

Сумський державний педагогічний університет  
імені А.С. Макаренка

НН Інститут педагогіки і психології

Кафедра \_\_\_\_\_ Психології \_\_\_\_\_

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**КОРОТКОТРИВАЛЕ КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ**  
(назва навчальної дисципліни)

галузь знань \_\_\_\_\_ 05 Соціальні та поведінкові науки \_\_\_\_\_  
(шифр і назва галузі знань)

спеціальність \_\_\_\_\_ 053 Психологія \_\_\_\_\_  
(шифр і назва )

освітня-програма Психологія  
другого (магістерського) рівня вищої освіти  
(назва)

Мова навчання \_\_\_\_\_ українська \_\_\_\_\_

**УХВАЛЕНО**

Рішенням кафедри психології  
Протокол № 1 від 27 серпня 2020 року

Суми – 2020

### Загальна інформація про дисципліну

Назва дисципліни	<b>Короткотривале кризове консультування</b>
Викладач	Мотрук Т.О. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Профайл викладача (-ів)	<a href="https://psy.sspu.edu.ua/index.php/kafedra/sklad-kafedri/37-motruk">https://psy.sspu.edu.ua/index.php/kafedra/sklad-kafedri/37-motruk</a>
Контактний тел.	+380664961730
E-mail:	motruk.t@gmail.com
Сторінка курсу в Moodle	<a href="https://dl.sspu.edu.ua/course/view.php?id=2336">https://dl.sspu.edu.ua/course/view.php?id=2336</a>
Консультації	Очна. Кафедра психології. Понеділок 10.00-12.00

#### Анотація до дисципліни

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є особливості короткотривалого консультування осіб у стані кризи різного характеру. Дисципліна охоплює наступне коло питань: теоретичні основи та дослідницькі проблеми короткотривалого кризового консультування; зони відповідальності, впливу та очікувані результати подолання наслідків психотравми; розглядаються особливості проведення короткотривалого кризового консультування; надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих. Особливу увагу приділено розумінню механізмів дії на психіку людини психокорекційних методів. Специфікою курсу «Короткотривале кризове консультування» є те, що він поєднує та активує знання, набуті на попередніх курсах, із новою інформацією та вміннями, при цьому формує навички їх використання у специфічних обставинах обмеженого консультативного часу.

Курс «Короткотривале кризове консультування» ґрунтується на знанні таких попередньо вивчених курсів, як: «Основи психотерапії», «Основи психокорекції з практикумом», «Життєві кризи особистості», «Основи клінічної психології», «Сучасні технології психологічного консультування» і т.ін.

#### Мета і завдання дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Короткотривале кризове консультування» є ознайомлення студентів із структурою сучасного короткотривалого кризового консультування, її основними розділами і категоріями, формування навичок організації консультативного процесу та використання необхідних технологій короткотривалого кризового консультування під час надання психологічної допомоги клієнтам.

Основними **завданнями** є вивчення сучасних наукових підходів до консультативної роботи як основи, фундаменту практичної діяльності; показати плідність взаємозв'язку розвитку теорії і практики вітчизняного короткотривалого кризового консультування; особливу увагу приділити ознайомленню студентів з прикладними аспектами діяльності психолога у кризовому консультуванні.

Освітньою програмою визначені наступні **програмні компетентності**:

Вирішення цих завдань забезпечить формування у студентів комплексу компетенцій. У відповідності до освітньо-професійної програми це:

**загальні компетентності:**

**ЗК1.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

**ЗК4.** Уміння виявляти та вирішувати проблеми.

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

**спеціальні компетентності:**

**СК4.** Здатність здійснювати практичну діяльність (консультаційну, психодіагностичну) з використанням науково верифікованих методів та технік.

**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 клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

**СК11.** Здатність реалізовувати основні принципи та напрями психологічного консультування, стратегії та методи психотерапевтичного впливу у сферах індивідуально-психологічного консультування, сімейного консультування, короткотривалого кризового консультування, групової психотерапії та психокорекції.

