



УНІВЕРСИТЕТ ТРАНСФОРМАЦІЇ  
МАЙБУТНЬОГО

## ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «УНІВЕРСИТЕТ ТРАНСФОРМАЦІЇ МАЙБУТНЬОГО»

### СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

#### «Теоретичні та прикладні аспекти психодіагностики особистості у кризових ситуація»

КАФЕДРА Психології, педагогіки та філософії

<https://uft.in.ua/>

Телефон: +38 (073) 047-26-26

E-mail: [info@uft.in.ua](mailto:info@uft.in.ua)

Викладач – Чорней Марина Петрівна

Галузь знань	С Соціальні науки, журналістика та інформація					
Шифр та назва спеціальності	С4 «Психологія»					
Назва освітньо-професійної програми	«Психологія»					
Рівень вищої освіти	Другий (магістрський) рівень					
Статус навчальної дисципліни (обов'язкова/вибіркова)	Вибіркова					
Мова викладання	Українська					
Форма навчання	Семестр викладання	Обсяг навчальної дисципліни	Лекції (годин)	Практичні заняття (годин)	Самостійна робота (годин)	Підсумковий контроль
Денна	2	120	16	16	88	Залік
Заочна	2	120	6	6	108	Залік

## ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ

<b>Анотація дисципліни</b>	Навчальна дисципліна «Теоретичні та прикладні аспекти психодіагностики особистості у кризових ситуаціях» спрямована на формування сучасного уявлення про життєві кризи як особливі умови життєдіяльності людини, ознайомлення з методами психологічної діагностики особистості в кризових станах.
<b>Мета і завдання дисципліни</b>	<p>Метою навчальної дисципліни «Теоретичні та прикладні аспекти психодіагностики особистості у кризових ситуаціях» є формування у студентів наукових знань про сутність, природу та специфіку кризових станів; їх причини та особливості перебігу; особливості психічного життя особистості в умовах кризи; основні види психологічної діагностики.</p> <p><i>У результаті опанування курсу здобувачі освіти повинні знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- основні поняття та категорії психології кризових станів;</li><li>- особливості емоційних переживань, інших проявів і поведінки особистості у кризові періоди життя;</li><li>- базове поняття про травматичні стресові розлади;</li><li>- основні засади здійснення психологічної діагностики особистості в кризових життєвих обставинах.</li><li>- основні види діагностики здатності до подолання кризових і стресових ситуацій.</li></ul>
<b>Навички Soft skills</b>	<p><i>1. Комунікативні навички</i> Вміння чітко та зрозуміло висловлювати свої думки усно і письмово. Активне слухання та врахування позицій співрозмовника. Використання невербальних засобів для ефективної комунікації.</p> <p><i>2. Емоційна компетентність</i> Розпізнавання власних емоцій та емоцій інших людей. Управління емоційними реакціями у стресових чи конфліктних ситуаціях. Розвиток емпатії та співчуття в міжособистісній взаємодії.</p> <p><i>3. Конфліктологічні навички</i> Конструктивне вирішення конфліктів та ведення переговорів. Використання асертивності для відстоювання власної позиції без агресії. Аналіз причин конфлікту та вибір ефективних стратегій взаємодії.</p> <p><i>4. Навички публічного виступу</i> Формування переконливої аргументації та структури виступу. Застосування риторичних прийомів і невербальних сигналів для взаємодії з аудиторією. Подолання тривожності та самоперевірка перед публічними виступами.</p> <p><i>5. Цифрова комунікативна культура</i></p>

