приклади комунікативних помилок та запропонуйте коректні альтернативи.

5. *Психологічна допомога особам, які переживають втрату.* Розкрийте особливості психологічної підтримки людини у процесі горювання. Проаналізуйте роль індивідуальних потреб, соціального оточення та культурних особливостей у виборі способів допомоги.

6. *Особливості надання психологічної допомоги дітям і підліткам у кризових ситуаціях.* Підготуйте рекомендації щодо встановлення контакту, урахування вікових особливостей, забезпечення відчуття безпеки та взаємодії з батьками або іншими законними представниками.

7. *Психологічна підтримка осіб, які постраждали внаслідок воєнних подій або вимушеного переміщення.* Проаналізуйте їхні можливі психологічні та соціальні потреби. Запропонуйте напрями підтримки з урахуванням тривалої невизначеності, пережитих втрат і доступних ресурсів.

8. *Етичні засади надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях.* Розгляньте навчальний випадок, що містить етичну дилему. Обґрунтуйте рішення з урахуванням поваги до гідності людини, добровільності прийняття допомоги, конфіденційності та меж професійної компетентності.

9. *Запобігання повторній психологічній травматизації під час взаємодії з постраждалими.* Складіть пам'ятку для працівників поліції щодо організації спілкування та поведінки у кризовій ситуації. Поясніть, як запропоновані рекомендації сприяють психологічній безпеці особи.

10. *Міжпрофесійна взаємодія під час надання допомоги у кризових ситуаціях.* Розробіть схему взаємодії поліцейського, психолога, медичного працівника та представника соціальних служб на прикладі конкретного навчального випадку. Визначте завдання кожного учасника та порядок передавання необхідної інформації.

Питання для контролю знань:

1. Трамбування психологічної допомоги в кризових станах?
2. Які основні види психологічної допомоги застосовуються у кризових ситуаціях?
3. У чому полягає сутність першої психологічної допомоги?
4. Які основні етапи надання першої психологічної допомоги?
5. Як встановити контакт з людиною, яка перебуває у стані гострої стресової реакції?

6. Індивідуальні завдання

Не передбачені навчальним планом.

7. Методи навчання

Під час викладання навчальної дисципліни застосовуються методи навчання, спрямовані на формування у здобувачів вищої освіти теоретичних знань, практичних умінь і професійних навичок щодо аналізу кризових та екстремальних ситуацій, розпізнавання деструктивних психоемоційних станів особистості, надання першої психологічної допомоги та психологічної підтримки в умовах ризику, небезпеки й психотравмувального впливу.

У процесі навчання використовуються словесні, наочні, практичні, проблемно-пошукові, частково-пошукові, інтерактивні та інформаційно-комунікаційні методи навчання. До словесних методів належать лекція, пояснення, розповідь, бесіда, дискусія та діалог. Наочні методи реалізуються шляхом використання мультимедійних презентацій, схем, таблиць, навчальних відеоматеріалів, нормативно-правових документів та інших дидактичних матеріалів.

Практична підготовка забезпечується виконанням завдань, аналізом професійних ситуацій (кейсів), розв'язанням ситуаційних вправ, підготовкою презентацій, виконанням практичних вправ, розробленням професійного маршруту майбутнього психолога та іншими видами самостійної роботи.

Для активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти використовуються інтерактивні методи навчання: навчальна дискусія, аналіз проблемних ситуацій, метод аналогій, синтез думок, робота в малих групах, презентація результатів навчальної діяльності та їх колективне обговорення.

Залежно від змісту навчального матеріалу застосовуються проблемні, евристичні та дослідницькі методи навчання, що сприяють розвитку професійного мислення, формуванню навичок аналізу психологічних явищ, усвідомленню ролі психолога в різних сферах професійної діяльності та розвитку мотивації до подальшого професійного становлення.

