

ДЕРЖАВНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ

Система забезпечення якості освітньої діяльності та якості вищої освіти
сертифікована на відповідність ДСТУ ISO 9001:2015 / ISO 9001:2015

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО

вченою радою

(пост. п. 9 від «30» 06 2022 р.)

Ректор

 А. А. Мазаракі



**ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ ПЕРІОДІВ
ОСОБИСТОСТІ /
PSYCHOLOGY OF CRISIS PERIODS OF
PERSONALITY**

**РОБОЧА ПРОГРАМА /
COURSE OUTLINE**

освітній ступінь	бакалавр /	bachelor
галузь знань	05 Соціальні та поведінкові науки	/ Social and behavioral sciences
спеціальність	053 Психологія	/ Psychology
освітня програма	Практична психологія	/ Practical psychology

Київ 2022

Розповсюдження і тиражування без офіційного дозволу ДТЕУ заборонено

Автор: Вербицька Л.Ф., канд. психол. наук, доцент, доцент кафедри психології ДТЕУ

Програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри психології 30 червня 2021 р., протокол № 12

Рецензенти: Гординя Н.Д., канд. психол. наук, доцент, доцент кафедри психології ДТЕУ
Зазимко О.В., канд. психол. наук, доцент

ПСИХОЛОГІЯ КРИЗОВИХ ПЕРІОДІВ ОСОБИСТОСТІ/ PSYCHOLOGY OF PERSONALITY CRISIS PERIODS

РОБОЧА ПРОГРАМА/ COURSE OUTLINE

освітній ступінь	бакалавр / bachelor
галузь знань	05 Соціальні та поведінкові науки / Social and behavioral sciences
спеціальність	053 Психологія / Psychology
освітня програма	Практична психологія / Practical Psychology

1. Структура дисципліни та розподіл годин за темами (тематичний план)

№ з/п	Назва теми	Кількість годин					Форма контролю
		Усього годин/кредитів	У тому числі				
			Лекції	Семінарські заняття	практичні заняття		
1.	Тема 1. Психологія кризових періодів особистості як наукова дисципліна	12	2	2		8	О, ПТВ
2	Тема 2. Нормативні кризи дитячого віку	16	4	2	2	8	О, ППЗСР
3.	Тема 3. Підліткова (пубертатна) криза	16	4	2	2	8	ПСВ;ПТВ
4.	Тема 4. Кризи ранньої та пізньої юності	16	4	2	2	8	
5.	Тема 5. Кризи «Середини життя» та «Зрілості»	14	4		2	8	О, ПСВ, РГ
6.	Тема 6. Кризи похилого віку	14	4	2		8	ППЗСР
7.	Тема 7. Особливості переживання кризовості людей літнього віку	14	4		2	8	РГ, О, ППЗСР
8	Тема 8. Кризи особистісного розвитку	14	2	2	2	8	ТЗ, О
9.	Тема 9. Кризи професійного становлення особистості	16	4	2	2	8	ТЗ, О, ППЗСР
10	Тема 10. Алгоритм дій на предмет виявлення переживання криз особистості	12	2		2	8	О, ППЗСР
11	Тема 11. Психологічне консультування особистості в онтогенезі життєвих криз	12	2		2	8	ПТВ, ППЗСР
12.	Тема 12. Програма тренінгових занять особистісного зростання «Стань собі другом» в умовах кризових ситуацій	20	2	2	4	16	О, ПТВ,РГ
	Підсумковий контроль						Екзамен
	Разом	180/6	38	16	22	104	

Скорочення:

опитування – О; РГ-рольова гра;

творче завдання – ТЗ;

ППЗСР – письмова перевірка звіту самостійної роботи;

ПСВ – перевірка ситуаційної вправи;

ПТВ- перевірка тренінгових вправ.