	Вміння вести етичну та безпечну комунікацію у соціальних мережах та онлайн-середовищі. Уміння критично оцінювати інформацію та уникати дезінформації. Повага до етичних норм і приватності інших учасників онлайн-спілкування.
<b>Методи навчання</b>	<p>1. <i>Лекційні та інтерактивні методи</i>: проблемно-орієнтовані лекції з використанням презентацій, відеоматеріалів, сучасних кейсів, міні-лекції з подальшим обговоренням у форматі «питання– відповідь».</p> <p>2. <i>Дискусійні методи</i>: групові дискусії та дебати на теми новітніх психологічних підходів, метод «круглого столу» для аналізу сучасних проблем і рішень у сфері психологічної допомоги.</p> <p>3. <i>Практично-орієнтовані методи</i>: розбір реальних та змодельованих кейсів (case-study), рольові ігри та моделювання професійних ситуацій (наприклад, «психолог – клієнт»), тренінги з розвитку комунікативних та емпатійних навичок.</p> <p>4. <i>Самостійна та дослідницька робота</i>: підготовка індивідуальних есе та рефлексивних щоденників, виконання міні-досліджень, пошук та аналіз інноваційних методик у сучасній практиці, проєктна робота (створення авторських програм чи тренінгів з психологічної допомоги).</p> <p>5. <i>Колективні методи навчання</i>: робота в малих групах для пошуку спільних рішень, фасилітовані групові заняття з обміном досвідом, колективний мозковий штурм.</p>
<b>Матеріально-технічні ресурси</b>	<p>Ноутбук.</p> <p>Мультимедійний проектор.</p> <p>Доступ до глобальної мережі Internet.</p> <p>Хмарні технології підтримки освітнього процесу:</p> <p>Google Classroom / Moodle (підтримка практичних занять)</p> <p>Google Meet / Zoom (онлайн-лекції, практичні заняття)</p>
<b>ІНФОРМАЦІЯ ПРО КОНСУЛЬТАЦІЇ</b>	
Відповідно до затвердженого графіка	
<b>ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ</b>	
<b>Назви змістових модулів</b>	<b>Зміст модулів</b>
<b>МОДУЛЬ 1. Теоретичні аспекти</b>	<b>Тема 1.1. Сучасні класифікації кризових ситуацій та методологічні підходи до їх вивчення</b>

дослідження кризових ситуацій	Тема 1.2. Психологія стресу: особливості виникнення, закономірності розвитку та наслідки
	Тема 1.3. Стратегії подолання кризових ситуацій у контексті індивідуальних властивостей особистості.
Змістовий модуль 2. Методики емпіричного дослідження особливостей переживання людиною кризових ситуацій	Тема 2.1. Діагностика психічного стану особистості в кризових ситуаціях.
	Тема 2.2. Особливості проведення клінічного інтерв'ю.
	Тема 2.3. Методики діагностики копінг-стратегій
	Тема 2.4. Психодіагностика ПТСР

## СПИСОК ОРІЄНТОВНИХ ТЕМ ДЛЯ ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

1. «Криза» як категорія: зміст та соціально-психологічні аспекти аналізу
2. Психологія життєвих криз: феноменологія та психосоціальні наслідки.
3. Форми переживання людиною життєвих криз.
4. Основні психологічні реакції в умовах переживання гострого та хронічного стресу
5. Інтегративна модель гнучкості до стресу BASIC Ph.
6. Поняття резиліентності особистості.
7. Основні психологічні маркери переживання травматичних ситуацій.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

### Основна

1. Гріньова О.М. Дитяча психодіагностика: навчально-методичний посібник / О.М. Гріньова, Л.А. Терещенко. – Вінниця: Нілан-ЛТД, 2015. – 227 с.
2. Герасименко Л.О. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навч. посіб. / Л.О. Герасименко, А.М. Скрипніков, Р.І. Ісаков. — К. : ВСВ «Медицина», 2023. — 120 с.
3. Зливков В.Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.<https://core.ac.uk/download/pdf/77241343.pdf>
4. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. – Львів: Львівський державний університет

внутрішніх справ, 2015. – 324 с.

