

**Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет»
Педагогічний факультет
Кафедра практичної психології**

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Перший проректор _____

С. Г. Набока
«21» березня 2024 р.



**ПРОГРАМА
КОМПЛЕКСНОГО ІСПИТУ
З ПСИХОЛОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН
підготовки здобувачів
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти**

спеціальності 053 Психологія
за освітньо-професійною «Практична психологія»
програмою

Дніпро-Слов'янськ – 2024 р.

Програма комплексного іспиту з психологічних дисциплін для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньо-професійної програми «Практична психологія» спеціальності 053 Психологія

Розробники:

Панасенко Е.А., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»;

Дметерко Н.В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»;

Березка С.В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет».

Програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри практичної психології

Протокол №8 від «21» березня 2024 р.

Завідувач кафедри

практичної психології

Е.А. Панасенко

Затверджено та рекомендовано до впровадження вченою радою
Державного вищого навчального закладу
«Донбаський державний педагогічний університет»
«21» березня 2024 р.,
протокол №6

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма комплексного іспиту з психологічних дисциплін побудована згідно навчальних планів підготовки здобувачів на бакалаврському рівні у галузі знань **05 Соціальні та поведінкові науки за спеціальністю 053 «Психологія», ОПШ «Практична психологія»** та навчальних програм з ОК «Вікова психологія», «Психологічна діагностика», «Психологічна корекція», «Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях» та включає питання з означених дисциплін.

Вікова психологія як галузь психологічної науки вивчає закономірності психічного розвитку та формування особистості на різних вікових періодах впродовж життєвого циклу людини.

Програмні компетентності, передбачені ОК «Вікова психологія»:

Загальні компетентності (ЗК) :

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності;
- здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями;

Фахові компетентності (ФК)

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології;
- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду, розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ;
- здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків;
- здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел;

Очікувані результати навчання:

- аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання;
- розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань;

- здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань;

- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

Тестові завдання з ОК «Вікова психологія» побудовано у такий спосіб, щоб виявити:

- рівень володіння студентами категоріальним апаратом психології розвитку;

- рівень теоретичних знань про предмет, завдання і методи вікової психології, чинники психічного розвитку людини, вікові нормативи, особливості та закономірності психічного розвитку людини на різних етапах онтогенезу;

- вміння інтегрувати теоретичні знання для організації діяльності та спілкування особистості в різні вікові періоди.

Форми тестових завдань у блоку «Вікова психологія» уніфіковано наступним чином:

- тестові завдання закритої форми, з вибором однієї правильної відповіді (оцінюється по 1 балу за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми, з вибором декількох правильних відповідей (оцінюється по 2 бали за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми на встановлення відповідності чи відновлення послідовності (оцінюється в 3 максимальних бали);

- завдання відкритої форми (оцінюється в 10 бали).

Оцінення завдань у блоці відбувається за наступним принципом:

1 завдання – 1 бал;

2 завдання – 1 бал;

3 завдання – 1 бал;

4 завдання – 1 бал;

- 5 завдання – 1 бал;
 - 6 завдання – 2 бали;
 - 7 завдання – 2 бали;
 - 8 завдання – 3 бали;
 - 9 завдання – 3 бали;
 - 10 завдання – 10 балів.
- Усього – 25 балів.

Питання, які включені до державної атестації з «Вікової психології» охоплюють основні теми освітнього компонента: загально-теоретичні питання вікової психології, психічний розвиток дитини раннього і дошкільного віку, психічний розвиток дитини шкільного віку, психологія людини періоду дорослості і старості.

Питання з ОК «Вікова психологія»

1. Характеристика «Вікової психології» як науки. Її предмет і задачі.
2. Рушійні сили, чинники та умови психічного розвитку.
3. Закономірності психічного розвитку.
4. Умовні та безумовні рефлексії новонародженого. Їх значення для психічного життя новонародженого.
5. Характеристика предметної діяльності як провідної діяльності у ранньому віці.
6. «Комплекс пожвавлення» та передумови його виникнення.
7. Передумови розвитку особистості дитини в ранньому віці. Психологічна природа кризи 3- років.
8. Сюжетно-рольова гра – провідна діяльність в дошкільному дитинстві. Структура гри (сюжет, зміст, правила, ігрові та реальні відносини дітей).
9. Психологічні особливості зображувальної діяльності дошкільника. Етапи розвитку дитячого малюнка.
10. Розвиток елементів навчальної діяльності дитини дошкільного віку.

11. Моральний розвиток дошкільника. Поняття про моральні норми та моральні еталони.

12. Розвиток мотиваційної сфери дитини дошкільного віку. Поняття про супідрядність мотивів.

13. Особливості самосвідомості та самооцінки в дошкільному віці.

14. Емоційний розвиток дитини дошкільного віку. Розвиток вищих почуттів в дошкільному віці, їх характеристика.

15. Розвиток волі в дошкільному віці. Функції волі. Структура вольових дій дитини дошкільного віку.

