ЛЬВІВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІЗНЕСУ ТА ПРАВА

Лектор дисципліни

СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ»

ВК 03

Рівень вищої освіти	**другий (магістерський)**
Спеціальність	**С4 Психологія**
Освітньо-професійна програма	**Практична психологія**
Кваліфікація	**Магістр психології**
Рік навчання	**1**
Семестр	**2**
Форма навчання	**денна**
Кількість кредитів ЄКТС	**3**
Мова викладання	**українська**

_____
_____

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення дисципліни «Психологічне консультування в кризових ситуаціях» для здобувачів ступеня магістра є формування системи знань про закономірності перебігу психологічних криз та практичних компетентностей щодо надання кризового консультування особам, які опинилися у складних життєвих обставинах. Оскільки магістерський рівень підготовки практичного психолога передбачає готовність діяти в умовах невизначеності та підвищеної відповідальності, мета дисципліни деталізується через такі завдання:

1. **Діагностична компетентність:** Формування вмінь визначати тип, глибину та стадію перебігу психологічної кризи, оцінювати ресурсний стан клієнта та ризики для його безпеки.
2. **Консультативна діяльність:** Оволодіння моделями та техніками кризового консультування (кризова підтримка, кризове втручання, психологічна перша допомога) для роботи з особами в гострому кризовому стані.
3. **Реабілітаційна складова:** Набуття навичок супроводу клієнта на етапі виходу з кризи та відновлення адаптивного функціонування, зокрема осіб, які постраждали внаслідок війни.
4. **Професійна саморегуляція:** Розвиток здатності до профілактики професійного вигорання та вторинної травматизації фахівця, який працює з кризовими клієнтами, зокрема через супервізію та інтервізію.

СТРУКТУРА ДИЦИПЛІНИ

Тема	Години (лек./прак./сам.)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання

Тема 1. Кризова психологія та кризове консультування як галузь практичної психології.	2/2/-	Знати: предмет, завдання та принципи кризової психології; історію становлення кризового консультування; співвідношення понять «криза», «стрес», «психологічна травма». Вміти: оперувати базовими поняттями кризової психології, розрізняти кризове консультування та інші види психологічної допомоги.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 2. Типологія психологічних криз.	2/2/-	Знати: класифікацію криз на нормативні (вікові, кризи розвитку) та ненормативні (ситуативні, травматичні); динаміку перебігу кризового стану; поняття кризи як переломного моменту особистісного розвитку. Вміти: визначати тип кризи в конкретному випадку звернення клієнта, прогнозувати можливі варіанти виходу з кризи.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 3. Моделі кризової інтервенції.	2/2/-	Знати: класичні моделі кризової допомоги (модель Дж. Каплана, модель Е. Ліндемана); етапи кризової психотерапії (кризова підтримка, кризове втручання, підвищення рівня адаптації); принципи короткострокового кризового консультування. Вміти: застосовувати етапи моделі кризової інтервенції під час консультування клієнта в кризовому стані.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 4. Психологічна перша допомога (Psychological First Aid).	2/2/-	Знати: принципи міжнародного підходу «Психологічна перша допомога» (модель «Дивись – Слухай – Направляй»); алгоритм дій психолога в перші години й дні після кризової події; правила психологічної підтримки постраждалих. Вміти: надавати психологічну першу допомогу особам, які щойно пережили кризову чи травматичну подію.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 5. Консультування осіб, які переживають втрату.	2/2/-	Знати: стадії переживання горя (модель Е. Кюблер-Росс); поняття ускладненого (патологічного) горя; специфіку супроводу осіб, які втратили близьку людину внаслідок війни чи насильства. Вміти: супроводжувати клієнта на різних стадіях переживання втрати, розпізнавати ознаки ускладненого горя, що потребують направлення до інших фахівців.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5