За зовнішніми формами організації навчальної діяльності використовуються:

- словесні методи (лекція, пояснення, бесіда, дискусія);
- наочні методи (демонстрація презентацій, схем, відеоматеріалів, аналіз нормативних документів і навчально-методичних матеріалів);
- практичні методи (виконання практичних та індивідуальних завдань, ситуаційних вправ, кейсів, презентацій);
- інноваційні методи (інтерактивне навчання, цифрові освітні технології, елементи проєктного навчання, використання електронного освітнього середовища та онлайн-ресурсів).

8.Форми та методи контролю, критерії оцінювання результатів навчання та перелік орієнтовних завдань (питань) для підсумкового контролю

Форми контролю: поточний (тематичний), підсумковий, контроль залишкових знань. (Положення про внутрішню систему забезпечення якості освітньої діяльності в Національній академії внутрішніх справ. URL: <https://okop.naiu.kiev.ua/assets/files/example3/quality.pdf>)

Методи контролю – усне опитування, тестовий контроль, виконання індивідуальних завдань, підготовка та презентація результатів самостійної роботи, письмове опитування, розв'язання ситуаційних завдань, оцінювання навчального портфоліо (за наявності) тощо.

Поточний контроль здійснюється у щоденній роботі для перевірки засвоєння попереднього матеріалу і виявлення прогалин у знаннях здобувачів. Здійснюється він протягом усього періоду вивчення навчальної дисципліни з метою перевірки рівня засвоєння теоретичних знань, сформованості загальних уявлень про професію психолога, особливості професійної діяльності, етичні засади професії, структуру підготовки фахівців та вимоги до професійної компетентності. Поточний контроль передбачає систематичне оцінювання активності здобувачів освіти під час лекційних і семінарських занять, результатів виконання індивідуальних і самостійних завдань, участі в обговоренні навчальних питань, аналізі професійних ситуацій та виконанні тестових завдань.

Тематичний контроль здійснюється періодично, після вивчення нової теми, і має на меті систематизацію знань здобувачів щодо змісту професійної діяльності психолога, нормативно-правового забезпечення професійної діяльності, академічної доброчесності, професійної етики та перспектив професійного розвитку. Форми контролю: усне опитування, тестування та виконання письмових завдань.

Підсумковий контроль проводиться після завершення вивчення навчальної дисципліни. Форма контролю: *екзамен*.

Екзамен – форма підсумкового контролю, що полягає в оцінюванні рівня знань, умінь та навичок (компетентностей) з освітнього компонента або його окремої завершеної частини та передбачає виставлення оцінок у балах ЄКТС, що за національною шкалою оцінювання відповідає оцінці «відмінно», «добре», «задовільно» або «незадовільно».

Підсумкова кількість балів з екзамену з навчальної дисципліни розраховується як середнє арифметичне суми результатів аудиторної роботи та самостійної роботи разом (≤ 100) та результату підсумкового контролю (≤ 100).

Результати навчання з аудиторної роботи обчислюються за таким алгоритмом:

- шляхом множення середнього бала на коефіцієнт 16 з подальшим математичним заокругленням до цілого числа;
- середній бал розраховується як відношення суми всіх отриманих

оцінок до загальної кількості показників, що включає: мінімальну кількість позитивних оцінок за національною шкалою оцінювання («відмінно», «добре», «задовільно») (далі – позитивні оцінки); кількість «додаткових» позитивних оцінок з урахуванням коефіцієнта 0,7; кількість невідпрацьованих «незадовільних» оцінок та/або невідпрацьованих пропусків навчальних занять, при цьому:

- мінімальна кількість позитивних оцінок має становити не менше ніж 1/3 (33%) від загальної кількості семінарських, практичних та лабораторних занять, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни, при цьому лекційні заняття до розрахунку зазначеного показника не включаються. Для здобувачів вищої освіти, які навчаються за індивідуальним графіком, мінімальна кількість позитивних оцінок має становити не менше ніж 1/3 (33 %) від загальної кількості індивідуальних занять, передбачених індивідуальним графіком. Якщо 1/3 (33 %) від кількості занять становить дробове число, то до розрахунку береться наступне ціле число;