16. Особливості та умови розвитку уваги дошкільника. Види та властивості уваги дошкільника.

17. Особливості та умови розвитку мислення дитини дошкільного віку.

18. Особливості пам'яті дитини дошкільного віку. Співвідношення довільного та мимовільного запам'ятовування.

19. Поняття про психологічну готовність до навчання у школі. Криза 6-7 років.

20. Розвиток мотиваційної сфери молодшого школяра. Мотивація навчальної діяльності

21. Формування самооцінки та самосвідомості молодшого школяра. Вплив шкільного навчання на самооцінку молодшого школяра.

22. Вікові особливості розвитку пізнавальних процесів дитини молодшого шкільного віку.

23. Розвиток особистісної сфери підлітків. Становлення самооцінки, самосвідомості, рівня домагань. Криза підліткового віку.

24. Психологічні особливості дитини старшого шкільного віку.

25. Розвиток особистості юнаків.

26. Поняття про девіантну поведінку. Мотиви асоціальної поведінки.

27. Загальна характеристика періоду дорослості. Критерії досягнення дорослості.

28. Професійна діяльність в період раннього дорослого віку

29. Психологічні особливості середнього дорослого віку.
30. Загальна характеристика періоду пізньої дорослості і старості.

Література

Основна:

1. Дметерко Н.В. Дитяча психологія: лекційний і практичний курс. Слов'янськ: Видавництво Б. І. Маторіна, 2019. 159 с.
2. Павелків Р.В. Вікова психологія : підручник. К. : Кондор, 2011. 468 с. URL: <https://westudents.com.ua/knigi/490-vkova-psihiologiya-pavelkiv-rv.html>
3. Панчук Н.П. Загальна і вікова психологія: Практикум : Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Друк-Сервіс, 2018. 168 с. URL: <http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/3544/Panchuk-N.P.-Zahalna-i-vikova-psykholohiia-praktykum.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
4. Поліщук В.М. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. 4-те вид., стер. Суми : Університетська книга, 2019. 352 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/29700/1/V_Polishchuk_WPP_IL.pdf
5. Савчин М. В., Василенко Л.П. Вікова психологія. Режим доступу: <https://westudents.com.ua/knigi/491-vkova-psihiologiya-savchin-mv-.html>
6. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія : навчальний посібник. К. : Центр учбової літератури, 2019. 376 с. URL: <https://westudents.com.ua/knigi/492-vkova-psihiologiya-sergenkova-op.html>

Додаткова:

1. Психодіагностика особистості підлітка / За ред. О.Д. Кравченко, В.Ф. Моргуна : навчальний посібник із психологічної практики для студентів-бакалаврів педагогічних та психологічних спеціальностей. 2-е видання. К. : Видавничий дім «Слово», 2013. 136 с.

Предметом вивчення навчальної дисципліни «**Психологічна діагностика**» є теоретичні засади психологічного діагностування та

інструменти, що використовуються для оцінки та вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей особистості.

Програмні компетентності, передбачені ОК «Психологічна діагностика»:

Загальні компетентності (ЗК) :

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності;
- здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями;
- здатність приймати обґрунтовані рішення.

Фахові компетентності (ФК)

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології;
- здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій;
- здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації;
- здатність дотримуватися норм професійної етики.

Очікувані результати навчання:

- аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання;
- обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги;
- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання;
- формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника;

- знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

Форми тестових завдань у блоку «Психологічна діагностика» уніфіковано наступним чином:

- тестові завдання закритої форми, з вибором однієї правильної відповіді (оцінюється по 1 балу за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми, з вибором декількох правильних відповідей (оцінюється по 2 бали за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми на встановлення відповідності чи відновлення послідовності (оцінюється в 3 максимальних бали);

- завдання відкритої форми (оцінюється в 10 бали).

Оцінення завдань у блоці відбувається за наступним принципом:

1 завдання – 1 бал;

2 завдання – 1 бал;

3 завдання – 1 бал;

4 завдання – 1 бал;

5 завдання – 1 бал;

6 завдання – 2 бали;

7 завдання – 2 бали;

8 завдання – 3 бали;

9 завдання – 3 бали;

10 завдання – 10 балів.

Усього – 25 балів.

Тестові завдання з ОК «Психологічна діагностика», включені до державної атестації, охоплюють такі теми: психодіагностика як наука, класифікація психодіагностичних методів, психометричні засади психодіагностики, психодіагностика інтелекту, особистісні опитувальники, проєктивні методики, діагностика міжособистісних відносин. Це дозволить виявити ступінь сформованості у здобувачів компетентностей та програмних результатів навчання, передбачених робочою програмою.

