

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет гуманітарно-педагогічний
19 червня 2026 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**
Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях

Галузь знань С “Соціальні науки, журналістика та інформація”

Спеціальність С4 “Психологія”

Освітня програма “Психологія” (ОС “Бакалавр”)

Факультет гуманітарно-педагогічний

Розробник: завідувач кафедри психології, кандидат психологічних наук,
доцент, Ірина МАРТИНЮК

Київ – 2026 р.

Опис навчальної дисципліни “Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях”

Дисципліна “Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях” є практично-орієнтованою та обов’язковою в ОП “Психологія”. Вона важлива для опанування навичок надання психологічної допомоги у надзвичайних ситуаціях. Під час її вивчення студенти пізнають особливості переживань та поведінки людини у ситуаціях різного ступеня складності та опановують основні методи психологічної допомоги у них. Дисципліна забезпечує розуміння сутності психологічної кризи, стресу, психологічної травми, кризової події, посттравматичного стресового розладу, особливостей психодіагностики та методів психологічної допомоги у кризових та екстремальних ситуаціях, сутності екстремної психологічної допомоги, способів збереження психічного здоров’я психолога, який надає кризову допомогу. Вона сприяє розвитку умінь застосовувати техніки психологічної допомоги у кризових та екстремальних ситуаціях.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	<i>бакалавр</i>	
Спеціальність	<i>С4 Психологія</i>	
Освітня програма	<i>Психологія</i>	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	обов’язкова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	3	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	<i>екзамен</i>	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	3	3
Семестр	6	5-6
Лекційні заняття	<i>30 год.</i>	<i>2 год.</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>30 год.</i>	<i>8 год.</i>
Лабораторні заняття	<i>- год.</i>	<i>- год.</i>
Самостійна робота	<i>60 год.</i>	<i>104 год.</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	<i>4 год.</i>	-

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета – ознайомлення студентів з особливостями надання психологічної допомоги особистості, яка перебуває в кризовому психічному стані або зазнала впливу екстремальної ситуації.

Перелік освітніх компонент, які передують вивченню навчальної дисципліни: вступ до спеціальності; історія психології; загальна психологія; вікова психологія; педагогічна психологія; соціальна психологія; експериментальна психологія та основи науково-психологічних досліджень;

психодіагностика; математичні методи в психології; патопсихологія; клінічна психологія; психокорекція; психологія спілкування; психологія особистості; основи психологічного консультування; реабілітаційна психологія.

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): здатність надавати екстренну психологічну допомогу різним категоріям клієнтів;

загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;

ЗК2. Розуміння сутності психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях;

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями з психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях;

ЗК5. Здатність критично оцінювати інформацію, що стосується психологічної допомоги особистості в кризових та екстремальних ситуаціях;

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення щодо здійснення психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях;

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї щодо застосування технік психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях;

ЗК 8. Навички міжособистісної взаємодії;

ЗК9. Здатність працювати в команді, розв'язуючи навчальні завдання;

ЗК10. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;

ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку практичної психології як галузі науки, її місця у загальній системі наукових та практичних знань людства;

спеціальні (фахові) компетентності (СК):

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психологічної допомоги;

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння процесу психологічної допомоги особистості в кризових та екстремальних ситуаціях;

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків людини в кризових та екстремальних ситуаціях;

СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел, у тому числі іншомовних;

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій у роботі з клієнтами, яким перебувають у кризовому стані або зазнали впливу екстремальної ситуації;

СК7. Здатність аналізувати та систематизувати отримані в ході психодіагностичних та експериментальних досліджень результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації;

СК8. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову) різним категоріям клієнтів, у тому числі із травмою війни;

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту;

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики під час надання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях;

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, пропонувати шляхи їх розв'язання;

ПРН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних і психологічних явищ, можливості їх коригування у контексті професійних задач;

ПРН3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у тому числі з іноземних та з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних задач;

ПРН4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел (як україномовних, так і іншомовних);