- за умови отримання здобувачем вищої освіти менше ніж 1/3 (33 %) позитивних оцінок, відсутні до цієї вимоги оцінки враховуються як «нуль» при обчисленні середнього бала;

- коефіцієнт 0,7 застосовується до кількості «додаткових» позитивних оцінок, що перевищують встановлений мінімум, з метою стимулювання здобувачів вищої освіти до покращення результатів аудиторної роботи протягом усього періоду вивчення освітнього компонента;

- невідпрацьовані «незадовільні» оцінки та/або невідпрацьовані пропуски навчальних занять враховуються як «нуль» під час розрахунку суми всіх отриманих оцінок;

- відпрацювання «незадовільних» оцінок та/або відпрацювання пропущених навчальних занять з тем освітніх компонентів, що стосуються заходів безпеки при застосуванні поліцейських заходів примусу, є обов'язковим.

Відпрацювання всіх інших «незадовільних» оцінок та/або пропущених навчальних занять не є обов'язковим.

Максимальний результат оцінювання аудиторної роботи здобувача вищої освіти становить 80 балів, а бали, що перевищують цей показник – не враховуються.

Формула розрахунку загального результату аудиторної роботи:

$$РАР = \frac{СОО}{МКПО + КДПО \times 0,7 + КННОНПЗ} \times 16 ,$$

де:

РАР – результат аудиторної роботи;

СОО – сума отриманих оцінок;

МКПО – мінімальна кількість позитивних оцінок (1/3 (33 %) від кількості семінарських, практичних, лабораторних занять, передбачених РПНД). При цьому, якщо МКПО становить дробове число, то до розрахунку береться наступне ціле число;

КДПО – кількість «додаткових» позитивних оцінок, тобто оцінок, що перевищують МКПО;

КННОНПЗ – кількість невідпрацьованих «незадовільних» оцінок та/або невідпрацьованих пропущених занять.

Загальна кількість балів за самостійну роботу визначається як сума балів, отриманих за її виконання, згідно з критеріями оцінювання, визначеними в розділі 5 робочої програми навчальної дисципліни.

Формула розрахунку підсумкової кількості балів з екзамену:

$$\text{ПКБ(Екз)} = \frac{(\text{РАР} + \text{РСР}) + \text{РПК}}{2}, \text{ де:}$$

ПКБ – підсумкова кількість балів;

РАР – результат аудиторної роботи;

РСР – результат самостійної роботи;

РПК – результат підсумкового контролю.

Критерії оцінювання результатів навчання

Загальні критерії оцінювання (*Положення про внутрішню систему забезпечення якості освітньої діяльності в Національній академії внутрішніх справ* URL: <https://okop.naiu.kiev.ua/assets/files/example3/quality.pdf>)

Високий (творчий) рівень – оцінка 5 (90...100). Здобувач вищої освіти систематично за поточним й за підсумковим контролем виявив:

- глибокі знання навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації;
- вміння аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку, чітко, лаконічно, логічно послідовно дав відповіді на поставлені питання,
- вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних завдань та аналізувати достовірність одержаних результатів, допускаючи деякі неточності.

Достатній (конструктивно-варіативний) рівень – оцінка 4 (82...89). Здобувач вищої освіти за поточним й підсумковим контролем:

- виявив міцні знання навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації,
- аргументовано дав відповіді на поставлені питання, виявив вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач, допускаючи неточності і несуттєві помилки.

конструктивний рівень – оцінка 4 (75...81).

- виявив достатні знання навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації, дав відповіді на поставлені питання, які, однак, містять певні (неістотні) неточності, достатні вміння застосовувати теоретичні положення під час розв’язання практичних задач

Середній (репродуктивний) – оцінка 3 (64...74 балів). Здобувач вищої освіти за поточним й підсумковим контролюми:

- виявив посередні знання значної частини навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації,

- дав мало аргументовані відповіді на поставлені питання, які містять істотні неточності, слабкі вміння застосовувати теоретичні положення при розв’язуванні практичних завдань;

достатній (репродуктивний) – оцінка 3 (60...63 балів). Здобувачі виявив;

- слабкі знання навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації,

- дав неточні або мало аргументовані відповіді на поставлені питання, з порушенням послідовності викладення, слабкі вміння застосовувати теоретичні положення під час розв’язання практичних задач, допускаючи суттєві помилки.