Питання з ОК «Психологічна діагностика»

1. Витоки психодіагностики.
 2. Поняття про психодіагностику.
 3. Психодіагностичний метод та діагностичні підходи.
 4. Поняття про психологічний діагноз.
 5. Основні етапи психодіагностичного процесу.
 6. Типи діагностичних методів
 7. Формалізовані методи.
 8. Тест як основний інструмент психодіагностики. Види тестів.
 9. Малоформалізовані методи. Їх характеристика.
 10. Сутність інтелекту.
 11. Підходи до вивчення інтелекту і моделі структури
 12. Характеристика тестів діагностування інтелекту.
 13. Невербальні тести інтелекту.
 14. Групові тести інтелекту, що застосовують у вітчизняній практиці.
 15. Поняття про особистість. Види особистісних опитувальників.
 16. Опитувальники типологічні (Г. Айзенк та ін.).
 17. Опитувальники рис особистості (Р. Кеттел та ін.).
 18. Особистісні опитувальними потребова-мотиваційної сфери (А. Едвардс та ін.)
 19. Особистісні опитувальники інтересів.
 20. Опитувальники особистісних цінностей (Д. Супера та ін.).
 21. Особистісні опитувальники установок (шкала Л. Терстоуна та ін.).
 22. Проективна діагностика як метод вивчення внутрішнього світу особистості.
 23. Специфіка проективного підходу до діагностики особистості.
- Класифікація проективних методик (за Франком)
24. Проективні методики структурування (методика чорнильних плям Роршарха).
 25. Проективні методики інтерпретації.

26. Проективні методики експресії.
27. Проективні методики доповнення (адитивні).
28. Проективні методики імпресії.
29. Поняття про міжособистісні відносини.
30. Опитувальники для діагностики стилів міжособистісних відносин.
31. Методи діагностики типів міжособистісних відносин. Взаємодія в малих групах (соціометрія, методики вивчення психологічного клімату в групі).
32. Методи діагностики типів міжособистісних відносин Діагностика діадного відношення.

Література

Основна:

1. Бушуєва Т.В. Психодіагностика [Текст] : підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ ; Ніжин : Видавець Лисенко М. М., 2016. 504 с.
2. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посіб. 2-ге вид., стереотип. К. : Академвидав, 2011. 464 с. (Серія «Альма-матер»). URL: <https://westudents.com.ua/knigi/521-psihodagnostika-galyan-m.html> **(не перевидавалось)**
3. Гузенко В.А. Психологічна діагностика : навчально-методичний посібник / В.А. Гузенко, Ю.В. Тудорцева ; Міністерство освіти і науки країни, Одеський національний політехнічний університет. Одеса : Вадим Вікторович Букаєв, 2016. 267 с.
4. Зубрицька-Макота І.В. Психодіагностика : навч.-метод. посібник. – Львів : СПОЛОМ, 2015. 346 с.
5. Моргун В.Ф. Основи психологічної діагностики : навч. посібник. К. : Видавничий дім «Слово», 2009. 464 с. **(не перевидавалось)**.
6. Психодіагностика. Психологічний практикум: навч. посіб. / Баклицька О. П., Баклицький І. О., Сірко Р. І., Слободяник В. І. Львів : Споллом, 2015. 464 с.

7. Чала Ю.М., Шахрайчук А.М. Психодіагностика: навчальний посібник. Харків: НТУ «ХП», 2018. 246 с. URL: http://repository.kpi.kharkov.ua/bitstream/KhPI-Press/40695/1/Book_2018_Chala_Psykhodiahnostyka.pdf.

Додаткова:

1. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби : [метод. рек.] / авт.-упор.: В. М. Горленко, В. Д. Острова, Н. В. Сосновенко, І. І. Ткачук ; за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 106 с. : Електронний ресурс. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/minimumi.pdf>

Психологічна корекція є одним із провідних видів роботи практичного психолога. Незалежно від сфери діяльності психолог повинен здійснювати корекцію різних психоемоційних станів особистості чи групи, а відповідно має знати основні принципи та правила проведення корекційної роботи, провідні напрями та різні техніки та методи психологічної корекції для того, щоб своєчасно надавати ефективну психологічну допомогу залежно від ситуації та індивідуальних особливостей клієнта. Відповідно метою ОК «Психологічна корекція» є розвиток у здобувачів сучасних уявлень про основи психокорекції, формування знань основних теоретичних напрямів психологічної корекції і практичних методів корекційної допомоги; розвиток у здобувачів вищої освіти здатності розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

Програмні компетентності передбачені ОК «Психологічна корекція»:

Загальні компетентності (ЗК):

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

Фахові компетентності (ФК):

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології;
- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду, розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ;
- здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків;
- здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову);
- здатність дотримуватися норм професійної етики.

Очікувані результати навчання:

- аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання;
- розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань;
- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання;
- складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій;
- демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності;
- вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

Форми тестових завдань у блоку «Психологічна корекція» уніфіковано наступним чином:

- тестові завдання закритої форми, з вибором однієї правильної відповіді (оцінюється по 1 балу за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми, з вибором декількох правильних відповідей (оцінюється по 2 бали за кожную правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми на встановлення відповідності чи відновлення послідовності (оцінюється в 3 максимальних бали);

- завдання відкритої форми (оцінюється в 10 бали).