2. ТЕМАТИКА ТА ЗМІСТ ЛЕКЦІЙНИХ, СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ, САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

Результати навчання	Навчальна діяльність	Робочий час студента
<p><i>Знати основні поняття та категорії кризової психології; основні закономірності та особливості кризових періодів.</i></p> <p><i>Уміти систематизувати форми психологічної травматизації у людини</i></p>	<p>Тема 1. Психологія кризових періодів особистості, як наукова дисципліна</p> <p style="text-align: center;">Лекція План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальне уявлення щодо поняття "кризові періоди" в психології. 2. Форми психологічних проблем. 3. Класифікація психологічних проблем за основними сферами активності людини. 4. Зв'язок психічних травм з психічними розладами. <p style="text-align: center;">Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1, 3, 4, 5. Додатковий: 6-8. Інтернет - ресурси: 2, 3.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фактори, що впливають на особливості переживання особистістю кризи. 2. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій. 	2

	3.Форми психологічної травми у людини (презентація)	2
	<p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p>Контрольні запитання та завдання:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Розкрийте психологічний зміст «кризи» і «переживання» (звіт) 2. Опишіть психологічні особливості посттравматичного стресового розладу (відеоконференція або презентаційний кейс) <p style="text-align: center;">Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1, 3, 4, 5. Додатковий: 6-8. Інтернет - ресурси: 2, 3.</p>	8
Знати загальну характеристику онтогенезу розвитку особистості; теоретичні підходи основних психологічних шкіл до питання розвитку особистості, їх погляди на соціальні та біологічні умови розвитку індивіда.	<p style="text-align: center;">Тема 2. Нормативні кризи дитячого віку</p> <p style="text-align: center;">Лекція 2.1.</p> <p style="text-align: center;">План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Періодизація вікового розвитку. 2. Вікові кризи як закономірні етапи психологічного розвитку. 3.Симптоми криз психічного розвитку. 4. Нормативні кризи дитячого віку: криза народження, криза першого року життя, криза трьох років. <p style="text-align: center;">Лекція 2.2.</p> <p style="text-align: center;">План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Психологічні особливості криз дитячого віку. 	2
Уміти охарактеризувати		2

<p><i>основні періоди розвитку та етапи життєвого шляху особистості.</i></p>	<p>2. Криза шести (семи років) років. 3. Психологічні особливості дітей шести років. 4. Рівні адаптації дитини до школи. 5. Методи згладжування негативних проявів у дитини. Список рекомендованих джерел: Основний: 2, 4. Додатковий: 7,9. Інтернет - ресурси: 1-4.</p>	
	<p style="text-align: center;">Семінарське заняття 2.1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Основні класичні концепції психічного і особистісного розвитку дитини 2. <i>Основні показники і порушення психічного і особистісного розвитку (дискусія)</i> 3. Критерії меж вікових періодів.</p> <p style="text-align: center;">Практичне заняття 2.2.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Сутність кризи новонародженості. 2. <i>Післяпологова депресія у породілля.</i> 3. <i>Формування у дитини трьох років системи власного "Я" – центрального утворення кризи (ділові та рольові ігри)</i> 4. Показники психологічної, фізіологічної та соціальної адаптації дитини до школи. 5. <i>Чинники, що впливають на успішність адаптації дитини до школи. Типові прояви стресу та дезадаптації</i></p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p>

	<p>2. Психологічні особливості у спілкуванні дорослих з підлітком.</p> <p>3. Причини суб'єктивних переживань самоти підлітками.</p> <p>Види самоти у підлітків: поведінкова, когнітивна, емоційна.</p> <p>Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1, 5.</p> <p>Додатковий: 6,9.</p> <p>Інтернет - ресурси: 2, 3.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 3.1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Криза ідентичності в підлітковому віці.</p> <p>2. Причини виникнення стресу у підлітків.</p> <p>3. Особистісні зміни підлітків.</p> <p style="text-align: center;">Практичне заняття 3.2.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. <i>Форми вияву почуття дорослості у підлітків (дискусія).</i></p> <p>2. <i>Загострення базових суперечностей віку.</i></p> <p>3. <i>Деформоване переживання підлітками кризи (презентація).</i></p> <p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <p>1. Які основні наслідки підліткової кризи.</p> <p>2. Які основні новоутворення підліткового періоду.</p> <p>3. Провідна роль сім'ї у виникненні патогенних ситуацій психотравмуючих переживань у підлітка (презентаційний</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">8</p>
--	---	--