ПРН5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій та технології для надання психологічної допомоги;

ПРН8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців;

ПРН9. Приймати та аргументувати власні рішення щодо розв'язання задач психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях;

ПРН10. Формулювати думку логічно та доступно, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника;

ПРН11. Складати та реалізовувати план діагностичного, консультативного та психотерапевтичного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (у т.ч. у роботі з особами, які отримали психічні травми, зокрема внаслідок війни);

ПРН12. Складати та реалізовувати програму заходів психологічної допомоги відповідно до вимог замовника;

ПРН13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності;

ПРН14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості;

ПРН15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку;

ПРН16. Знати та розуміти етичні принципи професійної діяльності психолога та враховувати їх у практиці надання психологічної допомоги особистоті;

ПРН17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності;

ПРН18. Вживати ефективних заходів щодо збереження та підтримання здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів	Кількість годин												
	денна форма							заочна форма					
	тижні	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
			л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	
Модуль 1. Загальні питання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях													
Тема 1. Теоретичні аспекти психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	1	10	2	2			6	10	2				8
Тема 2. Психодіагностика в кризових та екстремальних ситуаціях	2	10	2	2			6	10		2			8
Тема 3. Методи психотерапевтичної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	3	10	2	2			6	10					10
Разом за модулем 1		30	6	6			18	30	2	2			26
Модуль 2. Екстремальні ситуації та екстренна психологічна допомога													
Тема 1. Гострий стрес як відповідь на екстремальну ситуацію	4	9	2	2			5	9					9
Тема 2. Перша психологічна допомога в екстремальній ситуації	5	7	2	2			3	7		2			5
Тема 3. Особливості надання екстренної психологічної допомоги	6	7	2	2			3	7					7
Тема 4. Психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації	7	7	2	2			3	7					7
Тема 5. Психологічна допомога дітям у надзвичайних ситуаціях	8	7	2	2			3	7					7
Тема 6. Посттравматичний стресовий розлад	9	8	2	2			4	8		2			6
Разом за модулем 2		45	12	12			21	45	0	4			41
Модуль 3. Психологічна допомога в кризових ситуаціях													

Тема 1. Кризова психологія	10	7	2	2			3	7				7
Тема 2. Особливості психологічної допомоги в кризових ситуаціях	11	7	2	2			3	7		2		5
Тема 3. Суїцидальна поведінка як форма кризового реагування	12	7	2	2			3	7				7
Тема 4. Психологічна допомога людині в стані горя	13	7	2	2			3	7				7
Тема 5. Психологічна допомога жертвам насилля	14	10	2	2			6	10				10
Тема 6. Особистість психолога, який надає кризову допомогу	15	7	2	2			3	7				7
Разом за модулем 3		45	12	12			21	45	0	2		43
Усього годин		120	30	30			60	120	2	8		110

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Теоретичні аспекти психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	2
2	Психодіагностика в кризових та екстремальних ситуаціях	2
3	Методи психотерапевтичної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	2
4	Гострий стрес як відповідь на екстремальну ситуацію	2
5	Перша психологічна допомога в екстремальній ситуації	2
6	Особливості надання екстренної психологічної допомоги	2
7	Психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації	2
8	Психологічна допомога дітям у надзвичайних ситуаціях	2
9	Посттравматичний стресовий розлад	2
10	Кризова психологія	2
11	Особливості психологічної допомоги в кризових ситуаціях	2
12	Суїцидальна поведінка як форма кризового реагування	2
13	Психологічна допомога людині в стані горя	2
14	Психологічна допомога жертвам насилля	2
15	Особистість психолога, який надає кризову допомогу	2

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
-------	------------	-----------------