**СК12.** Здатність організовувати консультативний процес та використовувати необхідні технології психологічного консультування під час надання психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

**Формат дисципліни**

**Обсяг дисципліни**

Вид занять	Загальна кількість годин
лекції	20
практичні заняття / семінарські / лабораторні/ індивідуальні	18
консультації	2
самостійна робота	80

**Ознаки дисципліни**

Рік викладання	Курс навчання	Семестр	Кількість кредитів/годин	Кількість змістовних модулів	Форма контролю	Нормативна/вибіркова
2020	2	3	4/120	4	залік	обов'язкова

## Результати навчання

Програмні результати, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна:

- ПР 1 Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
- ПР 4 Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій
- ПР 5 Розробляти програми психологічних інтервенцій (консультування), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість
- ПР 8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації
- ПР 9 Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
- ПР 11 Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.
- ПР 12 Володіти ефективними методиками консультативної діяльності з клієнтами різних соціальних груп.
- ПР 13 Вміти здійснювати завершений цикл надання консультативної психологічної допомоги, глибоко опанувавши методами та технологіями психологічного консультування.

Після успішного вивчення навчальної дисципліни студенти зможуть:

- РН 1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми у ході консультативного процесу.
- РН 4. Аналізувати та прогнозувати наслідки розвитку сценаріїв, що озвучуються клієнтами під час короткотривалого консультативного та зон відповідальності.
- РН 5. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.
- РН 8. Уміти визначати зону своєї компетентності у роботі із клієнтськими запитами, бути готовим делегувати клієнта профільним фахівцем.
- РН 9. Планувати консультативну роботу, дотримуючись етичних норм та правил надання психологічної допомоги.
- РН 11. Використовувати у процесі роботи засвоєні прийоми та техніки психологічної роботи відповідно до конкретних умов, враховуючи потреби клієнта.
- РН 12. Враховувати можливості та обмеження клієнтів, що знаходяться у стані кризи, транслювати у терапевтичному контакті емпатійність та прийняття незалежно від статусу клієнта.
- РН 13. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

### **Тематичний план вивчення дисципліни.**

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових розділів:

#### **Розділ 1. Теоретичні основи та дослідницькі проблеми короткотривалого кризового консультування.**

Тема 1. Кризове консультування та кризова терапія – зони відповідальності, впливу та очікувані результати. Теоретичні парадигми консультативних теорій. Задачі, тривалість, зміст, емоційний контакт. Структура процесу консультування – моделі консультативного процесу.

Тема 2. Особливості роботи з наслідками реагування людського організму на неспецифічну сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму. Значення психоедукації та її місце у короткотривалому кризовому консультуванні. Робота над активацією та збільшенням ресурсних станів. Вікно толерантності.

Тема 3. Короткотривале кризове консультування у роботі із постраждалими внаслідок психотравмуючих ситуацій. Можливості та обмеження психолога-консультанта у роботі з травмою. Розуміння стресу як системи адаптаційних механізмів людини до умов, що змінились. Психологічний захист та копінг-механізми. Посттравматичний розвиток.

Тема 4. Подолання наслідків психотравми: невідкладна психологічна допомога. Гострі симптоми та ризики виникнення ПТСР. Консультування клієнта, що знаходиться у постстесовому стані. Особливості опитування: безпека, симптоматика, соціальні контакти, статус травми (кризової ситуації). Важливість скерування. Інтервенції при гострій травмі: зняття напруги, перша психологічна допомога; Когнітивно-поведінкові втручання. Дебрифінг стресу, пов'язаному з травматичною подією. Модель «Наближеності, невідкладності, надії».

#### **Розділ 2. Особливості проведення короткотривалого кризового консультування.**

Тема 1. Надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих. Безпосереднє обстеження. Питання про потребу скерування до фахівців інших галузей. Особливості взаємодії: збалансована емоційна підтримка та співчуття: залученість у стосунки. Зменшення дистресу та регуляція негативних емоційних станів. Робота із кризовою подією в контексті невідкладної медичної допомоги.