Оцінення завдань у блоці відбувається за наступним принципом:

1 завдання – 1 бал;

2 завдання – 1 бал;

3 завдання – 1 бал;

4 завдання – 1 бал;

5 завдання – 1 бал;

6 завдання – 2 бали;

7 завдання – 2 бали;

8 завдання – 3 бали;

9 завдання – 3 бали;

10 завдання – 10 балів.

Усього – 25 балів.

Питання з ОК «Психологічна корекція»

1. Аналітична індивідуальна психокорекція А. Адлера.
2. Вимоги до психолога, який здійснює психокорекційні заходи.
3. Гештальт-психологія Ф.Перлза у психокорекційній практиці.
4. Групова психокорекція: переваги, недоліки, правила проведення.
5. Групова психодинаміка у груповій психокорекції.
6. Іммерсійні методи психокорекції.
7. Індивідуальна психокорекція: переваги, недоліки, рекомендації для застосування.
8. Класифікація видів психокорекції.
9. Клієнт-центрований підхід К. Роджерса.
10. Когнітивний підхід А.Бека у психологічній корекції.
11. Корекційний вплив у класичному психоаналізі.

12. Методи ігротерапії у психокорекційній практиці.
13. Методи поведінкової корекції.
14. Основні принципи, цілі і завдання психокорекційної роботи.
15. Особливості когнітивної психокорекції.
16. Оцінка ефективності психокорекційних заходів.
17. Поведінковий напрямок у психокорекції.
18. Принципи складання та основні види психокорекційних програм
19. Психодинамічний напрямок у психокорекції.
20. Різновиди психокорекційних груп.
21. Сім'я як об'єкт психокорекційного впливу.
22. Структура психокорекційної програми.
23. Типи психокорекційних програм.
24. Трансактний аналіз Е.Берна у психокорекції.
25. Підходи до корекції сімейних стосунків.
26. Методика корекції дитячо-батьківських відносин.
27. Методика корекції подружніх відносин.
28. Основні методи індивідуального психокорекційного впливу.
29. Методики психодрами. Необхідні умови для проведення психодрами.
30. Позиція психолога у поведінковій психології, вимоги та очікування від клієнта.

Література

1. Goldfried MR. The field of psychotherapy: over 100 years old and still an infant science. *Clinical Psychology in Europe* 2020, P.1–3
2. Myrna M. Weissman. *Interpersonal Psychotherapy: History and Future*.

Режим

доступу:

<https://psychotherapy.psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.psychotherapy.20190032>

3. Paul Gilber. Psychotherapy for the 21st century: An integrative, evolutionary, contextual, biopsychosocial approach. Режим доступу: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/papt.12226>

4. Winfried Rief. Moving from tradition-based to competence-based psychotherapy. Режим доступу: <https://mentalhealth.bmj.com/content/ebmental/24/3/115.full.pdf>

5. Березка С.В. Методичні рекомендації з навчальної дисципліни «Психологічна корекція» для студентів 2 курсу бакалаврського рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія, освітньо- професійна програма «Практична психологія». Слов'янськ: Вид-во Б.І. Маторіна, 2021. 35 с.

6. Бугерко Я. Глибинна психокорекція як засіб фахової самореалізації психолога-практика. Психологічний часопис. Режим доступу: <https://hal.science/hal-01846168/document>

7. Віктор Франкл. Психотерапія на практиці. Режим доступу: <http://weblib.pp.ua/psihoterapiya-praktike-perevod-pankov-pevchev.html>

8. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посібник. Острог-Київ : Острозька академія, Кондор, 2018. 530 с.

9. Кононова М. М. Практикум із дисциплін «Основи психокорекції та психоконсультування в умовах інклюзії» і «Основи психотренінгу осіб з тяжкими порушеннями мовлення»: навчально-методичний посібник. Полтава: ПНПУ імені В. Г.Короленка. 2020. 191 с.

10. Концептуальні засади і методика глибинної психокорекції: підготовка психолога-практика/ за ред. Т.С. Яценко. Режим доступу: https://library.udpu.edu.ua/library_files/423691.pdf

11. Панасенко Е., Березка С. Психологічна служба в закладах освіти: практикум : навч.- метод. посібник. Краматорськ: Видавництво ЦТРІ-«Друкарський дім», 2021. Част. 1, 400 с.

12. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості.Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/724267/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE>

[%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D0%B6%D0%B8%D1%82%D1%82%D1%94%D0%B2%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%88%D0%BB%D1%8F%D1%85%D1%83%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf](#)

13. Психокорекція: навч.-метод. посібник / Я. С. Андрушко. Львів: ЛьВДУВС, 2017. 212 с.

14. Теорія і практика вікової психокорекції : Навчальний посібник / С. Б. Кузікова. 2-ге видання, перероблене, доповнене. Суми : Університетська книга, 2020. 304 с.