1	Огляд методів психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	2
2	Особливості психодіагностики екстремальних та кризових станів	2
3	Сімейна психотерапія у кризових станах, поведінкова терапія генералізованої тривоги: аналіз та тренування в застосуванні технік	2
4	Методи контролю над стресовими переживаннями. Аналіз техніки дебрифінгу	2
5	Техніка першої психологічної допомоги: аналіз та тренування в застосуванні	2
6	Особливості організації та надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій: аналіз технік. Особливості надання екстренної психологічної допомоги при різних поведінкових проявах	2
7	Робота психолога ДСНС в зоні надзвичайної ситуації: аналіз особливостей, основного інструментарію, правил поведінки з родичами загиблих	2
8	Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації: аналіз та тренування в застосуванні. Казкотерапія як метод роботи з дітьми, які пережили травмуючу ситуацію: аналіз та тренування в застосуванні	2
9	Методи роботи з ПТСР: аналіз та тренування в застосуванні	2
10	Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості: аналіз та тренування в застосуванні. Методи надання психологічної допомоги в сімейній кризі: аналіз та тренування в застосуванні	2
11	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в стані алкогольного, наркотичного сп'яніння	2
12	Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в передсуїцидальному стані: аналіз та тренування в застосуванні техніки. Групова кризова психотерапія в роботі із профілактики суїцидальної поведінки підлітків: аналіз та тренування в застосуванні методики	2
13	Психокорекція горя по загиблому: аналіз та тренування в застосуванні технік	2
14	Аналіз методів психологічної допомоги дітям та жінкам, які зазнали насилля	2
15	Антистресовий тренінг для психологів. Експрес-методика оволодіння основами психічної саморегуляції	2

5. Темі самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Особливості діяльності балінтовських груп. Задачі спеціальної психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	6
2	Психодіагностичний інструментарій, що застосовується в психології кризових та екстремальних станів	6
3	Аналіз практики психологічної допомоги різним категоріям постраждалих в екстремальних ситуаціях	6
4	Особливості професійної діяльності військового психолога. Сутність першої медичної допомоги в екстремальних ситуаціях	5
5	Особливості організації та діяльності служби екстренної телефонної соціально-психологічної допомоги населенню	3
6	Динаміка стану людини після переживання психотравмувальних ситуацій	3

7	Психологічна допомога в ситуації стихійного лиха: сутність та принципи. Простір мас-медіа в психологічній допомозі населенню	3
8	Рекомендації значущим дорослим із психологічної допомоги дітям в умовах надзвичайної ситуації, у ситуації переживання втрати близької людини, у ситуації суїциду в сім'ї	3
9	Діагностика ПТСР та особливості психологічного консультування військових із ПТСР. Тренінг соціальної реадaptaції учасників бойових дій	4
10	Сутність психологічної допомоги під час нормативної кризи. Почуття, що виникають під час кризи	3
11	Сутність і складові втручання під час кризи, програми кризової допомоги як моделі розв'язання проблем	3
12	Індикатори суїцидального ризику. Техніки консультування суїцидальних клієнтів та клієнтів, уцілілих після самогубства	3
13	Синдром втрати. Методи надання психологічної допомоги в ситуації втрати	3
14	Наслідки різних видів насилля на дітьми. Психологічна допомога жертвам сект	6
15	Рекомендації психологу ДСНС з усунення стану втоми	3

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне опитування;
- тестування;
- захист практичних та самостійних робіт.

7. Методи навчання:

- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод.

8. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України».

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
<i>Модуль 1. Загальні питання психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях</i>		
Лекція 1. Теоретичні аспекти психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	Розуміння сутності, задач та принципів психологічної допомоги особистості у кризових та екстремальних ситуаціях. Знання видів методів психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	-
Практична робота 1. Огляд методів психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях		10
Самостійна робота 1. Особливості діяльності балінтовських груп. Задачі спеціальної психологічної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях		10