5. Карамушка Л. М. Вплив копінг-стратегій на структурні компоненти психічного здоров'я. Актуальні проблеми психології. 2021. Т.1. Вип. 57. С.12-21.
6. Кризова психологія: навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2019. 401с.
7. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / М. Мюллер. – / Львів: Свічадо, 2024, – 120с.
8. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. – Київ, 2018. – 208 с.
9. Основи науково-психологічних досліджень : навч.-метод. посіб. / Автори : З. М. Адамська, І. П. Андрійчук, О. М. Воронкевич, Г. К.Радчук, С. В. Чопик, М. М. Шпак / ред. Г. К. Радчук. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. 214 с.
- 10.Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / І.О. Черезова. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

#### Додаткова

- 11.Важинський С.Е. Методика та організація наукових досліджень: Навчальний посібник / С. Е. Важинський, Т. І. Щербак. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. – 260 с.
- 12.Варбан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви / Є. О. Варбан // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д.Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 10. Кам'янецьПодільський : Аксіома, 2010. С. 120–133.
- 13.Герасименко Л.О. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навч. посіб. / Л.О. Герасименко, А.М. Скрипніков, Р.І. Ісаков. — К. : ВСВ «Медицина», 2023. — 120 с.
- 14.Довідник діагностичних критеріїв DSM-5 від Американської психіатричної асоціації / пер. з англ. О. Лисак, М. Прокопович; наук. ред. В.Горбунова, Л. Засекіна О. Плевачук. Львів: Галицька Видавнича Спілка, 2023. 536 с. 18.
- 15.Казібекова В.Ф. Психологічні ресурси особистості: філософсько-психологічний зміст. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2017. № 2. Том 1. С. 120–127.
- 16.Кризова психологія: навчально-методичний комплекс для студентів спеціальності «психологія» / укл. Кривоконь Н.І.. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2014. 17 с.
- 17.Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. – 160 с.

#### Інформаційні ресурси

1. Герберг К. Розуміти травматичний досвід. Путівник для безпосередніх учасників та їхніх родин. Львів: Видавництво «Свічадо», 2015. 71 с. [https://dkrkm.org.ua/cache/2022-2023/konf/031122/konf\\_2.pdf](https://dkrkm.org.ua/cache/2022-2023/konf/031122/konf_2.pdf)

2. Коkun O.M. Ментальне здоров'я волонтерів: генез психосоматичних порушень в умовах ПТСР / Коkun O.M., Візнюк I.M., Пайкуш M.A., Долинний С.С., Ордатій А.В.,
3. Карімулін Р.Ф. // EMERGENCY MEDICINE. – 2025. – № 20(8).  
<https://emergency.zaslavsky.com.ua/index.php/journal/article/view/1807>
4. Коkun O. M., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с. <https://surl.li/sircah>
5. Панок В.Г. Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання [Електронний ресурс] – Режим доступу: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/download/374/437/>
6. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с. ULR: [https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/psiholog\\_travm.pdf](https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/psiholog_travm.pdf)
7. Чабана О. «Психологія травми та ПТСР. Ч.1» [https://www.youtube.com/watch?v=Q\\_3OiHebIy0](https://www.youtube.com/watch?v=Q_3OiHebIy0)

### ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	<b>A</b>	відмінно
80 – 89	<b>B</b>	добре
65 – 79	<b>C</b>	
55 – 64	<b>D</b>	
50 – 54	<b>E</b>	задовільно
35 – 49	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання
1 – 34	<b>F</b>	незадовільно з можливістю повторного вивчення дисципліни

### Денна форма

Поточне оцінювання Мін. – 30 б. Макс. – 50 б.	Кількість	Бал (за одиницю)	Всього балів	Підсумковий контроль Мін. – 20 б. Макс. – 50 б.	
Робота на практичних заняттях	8	3	24	Залік	1-50
Презентація результатів виконаних індивідуальних завдань	2	7	14		
Виконання проміжних модульних контролів	2	6	12		
<b>Всього</b>			<b>50</b>		<b>50</b>
			<b>100</b>		

## Заочна форма

Поточне оцінювання Мін. – 30 б. Макс. – 50 б.	Кількість	Бал (за одиницю)	Всього балів	Підсумковий контроль Мін. – 20 б. Макс. – 50 б.	
Робота на практичних заняттях	3	3	10	Залік	1-50
Презентація результатів виконаних індивідуальних завдань	4	7	28		
Виконання проміжних модульних контролів	2	6	12		
Всього			50	50	
			100		