Низький (рецептивно-продуктивний) – оцінка 2 (0...59). Здобувач вищої освіти:

- виконав значну частину видів навчальної роботи,
- за поточним й підсумковим контролюми виявив незнання значної частини навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації,

- допустив істотні помилки у відповідях на поставлені питання;
- виявив невміння застосовувати теоретичні положення під час розв’язання практичних завдань (здобувач вищої освіти має право на повторний підсумковий контроль);

(непродуктивний) – оцінка 2 (1...34):

- виявив незнання значної частини навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься у рекомендованих джерелах інформації,

- допустив істотні помилки у відповідях на поставлені питання,
- виявив невміння орієнтуватися під час розв’язання практичних задач, незнання основних фундаментальних положень (здобувач вищої освіти обов’язково повинен повторно вивчити навчальну дисципліну).

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Оцінка в балах	Екзамен	
	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	відмінно
82–89	B	добре
75–81	C	добре

64–74	D	задовільно
60–63	E	задовільно
0–59	F	незадовільно

9.Інструменти, обладнання, програмне забезпечення,використання яких передбачає дисципліна

Програми та силабус навчальної дисципліни, мультимедійна система з можливостями візуальної презентації навчальних матеріалів у вигляді слайдів та аудіо-/відео-, тексти лекції, навчально-методичні матеріали на офіційному вебпорталі НАВС «Дистанційні курси».

10. Перелік питань для підсумкового контролю з навчальної дисципліни

1. Поняття кризової ситуації та кризи.
2. Критичні події та їх види.
3. Динаміка протікання кризи.
4. Типові ознаки кризи та її причини.
5. Типові ознаки кризи.
6. Причини кризи.
7. Специфіка кризових ситуацій.
8. Теоретичні та практичні аспекти психології екстремальних ситуацій.
9. Екстремальні (надзвичайні) ситуації: загальна характеристика.
10. Види передбачуваності екстремальних ситуацій.
11. Екстремальні ситуації техногенного характеру.
12. Екстремальні ситуації природного характеру.
13. Екстремальні ситуації соціального характеру.
14. Особливості надання першої психологічної допомоги при кризових та екстремальних ситуаціях.
15. Перша психологічна допомога, особливості її надання.
16. Особливості надання першої психологічної допомоги особам, що мають в анамнезі посттравматичний стресовий розлад.
17. Базові принципи психологічної діагностики постраждалих осіб.
18. Особливості проведення клінічного інтерв'ю з особами, які постраждали внаслідок травмівної ситуації.
19. Принципи клінічного інтерв'ювання.
20. Етичні принципи клінічного інтерв'ю.
21. Структура клінічного інтерв'ю.
22. Особливості проведення діагностичної бесіди з особами, які постраждали внаслідок травмівної ситуації.
23. Структура діагностичної бесіди.

