

Київський університет імені Бориса Грінченка  
Інститут людини  
Кафедра психології особистості та соціальних практик

«ЗАТВЕРДЖУЮ»  
Проректор з науково-методичної та  
навчальної роботи  
« 27 » \_\_\_\_\_ (О.Б. Жильцов)  
\_\_\_\_\_ 2021 р.



## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### ПСИХОТЕХНІКИ ДОПОМОГИ В СИТУАЦІЇ ВТРАТИ ТА ГОРЯ

для студентів

спеціальності 053 Психологія

освітнього рівня другого (магістерського)

освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія

спеціалізації

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
Ідентифікаційний код 02136554  
Начальник відділу  
моніторингу якості освіти  
№ 2913/21  
\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (прізвище, ініціал)  
» \_\_\_\_\_ 2021 р.

Київ – 2021

**Розробник:**

Цюман Тетяна Петрівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик

**Викладач:**

Цюман Тетяна Петрівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри психології особистості та соціальних практик

Протокол від 20.01. 2020 р. №1

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ (О.П. Сергеєнкова)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми (керівником освітньої програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія)

20.01.2020 р.

Керівник освітньої програми \_\_\_\_\_ (О.П. Сергеєнкова)

Робочу програму перевірено

08.02.2020 р.

Заступник директора \_\_\_\_\_ (Р.О. Павлюк)

Пролонговано:

на 20/20 н.р. \_\_\_\_\_ (підпис), \_\_\_\_\_ (ПІБ), «18» 20 р., протокол № 1

на 20/20 н.р. \_\_\_\_\_ (підпис), \_\_\_\_\_ (ПІБ), «   » 20 р., протокол №    

на 20/20 н.р. \_\_\_\_\_ (підпис), \_\_\_\_\_ (ПІБ), «   » 20 р., протокол №    

на 20/20 н.р. \_\_\_\_\_ (підпис), \_\_\_\_\_ (ПІБ), «   » 20 р., протокол №

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	4/120	
Курс	5	
Семестр	10	
Кількість змістових модулів з розподілом:	4	
Обсяг кредитів	4	
Обсяг годин, в тому числі:	120	
Аудиторні	32	
Модульний контроль	8	
Семестровий контроль	-	
Самостійна робота	80	
Форма семестрового контролю	залік	

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета навчальної дисципліни** - забезпечити формування професійної компетентності студентів, та їх готовності до здійснення професійної діяльності у сфері попередження насильства та жорстокого поводження щодо особистості.

### *Завдання курсу:*

- знайомство студентів із особливостями психосоціальної роботи з попередження будь-яких форм насильства;
- формування професійних умінь у сфері протидії насильства;
- відпрацювання ефективних психотехнік у роботі психолога з виявлення насильства, наслідками насильства та ідентифікації жертв насильства.

## 3. Результати навчання за дисципліною

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Психотехніки допомоги в ситуації втрати та горя» забезпечує формування таких **загальних та фахових компетентностей**:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

- СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
- СК14. Здатність активізувати психосоматичні ресурси особистості для її ефективного функціонування в екстремальних і кризових ситуаціях.
- СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.
- СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.
- СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.
- СК12. Здатність розробляти та застосовувати превентивні та корекційні програми збереження психологічного здоров'я людини.
- СК13. Здатність до рефлексії та супервізії власної фахової діяльності.
- СК15. Здатність вибудовувати передбачувану тактику профілактики дистресу чи кризового стану людини.

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.05 Екстремальна та кризова психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Психотехніки допомоги в ситуації втрати та горя» забезпечує оволодіння такими **програмними результатами навчання**:

- ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
- ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
- ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
- ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.
- ПР14. Надавати оперативну психологічну допомогу особистості з гострими стресовими реакціями.
- ПР16. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєстійкості.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

##### Тематичний план

Назва змістових модулів, тем	Ус	Розподіл годин між видами робіт	
		Аудиторна:	О О Н.

		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
<b>Змістовий модуль 1. Психологічна характеристика феномену втрати</b>							
Тема 1. Теоретичні підходи до вивчення проблеми переживання втрати	4	4					
Тема 2 Психологія втрати	4		4				
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>				<b>20</b>
<b>Змістовий модуль 2. Психологія горя: види, феноменологія, динаміка</b>							
Тема 1. Горе як криза в житті особистості	4	4					
Тема 2. Процес горя	4		4				
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>				<b>20</b>
<b>Змістовий модуль 3. Психологічні аспекти переживання втрати та допомога у ситуації горя</b>							
Тема 1. Проблема вмирання в ситуації невиліковної хвороби	4	4					
Тема 2. Переживання втрати у дитячому віці	4		4				
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>				<b>20</b>
<b>Змістовий модуль 4. Психологічна допомога у ситуації втрати та горя</b>							
Тема 1. Особливості психологічної допомоги в ситуації втрати та горя	4	4					
Тема 2. Горе в сімейній системі. Техніки роботи з сім'єю в ситуації втрати	4		4				
Модульний контроль	2						
<b>Разом</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>				<b>20</b>
<b>Усього</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>16</b>				<b>80</b>

## **5. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1.**

#### **Психологічна характеристика феномену втрати**

**Лекція 1-2.** Теоретичні підходи до вивчення проблеми переживання втрати (4 год.)

Класифікація подій в житті людини. Особистісні зміни. Переживання втрати як процес змін у внутрішньому світі особистості. Поняття втрати. Етапи переживання втрати в зарубіжних та вітчизняних теоріях. Наслідки переживання втрати в житті особистості.