Тема 2. Телефон довіри: організація, зміст та методика надання психологічної допомоги в сучасних вітчизняних умовах. Особливості комунікації. Задачі різних етапів бесіди. Особливості дитячих та підліткових звернень до телефону довіри.

Тема 3. Кризове консультування під час горювання. Горе як природна реакція на втрату. Етапи горя. Психоедукація у період горювання. Особливості дитячого горювання. Роль та місце психолога-консультанта у роботі з проживанням горя.

Тема 4. Коморбідні стани у клієнта. Розповсюдженість. Фактори, які є відповідальними за розвиток коморбідності. Головний принцип - розрізнити при діагностиці первинні і фонові захворювання, а також їх ускладнення і супутні патології. Коморбідність при ПТСР. Уміння виявляти ознаки органічних психічних захворювань, адиктивні розлади.

### Політика дисципліни

Прослуховуючи цей курс, Ви погодились виконувати положення Кодексу академічної доброчесності [Кодекс академічної доброчесності Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка]. Окреслимо його основні складові.

Складати всі проміжні та фінальні завдання самостійно без допомоги сторонніх осіб.

Надавати для оцінювання лише результати власної роботи.

Не вдаватися до кроків, що можуть нечесно покращити Ваші результати чи погіршити/ покращити результати інших студентів.

Не публікувати відповіді на питання, що використовуються в рамках курсу для оцінювання знань студентів.

### Академічна доброчесність

У разі наявності плагіату в будь-яких видах робіт здобувача вищої освіти робота оцінюється на мінімальний бал

### Система оцінювання та вимоги

#### Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала ЄКТС	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
A	Студент виявляє особливі творчі здібності, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання Студент вільно висловлює думки і відчуття, визначає програму особистої пізнавальної діяльності, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особисту позицію щодо них; без допомоги викладача знаходить джерела інформації і використовує набуті знання і вміння в нестандартних ситуаціях
B	Студент виявляє початкові творчі здібності, самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; знаходить джерела інформації та самостійно використовує їх відповідно до цілей, поставлених викладачем
C	Студент вільно (самостійно) володіє вивченим обсягом матеріалу і застосовує його на практиці; вільно розв'язує задачі в стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу
D	Студент вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати її на практиці, контролювати власну діяльність, виправляти помилки і добирати аргументи на підтвердження певних думок під керівництвом викладача

E	Студент може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити висновки
FX	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного відтворення окремих фактів, здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних ситуацій, частково контролювати власні навчальні дії, наводити окремі власні приклади на підтвердження певних тверджень
F	Студент не володіє навчальним матеріалом

### Розподіл балів

Поточний контроль								Разом	Сума
РОЗДІЛ 1				РОЗДІЛ 2					
T 1	T 2	T 3	T 4	T 1	T 2	T 3	T 4	63	100
7	14	7	7	7	7	7	7		
Контроль самостійної роботи								37	
5	4	5	5	5	4	5	4		

T 1.1, T 1.2 ... T 4.1 – теми розділів

Відповідно до «Положення про порядок визнання результатів навчання у неформальній та/або інформальній освіті у Сумському державному педагогічному університеті імені А. С. Макаренка», при оцінюванні результатів навчання з дисципліни «КОРОТКОТРИВАЛЕ КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ» можливо перезарахування балів (максимально 20 балів) за позанавчальну фахову активність студентів (сертифікована участь в конференціях, тренінгах, написання статей тощо).