Лекція 2. Психодіагностика в кризових та екстремальних ситуаціях	Розуміння психодіагностичних задач у галузі кризових та екстремальних ситуацій. Знання психодіагностичного інструментарію, що може застосовуватись для виявлення екстремальних та кризових станів. Уміння застосовувати такий інструментарій	-
Практична робота 2. Особливості психодіагностики екстремальних та кризових станів		20
Самостійна робота 2. Психодіагностичний інструментарій, що застосовується в психології кризових та екстремальних станів		10
Лекція 3. Методи психотерапевтичної допомоги в кризових та екстремальних ситуаціях	Розуміння можливостей різних видів психотерапії у роботі з кризовими та екстремальними станами. Знання сутності кризової психотерапії. Уміння застосовувати психотерапевтичні техніки.	-
Практична робота 3. Сімейна психотерапія у кризових станах, поведінкова терапія генералізованої тривоги: аналіз та тренування в застосуванні технік		10
Самостійна робота 3. Аналіз практики психологічної допомоги різним категоріям постраждалих в екстремальних ситуаціях		10
Модульна контрольна робота 1.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Екстремальні ситуації та екстренна психологічна допомога		
Лекція 1. Гострий стрес як відповідь на екстремальну ситуацію	Розуміння сутності травматичного стресу. Знання діагностичних показників та механізмів виникнення посттравматичного стресового розладу. Знання правил надання першої допомоги при гострому стресі. Уміння застосовувати техніки контролю над стресовими переживаннями. Знання техніки дебрифінгу та готовність її застосовувати.	-
Практична робота 1. Методи контролю над стресовими переживаннями. Аналіз техніки дебрифінгу		10
Самостійна робота 1. Особливості професійної діяльності військового психолога. Сутність першої медичної допомоги в екстремальних ситуаціях		5
Лекція 2. Перша психологічна допомога в екстремальній ситуації	Розуміння сутності першої психологічної допомоги, її принципів. Знання категорій людей, які можуть потребувати особливої уваги в екстремальних ситуаціях. Знання інструкції першої психологічної допомоги. Уміння застосовувати техніку першої психологічної допомоги. Знання сутності першої медичної допомоги постраждалим в екстремальних ситуаціях. Обізнаність у техніці роботи	-
Практична робота 2. Техніка першої психологічної допомоги: аналіз та тренування в застосуванні		5
Самостійна робота 2. Особливості організації та діяльності служби екстренної телефонної соціально-психологічної допомоги населенню		5

	психолога екстренної телефонної служби.	
Лекція 3. Особливості надання екстренної психологічної допомоги	Знання видів надзвичайних/екстремальних ситуацій. Розуміння мети та специфіки екстренної психологічної допомоги. Знання етапів надання екстренної психологічної допомоги. Уміння застосовувати техніку психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій. Знання техніки екстренної психологічної допомоги при специфічних психічних та поведінкових проявах. Знання динаміки стану людей після переживання екстремальної події. Знання сутності заходів психологічної допомоги родичам загиблих. Розуміння можливостей використання мас-медіа для надання психологічної допомоги.	-
Практична робота 3. Особливості організації та надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій: аналіз технік. Особливості надання екстренної психологічної допомоги при різних поведінкових проявах		10
Самостійна робота 3. Динаміка стану людини після переживання психотравмувальних ситуацій		2
Лекція 4. Психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації	Поглиблення розуміння техніки екстренної психологічної допомоги постраждалим в умовах надзвичайної ситуації. Знання етапів роботи та основного інструментарію роботи психолога ДСНС. Уміння надавати психологічну допомогу родичам загиблих. Знання принципів надання психологічної підтримки населенню, постраждалому внаслідок надзвичайних ситуацій. Знання сутності психологічної допомоги у ситуації стихійного лиха.	-
Практична робота 4. Робота психолога ДСНС в зоні надзвичайної ситуації: аналіз особливостей, основного інструментарію, правил поведінки з родичами загиблих		5
Самостійна робота 4. Психологічна допомога в ситуації стихійного лиха: сутність та принципи. Простір мас-медіа в психологічній допомозі населенню		3
Лекція 5. Психологічна допомога дітям у надзвичайних ситуаціях	Розуміння особливостей переживання травматичної ситуації дітьми. Знання вимог до особистості психолога, який надає екстренну психологічну допомогу дітям. Знання принципів та методів психокорекційної роботи з дітьми. Уміння проводити ігри з дітьми з метою психологічної допомоги в умовах надзвичайних ситуацій. Знання техніки	-
Практична робота 5. Ігри для проведення психологічної роботи з дітьми в умовах надзвичайної ситуації: аналіз та тренування в застосуванні. Казкотерапія як метод роботи з дітьми, які пережили травмуючу ситуацію: аналіз та тренування в застосуванні		10
Самостійна робота 5. Рекомендації значущим дорослим із психологічної допомоги дітям в умовах надзвичайної		5