	<p>пакет по питанням або відеоконференція).</p> <p><i>4 .Практичні рекомендації батькам, вчителям щодо психологічної допомоги під час переживання підлітком кризи (методична розробка рекомендацій)</i></p> <p>Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1, 3, 4. Додатковий: 7,8,9. Інтернет - ресурси: 2, 3.</p>	
<p><i>Знати психологічні особливості переживання криз ранньої та пізньої юності</i></p> <p><i>Уміти виділяти чинники виникнення криз у юнацької молоді, наслідки деструктивної кризовості</i></p>	<p>Тема 4. Кризи ранньої та пізньої юності</p> <p>План лекції 4.1.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика криз юнацького віку (рання та пізня юність). 2. Сензитивний період дорослішання старшокласника. 3. Психологічні особливості переживання криз ранньої юності. <p>План лекції 4.2.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сутність кризи пізньої юності. 2. Чинники формування кризи ідентичності в юнацькому віці. 3.Наслідки кризовості в юності. <p>Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1- 5. Додатковий: 6-10. Інтернет - ресурси: 2, 4.</p>	<p>2</p> <p>2</p>

	<p style="text-align: center;">Семінарське заняття 4.1.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вікові особливості переживання криз у юнацької молоді. 2. Розкрити основні чинники виникнення криз. 3. <i>Рекомендації молоді щодо конструктивного виходу з юнацької кризи (дискусія)</i> <p style="text-align: center;">Практичне заняття 4.2.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Активізація внутрішнього потенціалу під час кризового переживання.</i> 2. <i>Стратегії психосоціальної роботи з кризовим періодом у молоді (мозковий штурм)</i> 3. <i>Психічне здоров'я юнаків та дівчат у кризовому суспільстві (рольова гра)</i> <p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Вплив родинного виховання на виникнення кризових переживань у молоді (рольова гра або відеоконференція)</i> 2. <i>Охарактеризувати специфіку кризи особистості в ранній та пізній юності (вказати відмінності у реферативному повідомленні)</i> 3. <i>Розкрити психологічні чинники подолання кризовості у юнаків та дівчат (презентаційний кейс або дискусія з відеоконференцією)</i> <p style="text-align: center;">Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1,4,5. Додатковий: 6,7. Інтернет - ресурси: 1, 4.</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">8</p>
--	---	--

	<p>2. Охарактеризувати групу кризових особистісно-обумовлених проявів: особисте життя, здоров'я, ідеали (бліц-опитування).</p> <p>3. Психологічні особливості «Я-Концепції» з урахуванням кризових періодів (дискусія з рольовою грою).</p> <p>4. Загальні риси вікових змін та перші ознаки кризи дорослості. Криза входження особистості в доросле життя («Мозковий штурм»).</p> <p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <p>1. Опишіть психологічний зміст кризи «середини життя» особистості (презентаційний пакет або відеоконференція)</p> <p>2. Визначити основні концептуальні наукові підходи до поняття кризи середини життя (звіт)</p> <p>3. Охарактеризувати специфіку криз «середини життя» і «зрілості» (вказати відмінності у бліц-опитуванні)</p> <p>3. Розкрити психологічні чинники подолання кризовості «середини життя» (творче завдання з відеоконференцією)</p> <p style="text-align: center;">Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 1- 5. Додатковий: 6,8. Інтернет – ресурси: 2- 4.</p>	8
	<p style="text-align: center;">Тема 6. Кризи похилого віку</p> <p style="text-align: center;">Лекція 6.1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Психологічні характеристики криз людей похилого віку.</p>	