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	<b>A</b>	<b>відмінно</b>
82 - 89	<b>B</b>	<b>добре</b>
74 - 81	<b>C</b>	
64 - 73	<b>D</b>	
60 - 63	<b>E</b>	<b>задовільно</b>
35-59	<b>FX</b>	<b>незадовільно з можливістю повторного складання</b>
1 - 34	<b>F</b>	<b>незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни</b>

## Рекомендовані джерела інформації

### Основні

1. Бріер Дж Основи травмофокусованої психотерапії / Джон Бріер, Кетрін Скотт, пер.з англ. Ю. Ясницька. – Львів: Український інститут КПТ, 2015.–448 с.
2. Макгонигал К. Хороший стресс как способ стать сильнее и лучше / К. Макгонигал — «Альпина Диджитал», 2015. – 155 с. Режим доступа: [http://loveread.ec/read\\_book.php?id=60359&p=1](http://loveread.ec/read_book.php?id=60359&p=1)
3. Мандель Р.Б. Психология стресса [Электронный ресурс] : учеб, пособие / Б.Р. Мандель. – М.: : Флинта, 2014. Режим доступа: [http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8479454](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8479454)
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2 / Загальна редакція: Л. Царенко. – Київ, 2018. – 240 с.
5. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій< методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко... Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. – К. : ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. – 207 с.
6. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина / Тетяна Титаренко. – К. : Главник, 2007. –144 с. (Серія «Психол. Інструментарій»).
7. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина / Тетяна Титаренко. – К.: Главник, 2007. – 176 с. (Серія «Психол. Інструментарій»).
8. Хомич Г.О, Ткач Р.М. Основи психологічного консультування. Навч. посіб. / Г.О. Хомич, Р.М. Ткач – Київ, МАУП, 2004, - 152 с.

### Додаткові

1. Агаєв Н.А. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник / Н.А. Агаєв, О.М. Кокун, І.О. Пішко та ін. – К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. – 234 с.
2. Антипов В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям / Владимир В. А. – М. : Владос-Пресс, 2004. – 174 с.
3. Макаров В.В. Избранные лекций по психотерапии / Макаров В.В. – М.: Академ. прокт, 2000. – 432 с.
4. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации /Ирина Германовна Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2005. – 960 с. (Справочник практического психолога).
5. Мотрук Т.О. Особливості консультування клієнта, що знаходиться у постстресовому стані / Т.О.Мотрук // Теоретичні і прикладні проблеми психології: збірник наукових праць Східноукраїнського Національного університету імені Володимира Даля. – Вип. 2 (43). – Сєверодонецьк, 2017. – С. 156–165.
6. Мэш Э. Детская патопсихология. Нарушения психики ребенка / Э. Мэш, Д. Вольф. – СПб. : Прайм Еврознак, 2003. – 384 с.
7. Основи загальної і медичної психології / За ред. І.С. Вітенко, О.С. Чабана. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2003. – 344с.
8. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология. Учебное пособие / Пергаменщик Л.А. - Мн.: Высшая школа, 2004.- 288 с. <http://www.pedlib.ru/Books/2/0106/>.
9. Перре М. Систематика клинико-психологической интервенции / М. Перре // Клиническая психология [под ред. М. Перре, У. Баумана]. – СПб. : Питер. 2002. – 1312 с. – (Серия «Мастера психологии»).



10. Ромек В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович. – СПб. : Речь, 2005. – 256 с.
11. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие / А.В. Семенович. – М. : Генезис, 2007. – 474 с.
12. Сыропятов О. Г. Техники психотерапии при ПТСР : практическое пособие / О. Г. Сыропятов, Р. А Дзеружинська, О. М. Рапча – Одесса : изд. Украинской военно-медицинской академии, Военно-медицинский клинический центр Южного региона, 2015. – 278 с.
13. Юрьева Л.Н. Кризисные состояния / Людмила Николаевна Юрьева Днепропетровск, Арт-прес, 1998. – 164 с.

### **Інформаційні ресурси**

[https://dec.gov.ua/wp-content/uploads/images/dodatki/2016\\_121\\_PTSR/2016\\_121\\_AKN\\_PTSR.pdf](https://dec.gov.ua/wp-content/uploads/images/dodatki/2016_121_PTSR/2016_121_AKN_PTSR.pdf)

[https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four\\_ways\\_to\\_calm\\_your\\_mind\\_in\\_stressful\\_times](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four_ways_to_calm_your_mind_in_stressful_times)