15. Яцина О. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

«Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях» вивчає поведінку людини в умовах надзвичайних ситуацій, які можуть здійснюватися у таких сферах як спорт, війна, аварії, кризові ситуації та інші. При стиканні з екстремальними ситуаціями люди зазвичай переживають стрес, який може впливати на їхню психічну та фізичну стан. Метою навчальної дисципліни «Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях» є надання здобувачам вищої освіти компетентностей, необхідних для аналізу та розуміння поведінки людей у складних та небезпечних ситуаціях. Курс спрямований на розуміння психологічних факторів, що впливають на поведінку людей у кризових ситуаціях, таких як техногенні катастрофи, природні лиха, війни, терористичні акти та інші. Студенти мають вміти визначати та оцінювати психологічний стан людей у кризових ситуаціях, розробляти стратегії психологічної підтримки та допомоги в екстремальних умовах. Вони також опановують знаннями про професійну підготовку та психологічну стійкість фахівців, які працюють у відповідальних ситуаціях. Метою цієї дисципліни є формування у студентів практичних навичок та компетенцій, що дозволять їм розуміти та ефективно реагувати на екстремальні ситуації у своїй професійній діяльності. Ця дисципліна є

корисною для майбутніх психологів, які бажають працювати з людьми, які пережили травматичні події або стикаються з екстремальними ситуаціями у своїй професійній діяльності. Вивчення психології екстремальних ситуацій допомагає студентам підготуватися до роботи в сферах, які пов'язані з ризиком та небезпекою, наприклад, військовій справі, спасанні життів та інших.

Програмні компетентності передбачені ОК «Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях»:

Загальні компетентності (ЗК):

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність приймати обґрунтовані рішення;
- здатність генерувати нові ідеї (креативність).

Фахові компетентності (ФК):

- здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову);
- здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту;
- здатність надавати психологічну допомогу населенню, яке перебувало в екстремальних ситуаціях.

Очікувані результати навчання:

- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання;
- складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій;
- складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника;

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

- демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності;

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

Форми тестових завдань у блоку «Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях» уніфіковано наступним чином:

- тестові завдання закритої форми, з вибором однієї правильної відповіді (оцінюється по 1 балу за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми, з вибором декількох правильних відповідей (оцінюється по 2 бали за кожну правильну відповідь);

- тестові завдання закритої форми на встановлення відповідності чи відновлення послідовності (оцінюється в 3 максимальних бали);

- завдання відкритої форми (оцінюється в 10 бали).

Оцінення завдань у блоці відбувається за наступним принципом:

1 завдання – 1 бал;

2 завдання – 1 бал;

3 завдання – 1 бал;

4 завдання – 1 бал;

5 завдання – 1 бал;

6 завдання – 2 бали;

7 завдання – 2 бали;

8 завдання – 3 бали;

9 завдання – 3 бали;

10 завдання – 10 балів.

Усього – 25 балів.

Питання з ОК «Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях»

1. Основні характеристики екстремальної психології як науки.
2. Поняття «екстремальна ситуація» в контексті психології.
3. Основні фізіологічні процеси, що відбуваються в організмі людини в екстремальних ситуаціях.
4. Методи дослідження екстремальної психології.
5. Фізичні чинники, що впливають на психічний стан людини в екстремальних ситуаціях.
6. Основні підходи до психологічної підготовки людей до екстремальних ситуацій.
7. Різновиди та рівні стресу в екстремальних ситуаціях та їх вплив на психічний стан людини.
8. Основні методи психологічної допомоги для підтримки психічного здоров'я людей, які пройшли через травматичні ситуації.
9. Особливості психіки людини, які проходять спеціальну підготовку для роботи в екстремальних умовах.
10. Основні стратегії пристосування до екстремальних ситуацій.
11. Нормальна та патологічна реакція людини на стрес.
12. Методи психологічної підготовки до екстремальних ситуацій в різних професіях.
13. Як визначити рівень тривоги та стресу у людини в екстремальній ситуації.
14. Опишіть різновиди психологічної підготовки до екстремальних ситуацій використовуються для військових.
15. Розкрийте методи допомоги людям, які стали жертвами екстремальних ситуацій, використовують психологи.
16. Основні етапи відновлення людини після травматичного стресу.
17. Методи зниження стресу, що використовують психологи
18. Основні типи копінг-стратегій.

19. Характеристика копінг-стратегій.
20. Ефективні копінг-стратегії в екстремальних ситуаціях.
21. Психологічна підтримка у випадку втрати. Психологічна допомога родинам, друзям та колегам людей, які померли у нещасних випадках, трагічних подіях або війнах.
22. Психологічна робота з жертвами насильства та злочинності. Допомога жертвам насильства та злочинності, включаючи сексуальне насильство, домашнє насильство та насильство на вулиці.
23. Психологічна підтримка дітей в екстремальних ситуаціях. Допомога дітям, які пережили кризові ситуації, включаючи техногенні аварії, природні катастрофи та конфлікти.
24. Психологічна допомога у випадку самогубств. Підтримка та допомога людям, що стикаються з депресією та розпачем, а також профілактика самогубств.
25. Психологічне консультування та підтримка рятувальників та фахівців у кризових ситуаціях. Допомога рятувальникам, лікарям, пожежникам та іншим фахівцям, які працюють у відповідальних ситуаціях, у подоланні втоми, тривоги та емоційного перенапруження.
26. Психологічна підтримка у кризових ситуаціях під час пандемії. Психологічна підтримка людям, які постраждали від пандемії COVID-19, включаючи хворих, їхніх рідних та близьких, а також працівників медичної сфери та інших фахівців.
27. Психологічна допомога у випадку залежності та здійснення саморуйнівних дій. Підтримка людей, які стикаються з залежністю (алкоголь, наркотики, ігри) та допомога у запобіганні саморуйнівних дій.
28. Психологічна підтримка у випадку нещасних випадків на дорозі. Підтримка людей, які стали свідками або постраждали від аварії на дорозі, включаючи підтримку пасажирів, водіїв та рятувальників.