ситуації, у ситуації переживання втрати близької людини, у ситуації суїциду в сім'ї	казкотерапії у застосуванні до роботи з психотравмою. Уміння надавати рекомендації батькам, вчителям, родичам дітей, які пережили чи переживають психотравму.	
Лекція 6. Посттравматичний стресовий розлад	Розуміння психологічних наслідків психотравми. Знання методів діагностики ПТСР та методів психологічної роботи з ПТСР. Уміння їх застосовувати.	-
Практична робота 6. Методи роботи з ПТСР: аналіз та тренування в застосуванні		5
Самостійна робота 6. Діагностика ПТСР та особливості психологічного консультування військових із ПТСР. Тренінг соціальної реадaptaції учасників бойових дій		5
Модульна контрольна робота 2.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 2		100
Модуль 3. Психологічна допомога в кризових ситуаціях		
Лекція 1. Кризова психологія	Розуміння сутності понять «криза», «критична ситуація», «кризова подія», «психічна травма». Знання стратегій допомоги у кризових станах та принципів кризової інтервенції. Знання методів корекції кризових станів та умінь їх застосовувати. Знання методів надання психологічної допомоги у сімейній кризі та умінь їх застосовувати. Розуміння особливостей психологічної допомоги під час нормативної кризи.	-
Практична робота 1. Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості: аналіз та тренування в застосуванні. Методи надання психологічної допомоги в сімейній кризі: аналіз та тренування в застосуванні		10
Самостійна робота 1. Сутність психологічної допомоги під час нормативної кризи. Почуття, що виникають під час кризи		5
Лекція 2. Особливості психологічної допомоги в кризових ситуаціях	Знання типології кризових станів, їх критеріїв та причин виникнення. Розуміння особливостей переживання кризових станів та їх наслідків. Знання специфіки надання психологічної допомоги людям, які перебувають у стані алкогольного, або наркотичного сп'яніння. Уміння розробляти програму кризової допомоги.	-
Практична робота 2. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в стані алкогольного, наркотичного сп'яніння		5
Самостійна робота 2. Сутність і складові втручання під час кризи, програми кризової допомоги як моделі розв'язання проблем		5
Лекція 3. Суїцидальна поведінка як форма кризового реагування	Розуміння суїцидальної поведінки як форми кризового реагування. Уміння розпізнати суїцидальну небезпеку, визначити ступінь суїцидального ризику. Знання техніки роботи з	-
Практична робота 3. Особливості надання психологічної допомоги людині, яка перебуває в передсуїцидальному стані: аналіз та		10