<p><i>Знати особливості психологічних та біологічних проявів кризовості людей похилого віку</i></p> <p><i>Уміти систематизувати потенціал людей похилого віку та симптоматику їх кризового стану.</i></p>	<p>2. Негативні вияви вікової депресії та наслідки. 3. Реалізація мудрості як сенс життя у старості.</p> <p style="text-align: center;">Лекція 6.2.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Криза «Я- інтеграції» за Е.Еріксоном. 2. Вироблення психологічної готовності до протидії соціальному старінню. 3. Психологічна підготовка до можливих фізичних недуг і хвороб, самотності і гідного прийняття «Вічності». 5. Потенціал світобачення і мудрості та можливості подолання кризи. 6. Релігійна духовна складова як одна з основ конструктивного виходу з кризи.</p> <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 2, 3 Додатковий: 6-9. Інтернет - ресурси: 2, 3, 4.</p> <p style="text-align: center;">Практичне заняття 6.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Психологічні особливості криз похилого віку: адаптація до вікових змін. 2. <i>Наслідки кризи «пустого гнізда» (творче завдання).</i> 3. <i>Кризи «здоров'я». Адекватне сприйняття старості (протидія негативним стереотипам).</i> (дискусія з відеороликами)</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p>
---	---	--

	<p>4. Рольова переорієнтація, прагнення до внутрішньої осмисленості прожитого життя(міні- тренінг).</p> <p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <p>1. Описати ознаки і симптоматику кризового стану людей похилого віку (презентаційний пакет +відеоконференція)</p> <p>2. Розробити рекомендації психологам, соціальним працівникам щодо психопрофілактики феномену «старіння» представити доробок рекомендацій, відеоконференція)</p> <p>3 .Визначити основні концептуальні наукові підходи до поняття кризи середини життя(Звіт)</p> <p>3. Охарактеризувати специфіку криз «середини життя» і «зрілості» (вказати відмінності у бліц-тестах)</p> <p>3.Розкрити психологічні чинники подолання кризовості «середини життя» (міні-тренінг)</p> <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 2,5 Додатковий: 6. Інтернет - ресурси: 3, 4.</p>	8
<p><i>Знати наукові підходи до систематизації індивідуальних проявів особистості в літньому віці</i></p> <p><i>Уміти розкрити проблему</i></p>	<p style="text-align: center;">Тема 7. Особливості переживання кризовості людей літнього віку</p> <p style="text-align: center;">Лекція 7.1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Вітчизняні та європейські наукові підходи щодо вивчення адаптації, систематизації індивідуальних проявів особистості</p>	2

	<p style="text-align: center;">Практичне заняття 7 План</p> <p>1. Популяризація активного способу життя серед літніх людей як профілактика кризового періоду. (есе)</p> <p>2. Статистика рейтингу країн за найбільшою тривалістю життя. (презентація)</p> <p>3. Дослідження науковців-генетиків щодо «Гену довгожителів» в українців -24,5 % (дискусія)</p> <p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <p>1. Описати і визначити європейські підходи щодо вивчення систематизації індивідуальних проявів особистості в літньому віці (відеоконференція або дискусія)</p> <p>2. Охарактеризувати сутність оборонної стратегії адаптації до старості (за Д. Б. Бромлеєм) (звіт)</p> <p>3. Розкрити специфіку діагностико-консультативної роботи з особами похилого віку (презентаційний пакет з бліц-опитуванням, моделюванням ситуацій)</p> <p style="text-align: center;">Список рекомендованих джерел:</p> <p>Основний: 2, 4 Додатковий: 6,7. Інтернет - ресурси: 1- 3.</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">8</p>
--	--	---