29. Допомога у кризових ситуаціях на місцевості. Психологічна допомога та підтримка людей, які опинилися в екстремальних ситуаціях у горах, на річках, в лісах або на іншій віддаленій місцевості.

30. Психологічна підтримка у випадку біженців та переселенців. Допомога та підтримка біженцям та переселенцям, які залишили свої домівки через конфлікти, війни або природні катастрофи.

Література

Основна:

1. Екстремальна психологія : підручник / За заг. ред. проф. О. В.Тімченка. К. : ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.

2. Життєві кризи особистості : навчальний посібник / О. О. Байєр. Дніпропетровськ: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 244 с.

3. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.

4. Наугольник Л. Б. Психологія стресу : підручник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.

5. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації. Миколаїв : Іліон, 2016. 224 с.

6. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 1. / Загальна ред.: Н. Пророк. Київ, 2018. 208 с.

7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. / Загальна ред.: Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.

8. Перша психологічна допомога : посібник для працівників на місцях. Київ : Унів. Вид-во Пульсари, 2017. 64 с.

9. 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.

10. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблем. групи Л. М. Вольнова. К. : В-во НПУ імені М. П. Драгоманова , 2012. 275 с.

11. Розов В.И. Психология экстремальных ситуаций: адаптивность к стрессу и психологическое обеспечение : научно-практическое пособие. К. : КНТ; Саммит-Книга, 2012. 480 с.

12. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів : навч. посіб. / Шевченко О.Т. Київ, 2005. 120 с.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ № 20

Блок 1 Вікова психологія

1. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Мимовільна увага це..:

- а) вид уваги, який виникає незалежно від свідомого наміру людини і полягає в невимушеному її зосередженні на певному реальному або ідеальному об'єкті;
- б) вид уваги, який виникає внаслідок свідомо поставленої мети і вимагає певних волевових зусиль;
- в) вид уваги, яка виникає після того, як свідоме зосередження на певному об'єкті переходить у невимушене.

2. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Нерівномірність темпу та ритму психічного розвитку відображає таку його закономірність, як:

- а) сенситивність;
- б) гетерохронність;
- в) нестійкість.

3. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Інтелектуальна готовність дітей до школи передбачає:

- а) систему пізнавальних мотивів, наявність якої значної мірою визначає ефективність дитини в навчальній діяльності.
- б) наявність певного рівню знань дитини, довільність в розвитку пізнавальних процесів; пізнавальне ставлення та пізнавальну активність дитини з опанування знаннями про оточуючу дійсність;
- в) наявність певного рівню знань дитини, довільність в розвитку пізнавальних процесів, готовність дитини до прийняття нової соціальної позиції – позиції «учня».

4. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Провідною діяльністю у дошкільному віці є:

- а) безпосередньо-емоційне спілкування;
- б) предметно-маніпулятивна діяльність;
- в) сюжетно-рольова гра.

5. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

У складі якої з поданих нижче груп наведені нормативні події періоду ранньої дорослості:

- а) професійне навчання і самовизначення, створення родини і народження дітей, соціальна адаптація, потреба у самовизначенні
- б) професійна кар'єра, досягнення ідентичності, розв'язання суперечності між близькістю та ізоляцією у стосунках з людьми
- в) збагачення досвіду, досягнення професійного успіху, інволюційні зміни в організмі та психіці, обмеження системи соціальних відносин}

6. Встановіть правильне співвідношення (2 б.)

Встановіть вікові періоди розвитку дитини, відповідні зазначеним видам провідної діяльності:

Види провідної діяльності дитини на різних вікових етапах:

- 1) період немовля (від народження до 1 року);
- 2) період преддошкільного дитинства (від 1 до 3 років);
- 3) період дошкільного дитинства (від 3 до 6 років);

- 4) період молодшого шкільного віку (від 6 до 11-12 років);
- 5) період середнього шкільного дитинства (від 12 до 14-15 років);
- 6) період старшого шкільного віку (від 15 до 17-18 років).

- А. Рольова гра.
- Б. Безпосередньо-емоційне спілкування.
- В. Предметно-маніпулятивна діяльність.
- Г. Інтимно-особистісне спілкування.
- Д. Навчально-професійна діяльність.
- Е. Навчальна діяльність.