24. Поняття посттравматичного стресового розладу.
25. Типи посттравматичного стресового розладу.
26. Ознаки посттравматичного стресового розладу.
27. Особливості скринінг-діагностики посттравматичного стресового розладу.
28. Взаємозв'язок між посттравматичним стресовим розладом та суїцидальними нахилами.
29. Особливості діагностики суїцидальних нахилів.
30. Методи психологічної допомоги особам, які пережили психотравмуючу подію. Характеристика методів, які використовуються під час події та невдовзі після неї.
31. Методи психологічної допомоги особам, які пережили психотравмуючу подію. Характеристика методів, які використовують на віддалених етапах роботи.
32. Психологічний дебрифінг як метод надання психологічної допомоги.
33. Структура психологічного дебрифінгу.
34. Особливості психологічного консультування при травмі.
35. Метафоричні асоціативні карти як засіб психологічного консультування.
36. Особливості та межі можливості використання метафоричних асоціативних карт при роботі із травмою.
37. Техніка BASIC ID (Р. Лазарус).
38. Психотерапевтична робота з особами, які пережили кризовий стан чи екстремальну ситуацію.
39. Метод десенсибілізації та переробки травм рухом очей (EMDR).
40. Стадії EMDR-терапії.
41. Арт-терапія при роботі з особами, які пережили травмуючу ситуацію.
42. Види арт-терапії.
43. Робота із піском (пісочниця), як метод подолання кризового стану.
44. Особливості виходу із кризового стану за допомогою роботи із глиною.
45. Поняття горя. Стадії переживання горя.
46. Психологічна допомога особі, які знаходяться у стані горя.
47. Трьох ступенева модель допомоги у випадку гострої реакції втрати (М. Вайтхед).
48. Особливості діагностики рівня тривожності осіб, які перебувають у стані кризи.
49. Особливості діагностики наявності депресивних станів.
50. Діагностика відчуття самотності особистості, яка переживають кризу.
51. Діагностика особливостей емоційного стану після перенесеної екстремальної події.
52. Діагностика рівня невротизації у осіб, які пережили травматичну подію.
53. Особливості діагностики міжособистісних відносин.

54. Визначення особливостей копінг-поведінки у осіб, які пережили кризу.
55. Характеристика опитувальника для скринінгу посттравматичного стресового розладу.
56. Загальна характеристика контрольного переліку питань для оцінки ПТСР (PCL-5).
57. Загальна характеристика «Шкала самооцінки наявності ПТСР (PCL-C). Цивільна версія».
58. Загальна характеристика «Методики «Контрольний перелік життєвих подій» (LEC).
59. Загальна характеристика «Методики «Шкала оцінювання впливу травматичної події» (IES-R).
60. Загальна характеристика Методики «Карта суїцидального ризику».
61. Формування життєвої стратегії особистості у період кризи.
62. Причини виникнення та шляхи запобігання кризових станів особистості.
63. Кризове консультування як вид психологічної допомоги.
64. Особливості саморегуляції поведінки у кризових та екстремальних ситуаціях.
65. Характеристика екстремальних ситуацій в організаціях.
66. Особливості психологічної допомоги особистості при втраті.
67. Умови та правила надання першої психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях.
68. Психологічні аспекти допомоги під час травматичних криз.
69. Види кризової психологічної допомоги.
70. Психологічна допомога при потенційному суїциді.
71. Травматична криза та можливості її опанування.
72. Захисні механізми та робота із психологічним супротивом клієнта.
73. Психологічні аспекти переживання кризи професійного розвитку у працівників організацій.
74. Внутрішні ресурси у переживанні кризових подій та травматичних ситуацій.
75. Тілесно-орієнтована психотерапія у роботі з особами, які пережили кризову ситуацію.
76. Арт-терапія при роботі з особами, які пережили кризову ситуацію.
77. Самосвідомість та Я-концепція особистості у контексті кризових переживань.
78. Творчість як чинник подолання кризового стану.
79. Психоаналітичний підхід до кризових станів та переживань особистості.
80. Когнітивно-поведінковий підхід у роботі з особами, які пережили екстремальну ситуацію.

81. Нейролінгвістичне програмування у роботі з особами, які пережили екстремальну ситуацію.
82. Гуманістичний підхід до кризових станів та переживань особистості.
83. Способи запобігання виникненню деструктивних кризових переживань.
84. Загальна характеристика методів психологічної допомоги особам, які пережили психотравмуючі події.
85. Робота із методом дебрифінгу.
86. Психологічне консультування при травмі із застосуванням метафоричних асоціативних карт (МАК).
87. Оглядова характеристика методу EMDR.
88. Арт-терапія та особливості її застосування при психологічних травмах.
89. Психотерапевтична робота із піском та глиною.
90. Особливості психологічної допомоги при переживанні горя.