тренування в застосуванні техніки. Групова кризова психотерапія в роботі із профілактики суїцидальної поведінки підлітків: аналіз та тренування в застосуванні методики	людьми у передсуїцидному стані, з уцілілими після самогубства.	
Самостійна робота 3. Індикатори суїцидального ризику. Техніки консультування суїцидальних клієнтів та клієнтів, уцілілих після самогубства		5
Лекція 4. Психологічна допомога людині в стані горя	Розуміння психології горя, особливостей горя як природного та патологічного процесу. Знання симптомів синдрому втрати та методів виявлення психологічної допомоги при ньому. Уміння спілкуватись з людьми, які втратили близьку людину. Уміння застосовувати техніки психокорекції горя по загиблому.	-
Практична робота 4. Психокорекція горя по загиблому: аналіз та тренування в застосуванні технік		5
Самостійна робота 4. Синдром втрати. Методи надання психологічної допомоги в ситуації втрати		5
Лекція 5. Психологічна допомога жертвам насилля	Знання впливу різних видів насилля на особистість. Розуміння сутності психологічної допомоги у ситуації насилля та вимушеного переміщення населення. Знання методів психологічної допомоги дітям-жертвам насилля та уміння їх застосовувати. Знання методів психологічної допомоги жінкам-жертвам насилля та уміння їх застосовувати.	-
Практична робота 5. Аналіз методів психологічної допомоги дітям та жінкам, які зазнали насилля		10
Самостійна робота 5. Наслідки різних видів насилля на дітьми. Психологічна допомога жертвам сект		3
Лекція 6. Особистість психолога, який надає кризову допомогу	Розуміння вимог до особистості психолога, який надає кризову допомогу. Розуміння ризику вторинної травматизації, значення супервізії. Знання засобів збереження психічного здоров'я кризових психологів. Володіння техніками психічної саморегуляції.	-
Практична робота 6. Антистресовий тренінг для психологів. Експрес-методика оволодіння основами психічної саморегуляції		5
Самостійна робота 6. Рекомендації психологу ДСНС з усунення стану втоми		2
Модульна контрольна робота 3.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 3		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 * 0,7 \leq 70$	
Екзамен	30	
Всього за курс	$(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100$	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/залики)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Відтермінування здачі завдань самостійної роботи, практичних занять у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомій для студента причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації. Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку за умови погодження з деканатом. Проведення навчальних занять, терміни та умови виконання навчальних завдань можуть бути адаптовані до запитів студентів із документально підтвердженими особливими потребами. Відповідальністю студента залишається вчасне надання таких документів.
Політика щодо академічної доброчесності	Вступаючи на цей курс, студенти повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Національному університеті біоресурсів і природокористування України (https://surl.lu/jinsbz). Ви повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порухення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність.
Політика щодо відвідування	Відвідування лекцій та практичних занять з курсу є обов'язковим, воно забезпечує краще розуміння матеріалу, дає можливість простежити зв'язок між теоретичною інформацією та її прикладним аспектом, сформувати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в онлайн-формі за погодженням із деканом факультету).

9. Навчально-методичне забезпечення:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни (на навчальному порталі НУБіП України eLearn - <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=605>).

10. Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Кризова психологія: навч. посіб. / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
2. Люди війни: робота з ресурсами психіки: практич. посібн. Міжнародна асоціація Психосоматики та Тілесної Терапії. К.: Видавництво психологічної літератури "Психобук (Psychobook)", 2023. 150 с.
3. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: метод. посіб. / за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
4. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації: метод. посіб. / Уклад. Г. Б. Растроста. Суми: НВВ КЗ СОІППО, 2018. 64 с.

5. Розов В. І. Психологія екстремальних ситуацій: адаптивність до стресу та психологічне забезпечення: наук.-практ. посібн. 3-тє вид., випр. та доп. К.: Видавництво "КНТ", 2024. 711 с.
6. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навч. посіб. / наук. ред. Л. М. Вольнова. К., 2012. 275 с.
7. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник / Л. О. Герасименко, А. М. Скрипніков, Р. І. Ісаков. К.: Медицина, 2023. 120 с.