	<p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Які основні причини внутрішньо-особистісного конфлікту (дискусія або відеоконференція) 2. Описати наслідки деструктивного виходу з кризи (бліц-опитування з моделюванням ситуацій) <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 2, 3. Додатковий: 9,10. Інтернет - ресурси: 1, 2, 3.</p>	8
<p><i>Знати фактори, що обумовлюють кризи професійної діяльності.</i></p>	<p style="text-align: center;">Тема 9. Кризи професійного становлення особистості</p> <p style="text-align: center;">Лекція 9.1. План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Тенденції розвитку професійних деструкцій. 3. Психологічні особливості криз професійної діяльності особистості. 4. Криза навчально-професійної орієнтації. 5. Криза професійного зростання (23-25 років). 6. Криза навчально-професійної кар'єри (30-33 р.) <p style="text-align: center;">Лекція 9.2. План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Криза соціально-професійної самоактуалізації (38-42 року). 	2

	<p>2. Шляхи оптимізації психологічного супроводження щодо профілактики та корекції професійної деформації.</p> <p>3. Криза згасання професійної діяльності (60 років).</p> <p>4. Психофізіологічні зміни і погіршення стану здоров'я.</p> <p>5. Соціально-психологічне старіння, втрата професійної ідентифікації, незадоволеність життям.</p> <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 3, 5. Додатковий: 6-9. Інтернет - ресурси: 2, 4.</p>	2
<p><i>Уміти розкрити шляхи подолання та профілактики професійних деструкцій; запропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності.</i></p>	<p style="text-align: center;">Семінарське заняття 9.1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Психологічні особливості криз професійної діяльності особистості.</p> <p>2. Професійне вигорання.</p> <p>3. <i>Психологія безробіття (дискусія).</i></p> <p>4. <i>Шляхи подолання та профілактики професійних деструкцій.</i></p> <p>5. <i>Особливості подолання професійного стресу (міні-тренінг).</i></p> <p style="text-align: center;">Практичне заняття 9.2.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. <i>Психологічні чинники стимулів та антистимулів в мотивації особистості(рольові ігри).</i></p>	2

	<p>2. Деструктивні психічні стани, що супроводжують людину в професійній кризі.</p> <p>3. Наслідки преривання професійної кар'єри (пенсія, хвороба і т.д)(дискусія)</p> <p>4. Конструктивне вирішення професійно-кризових ситуацій(моделювання ситуацій)</p>	2
	<p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p>Контрольні запитання та завдання:</p> <p>1. Розкрити психологічні аспекти професійних криз: фактори та засоби подолання(презентація і відеоконференція)</p> <p>2. Описати основні причини професійного вигорання.(дискусія з міні тренінгом)</p> <p>3. Розробити рекомендації щодо подолання професійної кризи у зрілому віці(презентаційний пакет з рекомендаціями)</p> <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 2, 4. Додатковий: 7-9. Інтернет - ресурси: 2, 3.</p>	8
Знати основні принципи та методи діагностики кризових станів.	<p style="text-align: center;">Тема 10. Алгоритм дій на предмет виявлення переживання особистісної кризи</p> <p style="text-align: center;">Лекція</p> <p style="text-align: center;">План лекції:</p> <p>1. Основні принципи діагностики проявів кризових переживань.</p> <p>2. Психодіагностичний комплекс методик.</p> <p>3. Дослідження рівня особистісної тривожності, ціннісних орієнтацій.</p> <p>4. Дослідження наявності депресії та дезадаптованості</p>	2

	<p>особистості.</p> <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 1, 5. Додатковий: 6,7. Інтернет ресурси: 1, 3, 4.</p>	
<p><i>Уміти використовувати психодіагностичний комплекс методик на предмет виявлення переживання особистісної кризи</i></p>	<p style="text-align: center;">Практичне заняття 10</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Встановлення послідовності проведення психодіагностичної процедури. 2. Спостереження та бесіда як допоміжні методи. 3. Ступінь прояву кризового стану та тип реакції. (рольова гра) 4. Визначення типу духовно-особистісної кризи. (дискусія, міні-тренінг). 	2
	<p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризуйте основні принципи діагностики проявів кризових переживань (звіт) 2. Окресліть послідовність проведення психодіагностичної процедури на предмет виявлення кризового стану (відеоконференція або блиц-опитування з моделюванням ситуацій) <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 1,4. Додатковий: 7,8. Інтернет ресурси: 1, 3</p>	8