11. Рекомендована література

Основна

1. Галич М. Ю. Особливості динаміки емоційних станів поліцейських-учасників операції об'єднаних сил у реабілітаційний період: дис. канд. психол. наук: 053. Київ, 2020. 207 с. URL: <http://elar.naiau.kiev.ua/jspui/handle/123456789/17885>.
2. Кузікова С., Зливков В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. Психологічний супровід особистості в умовах війни : навч. посіб. Київ ; Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2024. 260 с.
3. Євдокимова Н., Зливков В., Лукомська С., Котух О. Особистість в умовах війни: психологічна діагностика та допомога : навч. посіб. Київ, 2025. 198 с.
4. Кокун О. М. Життестійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
5. Чистовська Ю. Ю. [та ін.] Психологічна резильєнтність особистості в умовах війни : колект. монографія / за заг. ред. Ю. Ю. Чистовської, О. В. Куліш. Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2024. 168 с.
6. Овчаренко О. Ю. Управління стресом: практичні інструменти самопомоги : навч. посіб. Київ : Університет «Україна», 2024. 248 с. DOI: 10.36994/978-966-388-690-9-2024-248.
7. Чиханцова О. А. Резильєнтність як особистісний ресурс українців в умовах воєнного стану // *Журнал сучасної психології*. 2025. № 2 (37). С. 146–153. DOI: 10.26661/2786-7471/2025-2-16.
8. Дуфинець В., Щербан Т., Гоблик В., Брецько І., Варга В. Психологічна допомога цивільному населенню в контексті негативного впливу війни:

проблема вдосконалення законодавства // *Social and Legal Studios*. 2024. Vol. 7, no. 2. P. 242–254. DOI: 10.32518/sals2.2024.242.

9. Spivak Y., Spivak L., Omelchenko S. Psychological assistance in crisis and military challenges: problems of training specialists // *The Modern Higher Education Review*. 2025. No. 10. P. 104–127. DOI: 10.28925/2617-5266/2025.104.

10. Бондзик Д. М. Психологічні чинники схильності до ризику поліцейських-комбатантів : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2025. 323 с.

Додаткова література

1. Олійник В. О. Особистісні чинники постдосвідного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2025. 345 с.

2. Spytska L. Psychological trauma and its impact on a person's life prospects // *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*. 2023. Vol. 9, no. 3. P. 82–90. DOI: 10.52534/msu-pp3.2023.82.

3. Yeager K. R., Roberts A. R., eds. *Crisis Intervention Handbook: Assessment, Treatment, and Research*. 5th ed. New York : Oxford University Press, 2025. DOI: 10.1093/oso/9780197687833.001.0001.

4. Український медичний часопис. 2019. 22 липня. URL:<https://www.umj.com.ua/article/159875/posttravmatichnij-stresovij-rozlad-rekomendatsiyi-z-profilaktiki-ta-likuvannya>.

Інформаційні ресурси

1.Офіційний сайт Міністерства внутрішніх справ України URL: <https://mvs.gov.ua/>

2.Державна служба з надзвичайних ситуацій. Офіційний веб-сайт. <http://www.mns.gov.ua>

3.Офіційний сайт МОЗ <https://moz.gov.ua/>

4.Офіційний сайт Національної поліції України. URL: <https://www.npu.gov.ua/>

5.Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. URL: www.nbuv.gov.ua

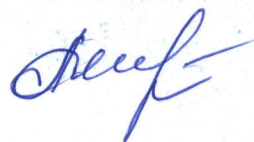
6.Національна Парламентська бібліотека України. URL: www.nplu.org

7. Національна бібліотека України ім. Ярослава Мудрого. URL: <http://nlu.org.ua>

8. МОЗ України. Психічне здоров'я. URL: <https://moz.gov.ua/mental-health>

9. Бібліотека НАВС. URL: <https://dn.naiu.kiev.ua/mod/url/view.php?id=798&lang=en>.

Підпис автора РПНД



Марина ГАЛИЧ