Допоміжні

1. Вільямс М. Б., Пайюла С. ПТСР: робочий зошит. Ефективні методики подолання симптомів травматичного стресу. К.: Видавництво Ростислава Бурлаки, 2023. 528 с.
2. Каліщук С. М. Психотехніки кризового консультування: моделі, алгоритми, вправи, приклади: навч. посібн. К.: МайстерКниг, 2023. 368 с.
3. Михальська С. А., Михальський А. В. Особливості організації та надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій / Проблеми сучасної психології: Зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2012. Вип. 15. С. 340–349.
4. Моліцька М. Терапевтичні казки. Львів: Свічадо, 2013. 200 с.
5. Оніщенко Н. В. Основні заходи в межах надання екстренної психологічної допомоги родичам загиблих унаслідок надзвичайних ситуацій / Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2012. №2(1). С. 305–312.
6. Перша психологічна допомога: посібник для працівників на місцях / Ред. Колегія: L. Snider, M. van Ommeren, A. Schafer. К.: Університетське видавництво Пульсари, 2017. 66 с.
7. Психологічна реабілітація військових та їхніх близьких: практ. посібн. Міжнародна асоціація Психосоматики та Тілесної Терапії. К.: Видавництво психологічної літератури "Психобук (Psychobook)", 2023. 176 с.
8. Чабан О. С., Хаустова О. О., Омелянович В. Ю. Психічні розлади воєнного часу: монографія. К.: Видавничий дім Медкнига, 2023. 232 с.
9. Recommendations and Guidelines for Delivering Psychological Support in Hospitals. Psycho-Social Interventions in the Hospital and in the Community following Disasters Terrorism and other Shocking Events. November, 2009. 124 p. URL: https://webgate.ec.europa.eu/chafea_pdb/assets/files/pdb/2006212/2006212_deliverable_10_recommendations_and_guidelines_hospital_received_21_05_2010.pdf (дата звернення: 20.05.2026 р.).

Інформаційні ресурси

1. Важливі навички в періоди стресу: ілюстроване керівництво. World Health Organization, Regional Office for

- Europe. 2021. URL: <https://iris.who.int/handle/10665/339150> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
2. Дії підрозділів ДСНС України в умовах воєнного стану: навч. посіб. / За заг. ред. Мирослава Коваля. Львів, 2023. 308 с. URL: <https://dsns.gov.ua/upload/1/9/2/4/3/5/9/diyi-dsns-objednana-kniga-compresed.pdf> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 3. Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій». МОН України, 2022. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-persha-psihologichna-dopomoga-algoritm-dij> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 4. Методичні рекомендації щодо надання першої психологічної допомоги сім'ям з дітьми, дітям, які перебувають/перебували у зоні збройного конфлікту. URL: <https://cutt.ly/5w9HUZfy> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 5. Пам'ятка офіцеру-психологу щодо організації психологічного супроводження військовослужбовців під час виконання завдань за призначенням. URL: <https://www.mil.gov.ua/pamyatka-psihologu-shhodo-organizaczii-psihologichnogo-suprovodzhennya-vijskovosluzhbovcziv-pid-chas-vikonannya-zavdan-za-priznachennyam.html> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 6. Перша психологічна допомога: посібник для членів загону швидкого реагування Товариства Червоного Хреста України. К., 2017. URL: <https://cutt.ly/ow9HOyiP> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 7. Протокол «Чотири стихії». Екстренна психологічна допомога. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=wBdsNhL-fJ0> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 8. Як надати першу психологічну допомогу. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=ZdkaPIqBYkA> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 9. Я повернувся: психологічний poradnik / Міністерство оборони України, наук.-дослід. центр гуманітар. Проблем Збройних Сил України: Н. А. Агаєв, О. Г. Скрипкін, А. Б. Дейко, О. В. Еверт. К.: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 20 с. URL: https://www.mil.gov.ua/content/tenders/book_29072016.pdf (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 10. Medeiros da Silva J. A., Siegmund G., Bredemeier J. Crisis interventions in online psychological counseling // Trends in Psychiatry and Psychotherapy. 2015. Vol. 37 no. 4. URL: <https://www.scielo.br/j/trends/a/jHF3LgfF3yWYzBN4kBLFWCx/?lang=en> (дата звернення: 20.05.2026 р.).
 11. Psychology of a Crisis. Crisis + Emergency Risk Communication. URL: https://emergency.cdc.gov/cerc/ppt/CERC_Psychology_of_a_Crisis.pdf (дата звернення: 20.05.2026 р.).