Тема 6. Консультування у ситуаціях насильства, стихійних лих та техногенних катастроф.	2/2/-	Знати: психологічні наслідки домашнього, сексуального насильства та участі в надзвичайних ситуаціях; особливості побудови консультативного альянсу з постраждалими; принципи безпеки в консультативній роботі. Вміти: враховувати специфіку травматичної події під час побудови консультативної стратегії роботи з постраждалим.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 7. Кризове консультування в умовах війни.	2/2/-	Знати: специфіку кризового консультування цивільного населення, внутрішньо переміщених осіб та військовослужбовців в умовах збройного конфлікту; принципи організації психосоціальної підтримки в громаді. Вміти: адаптувати консультативні техніки до умов воєнного часу, взаємодіяти з іншими службами психосоціальної підтримки.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 8. Професійна психогігієна фахівця кризового консультування.	2/2/-	Знати: поняття та чинники професійного вигорання, вторинної травматизації й співчутливої втоми; форми супервізії та інтервізії в роботі кризового консультанта. Вміти: застосовувати техніки психологічної саморегуляції, планувати власний професійний супровід (супервізію) для профілактики вигорання.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Теми для самостійного вивчення	-/-/58	1. Телефонне та онлайн-консультування у кризових ситуаціях. 2. Організація діяльності кризових служб і психологічних «гарячих ліній» в Україні. 3. Дебрифінг критичного інциденту: історія методу та сучасна дискусія щодо його ефективності. 4. Особливості кризового консультування дітей та підлітків. 5. Психологічний супровід внутрішньо переміщених осіб: виклики та ресурси. 6. Групові форми кризової допомоги: групи підтримки та психоедукаційні групи. 7. Етичні дилеми в роботі кризового консультанта. 8. Міжнародний досвід організації психосоціальної підтримки населення в надзвичайних ситуаціях. 9. Оцінювання ефективності кризових психологічних інтервенцій.		
Всього	16/16/58			
Всього балів за поточний контроль				**40**
Залікова оцінка				**60**
Всього				**100**

ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Інтегральна компетентність	Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності. СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) 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.
Програмні результати навчання (ПРН)	ПРН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість. ПРН8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації. ПРН9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад: лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності	Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад: хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ

Рейтинговий показник	Оцінка ECTS	Оцінка у національній шкалі	
		Екзамен, диф.залік, курс роб.(проект), практика	Залік
90-100	**A** (відмінно)	Відмінно	Зараховано
82-89	**B** (добре)	Добре	
75-81	**C** (добре)		
64-74	**D** (задовільно)	Задовільно	
60-63	**E** (задовільно)		
35-59	**FX** (незадовільно) з можливістю повторного складання	Незадовільно	Незараховано
1-34	**F** (незадовільно) з обов'язковим повторним вивченням		

ЛІТЕРАТУРА ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ДЖЕРЕЛА

Основна література

/

Додаткова література

/

Основна література:

1. Психологічна підтримка в умовах війни: теорія та практика подолання криз : колект. монографія / за заг. ред. Л. М. Пріснякової. Дніпро : ЛІРА, 2025. 185 с. URL: http://info.dgu.edu.ua/handle/123456789/1992
2. Атаманчук Н. М. Кризова психологія : конспект лекцій. Полтава : ПНПУ ім. В. Г. Короленка, 2023. 142 с. URL: http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/23203
3. Похілько Д., Сичевський А. Психологічне забезпечення підрозділів ДСНС під час війни. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2024. № 2 (8). С. 42–49. URL: https://doi.org/10.52363/dcpp-2024.2.4
4. Федотова С. Сучасні методи психотерапії при роботі з психотравмою. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2024. № 2 (8). С. 91–99. URL: https://doi.org/10.52363/dcpp-2024.2.9

Додаткова література:

5. Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с. (розділ 3 «Екстремальні ситуації»). URL: https://uu.edu.ua/upload/Nauka/naukovi_vydannia/psihologija_stresy_2023_compressed.pdf
6. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : метод. рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741842/
7. Момот М. А. Психологічні чинники схильності до суїцидальної поведінки військовослужбовців Збройних Сил України. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 3. С. 55–60. URL: https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-3-8

Інформа-ційні ресурси	8. Мозальов В. Є., Власенко Р. О. Соціально-психологічні чинники та напрями запобігання суїцидальної поведінки військовослужбовців в бойових умовах. Вісник Національного університету оборони України. 2023. № 5 (75). С. 72–77. URL: https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-72-77 **Інформаційні джерела:** 9. World Health Organization. Mental health in emergencies : fact sheet (6 May 2025; дата звернення: 14.09.2026). URL: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies 10. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». Гарячі лінії психологічної допомоги (дата звернення: 14.09.2026). URL: https://howareu.com/hot-lines 11. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» : офіційний портал (дата звернення: 14.09.2026). URL: https://howareu.com/