<p><i>Знати сучасні напрями психологічного консультування при кризових станах особистості;</i></p>	<p>Тема 11. Психологічне консультування особистості в онтогенезі життєвих криз Лекція План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психологічне консультування сутність та структурні компоненти. 2. Динаміка психологічної роботи з інтегрованими особистісними сферами (когнітивна, емоційна, поведінкова). 3. Процес знешкодження неконструктивних захисних установок та активізація потреби пошуку альтернатив виходу з кризового стану. 4. Рефлексія як глибинно-психологічна основа виходу з кризи . <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 3, 4. Додатковий: 6,10. Інтернет - ресурси: 2, 3, 4.</p>	<p>2</p>
<p><i>Уміти скласти та реалізувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, встановлювати ефективність власних дій.</i></p>	<p>Практичне заняття План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Консультування як спроба подолання психологічних захистів. 2. Аналіз основних суперечностей між духовним «Я» та соціальним «Я» особи(за У. Джемсом). 3. <i>Діалог між критикуючою частиною особистості та тією, котру критикують (за Ф. Перлзом)(рольова гра)</i> 	<p>2</p>

	<p>4. Коригування уявлень про себе, які перешкоджають розвитку особистості. Накреслення перспектив самореалізації в соціумі(міні- тренінг, дискусія, моделювання ситуацій)</p>	
	<p style="text-align: center;">Самостійна робота</p> <p>Контрольні запитання та завдання:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Окреслити основні характеристики екзистенційних тривог (відеоконференція + блиц-опитування з моделюванням ситуацій) 2. Описати психологічні ресурси особистості (звіт) 3. Розкрити поняття «адаптаційний потенціал» особистості(презентаційний пакет , відеоконференція) 4. Розкрийте психологічну рефлексію як стан вичерпання кризових переживань(творче завдання з використанням технік) <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 3, 4. Додатковий: 6,10,11. Інтернет - ресурси: 2, 3, 4</p>	8
<p>Знати основні принципи побудови тренінгу, практичні положення, різноплановість технік.</p>	<p>Тема 12. Програма тренінгових занять особистісного зростання «Стань собі другом» в умовах крзових ситуацій</p> <p style="text-align: center;">Лекція План лекції:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основні положення щодо проведення тренінгів 2. Використання тренінгових технологій у роботі практичного психолога. <p>Список рекомендованих джерел:</p>	2

<p><i>Уміти застосовувати методи та прийоми: бесіда, групова дискусія, візуальне усвідомлення, рольове програння тощо. Реалізувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, у формі лекцій, бесід, круглих столів, відповідно до запиту.</i></p>	<p>Основний: 3, 4. Додатковий: 6-11. Інтернет - ресурси: 2, 3, 4.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 12.1.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Стандарти тренінгової роботи та індивідуальний стиль тренера.</p> <p>2. <i>Етичні психологічні проблеми тренінгової роботи.</i></p> <p>3. <i>Структура програми тренінгових занять особистісного зростання «Стань собі другом» (презентація).</i></p> <p style="text-align: center;">Практичне заняття 12.2.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Ключові складові тренінгових занять «Стань собі другом» в умовах кризових ситуацій.</p> <p>2. <i>Компоненти тренінгових занять: міні лекції; групова дискусія; мозковий штурм; структуровані та рухові вправи; психомалюнок; тестування; рольова гра та метод психодрами.</i></p> <p>3. <i>Проведення тренінгового заняття за такими блоками як:</i></p> <p>1) <i>мотиваційний</i></p> <p>2) <i>когнітивний</i></p> <p>3) <i>емоційно-ціннісний</i></p> <p>4) <i>поведінково-результативний.</i></p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">4</p>
---	--	---