7. Встановіть, яке твердження є істинним (дві позиції) (2 б.)

У якому з рядків перелічені види діяльності включають творчу уяву дітей:

- а) переказ казки дітьми;
- б) малювання щойно відвіданого зимового парку;
- в) придумування дітьми казки.
- г) заохочення до розробки задуму, до планування його втілення, до створення уявних ситуацій.

8. Вставте пропущені слова (3 б.)

Навчання — процес цілеспрямованої передачі суспільно-історичного досвіду; організація формування.....,,..... У вітчизняній психології навчання і розвиток не ототожнюються, але підкреслюєтьсяроль навчання, що створює учневі основу зони розвитку і сприяє виробленню засобів та способів орієнтації в реальності.

9. Вставте пропущені слова (3 б.)

Криза 3-х років - межа між ідитинством - один з найскладніших моментів у житті дитини. Це кризи виокремлення свого "я". У цей період зростаютьі активність дитини, що вимагає від близьких своєчасної перебудови.

10. Розвиток особистості дошкільника: самосвідомість, самооцінка, мотиваційна сфера (10 б.)

Блок 2 Психологічна діагностика

1. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Прогресивні матриці Равена - це тест:

- а. інтелекту;
- б. досягнень
- с. особистісних особливостей;
- д. мотивації

2. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Основні принципи проєктивної психології сформулював:

- а. Г.Мюррей;
- б. Л.Франк;
- с. Г.Роршарх.

3. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Тест структури інтелекту Р. Амтхауера призначений для:

- а) для цілей професійного консультування та професійного відбору
- б) для вимірювання рівнів інтелектуального розвитку
- с) спрямований на вимірювання рівня інтелектуального розвитку, що не залежить від впливу факторів зовнішнього середовища (культури, освіти)

4. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

Який із методів не відноситься до групи проєктивних методик:

- a) "Будинок - дерево - людина" (Дж. Бук).
- b) Методика чорнильних плям Г. Роршарха.
- c) «Методика незакінчених речень» М. Сакса і С. Леві.
- d) "Шістнадцять особистісних факторів" (Р. Кеттела).

5. Знайдіть правильний варіант відповіді (1 б.)

За змістом особистісні опитувальники можуть бути поділені на: опитувальники:

- a) рис особистості, типологічні, мотивів, інтересів, цінностей, установок;
- b) закриті опитувальники, опитувальники з вільними відповідями,
- c) рис особистості, типологічні, мотивів, опитувальники з вільними відповідями.

6. Встановіть правильне співвідношення (2 б.)

- 1. Достовірність.
- 2. Валідність методики
- 3. Надійність методики

- A. критерій, який свідчить про точність психологічних вимірів, а також стійкість результатів тесту до дії сторонніх факторів.
- B. це комплексна характеристика, яка містить, з одного боку, відомості про те, чи вимірює вона ті ознаки, для виміру яких створена, а з іншого — яка її ефективність.
- C. відображає захищеність діагностичної методики від свідомого чи несвідомого спотворення її результатів з боку випробуваного.

7. Встановіть правильне співвідношення між проєктивною методикою та відповідним типом методик, до якого вона відноситься (2 б.)

- 1. Методики вивчення *експресії*
- 2. Методики вивчення *імпресії*
- 3. Методики *структурування*
- 4. Методики *доповнення*
- 5. Методики *інтерпретації*

- A. Методика чорнильних плям Роршарха.
- B. Тематичної апперцепції тест.
- C. «Методика незакінчених речень» М. Сакса і С. Леві
- D. К. Маховер "Проєктивні малюнок людини"
- E. методика колірних переваг Люшера.

8. Вставте пропущені слова (3 б.)

Психодіагностичний метод конкретизується в трьох основних діагностичних підходах, які практично вичерпують безліч відомих методик (тестів). Ці підходи можуть бути умовно позначені як,..... і.....

9. Вставте пропущені слова (3 б.)

Інтелект (лат. inteilectus - пізнання, розуміння) – загальна до пізнання і вирішення проблем, що визначає діяльності і є основою інших здібностей.

10. Теоретичне питання (10 б.)

16-факторий особистісний опитувальник Р. Кеттела. Його характеристика.

Блок 3 Психологічна корекція

Сукупність групових дій і інтеракцій, що виникають в результаті взаємин і взаємодій членів групи, їх діяльності та впливу членів на оточення, і являє собою розвиток або рух групи в часі називається: (1 б.)

- 1) Тренінгова корекція;
- 2) Групова динаміка;
- 3) Соціометрія.
- 4) Інтеракційна терапія

2. За якої форми психодрами вирішується проблема, що зачіпає всіх членів групи? (1 б.)

- 1) спрямованої на групу;
- 2) центрованої на протагоністові;
- 3) центрованої на темі;
- 4) центрованої на групі.

3. Який вид ігротерапії висуває своєю метою дати можливість дитині бути собою, а не змінювати і переробляти її, не вчити її якимось спеціальним поведінковим навичкам? (1 б.)

