**ТЕМАТИКА І ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

**З ДИСЦИПЛІНИ**

**«ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В КРИЗОВИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ»**

Практичне заняття є однією з найважливіших форм навчального заняття у вищому навчальному закладі, яке проводиться у формі дискусії навколо попередньо визначеної теми, до якої студенти готують тези виступів на підставі індивідуально виконаного завдання. Практичні заняття проводяться з основних тем навчальної програми і є ефективною формою закріплення теоретичних знань, отриманих на лекціях і під час самостійної роботи з навчальною і науковою літературою.

*Головна мета практичних занять* - опанування студентами навчальної дисципліни, забезпечення глибокого і всебічного аналізу та колективного обговорення основних проблем курсу, навчання їх елементам творчого застосування отриманих знань на практиці.

*Основними завданнями практичних занять є*:

* закріплення у студентів теоретичних знань;
* оволодіння ними науковим апаратом, навичками усного і письмового викладання навчального матеріалу;
* залучення їх до науки, наукових досліджень;
* прищеплення їм навичок творчого мислення, самостійного формулювання та висловлювання власних думок, а також захисту висунутих наукових положень та висновків.

Студентам необхідно відвідувати кожне практичне заняття. Пропуск практичного заняття позбавляє студента можливості усвідомити, закріпити та отримати цілісне уявлення по тій чи іншій темі. Крім того, це створює значні труднощі при підготовці до підсумкового контролю.

**Практичне заняття 1**

**Кризи, кризові ситуації. Долання кризи та вихід із неї.**

**Питання до заняття:**

1. Визначення понять «криза», «кризова ситуація».
2. Характеристики кризових ситуацій.
3. Класифікації криз.
4. Психологічна допомога в кризових ситуаціях.
5. Адаптаційні можливості особистості й саморегуляція в період кризи.
6. Долання кризи та вихід із неї.

*Питання для дискусії:*

* У чому полягає специфіка психологічної кризи?
* Спробуйте диференціювати поняття «кризова ситуація» і «критична ситуація».

**Практичне заняття 2**

**Психологічна допомога в кризі, спричиненій тяжкою хронічною хворобою та втратою роботи і виходом на пенсію**

**Питання до заняття:**

1. Тяжка невиліковна хвороба. Психологічна допомога тяжкохворому.
2. Труднощі через опіку над тяжкохворим членом сім’ї. Психологічна підтримка членів сім’ї тяжкохворого.
3. Звільнення з роботи. Специфіка психологічної допомоги особистості, яку звільнили.
4. Вихід на пенсію. Психологічна допомога особистості у ситуації виходу на пенсію.

***Питання для дискусії:***

Відповідно до структурно-генетичного підходу (Т.М. Титаренко), «гетерохронність перебігу вікових процесів індивідуального розвитку є неминучою і принципово неусувною». Як Ви розумієте цю точку зору?

***Питання для дискусії*:**

1. Спробуйте пояснити, чи існують внутрішні протиріччя, що відносно незалежні від зовнішніх впливів?
2. Сутність культурного розвитку людини Л.С. Виготський вбачав в оволодінні нею процесами власної поведінки. Обґрунтуйте цю думку.

📚 ***Рекомендована література:***

**Основна**

1. Письмак Л. Л. Підліткова криза: як зарадити та допомогти : посібник. Київ : Видавнича група «Шкільний світ», 2018
2. Шевченко Н.Ф. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях : навч. посіб. Запоріжжя. Запорізький національний Університет, 2021. 192 с.

**Додаткова**

1. Грандт В.В. Психологія травмуючих ситуацій : навчальний посібник для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «спеціаліст» спеціальності «Психологія» Запоріжжя : ЗНУ, 2016. 109 с.  URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/metodychky/2016/05/0039021.docx.>
2. Зиновьева Н. О. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Golovanova/0012534.doc>
3. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
4. Життєві кризи особистості : монографія / від. ред. Т.М.Титаренко. Київ : Агропромвидав України, 1998. 348 с.
5. Максименко С.Д., Шевченко Н.Ф. Психологічна допомога тяжким соматично хворим : навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi40/0031350.doc>
6. Олифирович Н.И. Психология семейных кризисов. URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi14/0010663.pdf>
7. Осипова А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. URL: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi10/0008498.djvu>
8. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів. Київ : «Здоров’я», 2005. 120 c.

**Інформаційні ресурси**

1. Шевченко Н. Ф. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях : методичні рекомендації до самостійної роботи для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Психологія» освітньо-професійної програми «Психологія». Запоріжжя: ЗНУ, 2023. 57 с. https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=1688#section-0Про методичні рекомендації "Перша психологічна допомога. Алгоритм дій" Лист МОН 04.04.2022  № 1/3872-22. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/vl387729-22#Text>
2. Департамент соціального захисту населення Запорізької обласної державної адміністрації. Методичні рекомендації щодо надання першої психологічної допомоги сім'ям з дітьми, дітям, які перебувають/перебували у зоні збройного конфлікту. URL: <https://dszn-zoda.gov.ua/node/495>
3. Психологічна підтримка в умовах війни URL: <https://dovidka.info/psyhologichna-pidtrymka-v-umovah-vijny/>
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник.В 3-х томах. Київ, 2018. 240 с. URL: <https://www.osce.org/uk/project-coordinator-in-ukraine/430811>
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. Київ : ТОВ “Видавництво “Логос”. 207 с. URL: http://psychology-naes-ua.institute/userfiles/files/ПОСІБНИК%20Психологічна%20допомога%20%20постраждалим%2017\_03\_2015.pdf
6. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с. URL: http://umo.edu.ua/images/content/aspirantura/zabezp\_discipl/Cherezova%20I.O.%20Psykholohiya%20zhyttyevykh%20kryz%20osobystosti.PDF