	<p style="text-align: center;">Самостійна робота студентів</p> <p><i>Контрольні запитання та завдання:</i></p> <p>1. Розкрити методичні основи проведення тренінгу особистісного зростання.</p> <p>2. <i>Описати специфіку групової роботи з особами, що переживають період особистісної кризи самореалізації (звіт)</i></p> <p>3. <i>Розкрити основні психологічні особливості мотиваційного, когнітивного, емоційно-ціннісного, поведінково-результативного компонентів тренінгового заняття (відеоконференція та бліц-опитування з моделюванням ситуацій)</i></p> <p>Список рекомендованих джерел: Основний: 2, 3, 5. Додатковий: 8-11. Інтернет - ресурси: 1-4</p>	12
	Лекції	38
	Семінарські заняття	16
	Практичні заняття	22
	Самостійна робота студентів	104
	Разом	180

** курсивом виділено інтерактивні методи навчання

3. Список рекомендованих джерел

Основний:

1. Байер О.О. Життєві кризи особистості: навчальний посібник/ О.О. Байер. – Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2013. – 244 с.
2. Василюк Ф. Е. Психологія переживання (аналіз подолання критичних ситуацій). — Навч. посіб. Х: Ердса, 2015. — 200 с.
3. *Вікова психологія [Текст]: посібник для студ. вищ. навч. закладів / М. В. Савчин, Л. П. Василенко; М-во освіти і науки України. – Дрогобич: Відродження, 2014. - 287 с*
4. *Корольчук М.С., Корольчук В.М., Миронець С.М., Тімченко О.В., Осьодло В.І., Ржевський Г.М., Зазимко О.В., Практична психологія / Навчальний посібник для студентів ВНЗ / . – К. : Київ.нац.торг.ун-т, 2014. – 739 с.*
5. *Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.: Підручник. – Вид. 2-ге. К. : Либідь, 2015. – 536 с.*

Додатковий:

6. *Вербицька Л.Ф. Родинне виховання та кризові стани в ранній юності / Л.Ф. Вербицька // Вісник Київського національного торговельно-економічного університету: Збірник наукових праць. - К.: 2012. - № 4 (84). - С. 104-112*
7. *Психологічні особливості віддалених наслідків стресогенних впливів: монографія / монографія / ; за ред. М.С. Корольчука. – К. : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2014. – 276 с.*
8. Роджерс К./ Погляд на психотерапію. Становлення людини/ К. Роджерс. – Дніпропетровськ: Вид. "Прогрес", 2010. – 480 с.
9. *Савчин М. В./ Духовний потенціал людини / Мирослав Савчин./ – навч. пос. Івано-Франківськ: Вид-во "Плай" Прикарпатського ун-ту, 2015. – 203 с.*
10. *Франкл В. / Человек в поисках смысла / В. Франкл/ – Х: Эрдса, 2010. – 368*
11. *М. Heidegger: Phänomenologie und transzendente Wertphilosophie. In: Zur Bestimmung der Philosophie (GA Bd. 56/57). Hrsg. v. V. Heimbüchel. 2011*

Інтернет-ресурси:

1. Студентська електронна бібліотека "Читалка" URL : <http://chitalka.info/psy.html>
2. Кризовий стан. Норма та відхилення. URL : http://upsihologa.com.ua/tytarenko_crisis2.html3
3. Енциклопедія практичної психології URL: http://psychologis.com.ua/lichnostnye_krizisy_i_razvitie_lichnosti.htm
4. Сайт англійського центру підтримки викладання психології для викладачів психології, що володіють англійською мовою/ <http://www.psychology.ltsn.ac.uk/>

*** Курсивом виділено джерела, які знаходяться в бібліотеці ДТЕУ*