- 1) відреагування;
- 2) центрована на клієнті;
- 3) побудови стосунків;
- 4) примітивна ігротерапія.

4. Який метод індивідуального корекційного впливу застосовують до людей, що мають високий рівень інтелектуального розвитку і здатні самостійно справитися зі своїми психологічними проблемами? (1 б.)

- 1) переконання;
- 2) конфронтація;
- 3) наuczіння;
- 4) навіювання.

5. На якому етапі психокорекційного процесу відбувається уточнення плану реалізації рішення і здійснення послідовного його виконання? (1 б.)

- 1) пошуку способів вирішення проблеми;
- 2) формування психологом корекційної програми і обговорення його з клієнтом;
- 3) реалізації наміченої програми відповідно до складеного контракту;
- 4) оцінка ефективності проведеної роботи.

6. За характером керування виділяють такі види психокорекції: (2 б.)

- 1) каузальну;
- 2) симптоматичну;
- 3) директивну;
- 4) недирективну.

7. Оберіть компоненти, які мають складати професійну готовність психолога до корекційного впливу: (2 б.)

- 1) теоретичний та практичний компоненти;
- 2) особистісний компонент;
- 3) міждисциплінарний компонент;
- 4) фундаментальний компонент.

8. Доповніть пропущені слова: (3 б.)

_____ психокорекція – дії загальнокорекційного характеру, що нормалізують _____ клієнта, регулюють психофізичне та емоційне _____ у відповідності з віковими та індивідуальними можливостями. Це _____ психічних властивостей особистості.

9. Поєднайте методи поведінкової корекції з їх визначеннями: (3 б.)

- | | | |
|-------------------|---|--|
| 1) _____ | Метод А) Метод спрямований на створення умовного підкріплення, холдингу | необхідного для зміцнення бажаної поведінки. |
| 2) Метод жетонів | Б) Метод корекції особистості який полягає у тренуванні клієнта у відтворенні певного комплексу характерних образів з корекційною метою. | |
| 3) Імаго-метод | В) Утримуючий метод, який полягає у насильному утриманні матір'ю власної дитини у себе на руках, використовується переважно у роботі з дітьми з розладами аутистичного спектру; | |
| 4) Метод імплозії | Г) Метод який передбачає викликання інтенсивного страху в уяві клієнта, що призводить до зменшення страху в реальній ситуації. | |

10. Визначте показники для проведення індивідуальної форми психокорекції. (10 б.)

Блок 4 Психологічна допомога в екстремальних ситуаціях

1. Що таке екстремальна психологія? (1 б.)

- a) Наука, що вивчає психічні реакції людей у небезпечних ситуаціях
- b) Наука, що вивчає психічні захворювання, спричинені екстремальними ситуаціями
- c) Наука, що вивчає відносини між людьми у екстремальних ситуаціях
- d) Наука, що вивчає відносини між людьми в будь-яких ситуаціях

2. Які типи стресу існують? (1 б.)

- a) Фізичний та емоційний стрес
- b) Короткостроковий та довгостроковий стрес
- c) Ситуативний та психологічний стрес
- d) Адаптаційний та маладаптаційний стрес

3. Який з наступних методів заспокоєння полягає в регулюванні дихання? (1 б.)

- a) Метод розслаблення м'язів
- b) Метод сміливості
- c) Метод дихальної гімнастики
- d) Метод медитації

4. Що таке копінг-стратегії? (1 б.)

- a) Способи подолання екстремальних ситуацій
- b) Наукові методи вивчення психології людини в екстремальних ситуаціях
- c) Способи розвитку фізичної витривалості в екстремальних ситуаціях
- d) Наукові методи підвищення емоційного інтелекту в екстремальних ситуаціях

5. Що таке "післястресовий синдром"? (1 б.)

- a) Синдром, що виникає перед стресом
- b) Синдром, що виникає після стресу
- c) Синдром, що виникає внаслідок ускладнень
- d) Синдром, що виникає під час тривалого перебування в екстремальних умовах.

6. Які фактори впливають на реакцію людини на стресову ситуацію? (2 б.)

- a) Генетичні
- b) Соціальні
- c) Комунікативні

d) Ніякі

7. Які з перерахованих реакцій є реакцією на стрес? (2 б.)

- a) зниження температури тіла
- b) підвищення тиску
- c) збільшення апетиту
- d) запаморочення

8. Які вміння та навички є важливими для роботи в екстремальних ситуаціях? (3 б.)

- a) Знання законів та правил
- b) Вміння орієнтуватись в просторі
- c) Знання техніки та уміння її використовувати

9. Вставте пропуски (3 б.). Копінг-стратегія емоційно-орієнтоване пристосування (Emotion-focused coping) - ця стратегія зосереджується на тому, щоб змінити власні _____ та _____, пов'язані зі стресом. Людина може використовувати методи, такі як медитація, _____, позитивне мислення та інші методи для зниження рівня стресу.

10. Етапи роботи психолога зі стресом (10 б.).

Загальна кількість балів – 100 б.