**Основні поняття теми:** подія, зміна, переживання, втрата

**Семінарські заняття 1-2.** Психологія втрати (4 год.)

### **Змістовий модуль 2.**

#### **Психологія горя: види, феноменологія, динаміка**

**Лекція 3-4.** Горе як криза в житті особистості (4 год.)

Різниця між втратою та горем. Фактори, які впливають на протікання горя. Особиста історія людини та переживання горя. Фази переживання горя.

**Основні поняття теми:** страждання, переживання, дезорганізація, прийняття.

**Семінарські заняття 3-4.** Процес горя (4 год.)

### **Змістовий модуль 3.**

#### **Психологічні аспекти переживання втрати та допомога у ситуації горя**

**Лекція 5-6.** Проблема вмирання в ситуації невиліковної хвороби (4 год.)

Історична та соціальна еволюція поглядів на проблему вмирання, реанімацію та смерть. Визначення і критерії смерті. Психологічні аспекти паліативної допомоги.

**Основні поняття теми:** смерть, вмирання, хоспіс, паліативна допомога.

**Семінарські заняття 5-6.** Переживання втрати у дитячому віці (4 год.)

### **Змістовий модуль 4.**

#### **Психологічна допомога у ситуації втрати та горя**

**Лекція 7-8.** Особливості психологічної допомоги в ситуації втрати та горя (4 год.)

Спеціальна допомога людині, що переживає втрату (втрата роботи або навчання, зміна роботи, еміграція, втрата близької людини, розлучення, крадіжки, зрада та ін.). Етапи психологічної допомоги при переживанні горя. Консультування при переживаннях втрати роботи. Методи роботи з посттравматичним стресовим розладом. Послаблення травматичного інцидента. Психологічна допомога після участі в кризовій ситуації – психологічний дебрифінг.

**Основні поняття теми:** втрата, криза, стрес, консультування

**Семінарські заняття 7-8.** Горе в сімейній системі. Техніки роботи з сім'єю в ситуації втрати (4 год.)

## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	2	2	2	2	2	2
Відвідування семінарських занять	1	2	2	2	2	2	2	2	2
Робота на семінарському занятті	8	2	20	2	20	2	20	2	20
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Разом			54		54		54		54
Максимальна кількість балів: 216									
Розрахунок коефіцієнта: $216:100 = 2,16$									

### 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

#### Змістовий модуль 1.

#### Психологічна характеристика феномену втрати

#### Тема 2. Психологія втрати – 20 год.

Визначити та проаналізувати трактування поняття «горя» представниками різних психологічних напрямків, результати представити у таблиці – 5 балів.

#### Змістовий модуль 2.

#### Психологія горя: види, феноменологія, динаміка

#### Тема 2. Процес горя – 20 год.

Створити власну типологію переживання процесу горя – 5 балів.

#### Змістовий модуль 3.

#### Психологічні аспекти переживання втрати та допомога у ситуації горя

#### Тема 2. Переживання втрати у дитячому віці – 20 год.

Визначити та проаналізувати ситуації, в яких дитина переживає втрати – 5 балів.

#### Змістовий модуль 4.

#### Психологічна допомога у ситуації втрати та горя

#### Тема 2. Горе в сімейній системі. Техніки роботи з сім'єю в ситуації втрати – 20 год.

Створити та описати власний перелік психотехнік роботи з сім'єю в ситуації втрати – 5 балів.

Таблиця 6.2.1

## 6. Карта самостійної роботи студента

Змістовий модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали	Термін виконання
<b>Змістовий модуль 1. Психологічна характеристика феномену втрати</b>			
Тема 2. Психологія втрати – 20 год.	Семинарське заняття	5	До семинарського заняття 1-2
<b>Змістовий модуль 2. Психологія горя: види, феноменологія, динаміка</b>			
Тема 2. Процес горя – 20 год.	Семинарське заняття	5	До семинарського заняття 3-4
<b>Змістовий модуль 3. Психологічні аспекти переживання втрати та допомога у ситуації горя</b>			
Тема 2. Переживання втрати у дитячому віці – 20 год.	Семинарське заняття	5	До семинарського заняття 5-6
<b>Змістовий модуль 4. Психологічна допомога у ситуації втрати та горя</b>			
Тема 2. Горе в сімейній системі. Техніки роботи з сім'єю в ситуації втрати – 20 год.	Семинарське заняття	5	До семинарського заняття 7-8
<i>Разом: 80 год.</i>	<i>Разом: 20 балів</i>		

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.  
Модульні контрольні роботи виконуються у формі тестування.

Таблиця 6.3.1

### Зміст і критерії оцінювання модульних контрольних робіт

Змістовий блок і його призначення	Форма	Максимальна кількість балів
Визначення якості володіння базовими поняттями	тести	25

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.  
Семестровий контроль проводиться у вигляді заліку.

Таблиця 6.4.1

### Критерії оцінювання відповіді студента на екзамені

Критерії оцінювання	Максимальна кількість балів
Повнота та правильність відповіді підсумкового атестаційного тесту	40
Разом	40 балів



6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

Не передбачено навчальним планом

6.6. Шкала відповідності оцінок (подати без змін)

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	100-90
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	0-59

**7. Навчально-методична картка дисципліни «Психотехніки допомоги в ситуації втрати та горя»  
для студентів спеціальності 053 Психологія**

**Разом: 120 год., лекції – 16 год., семінарські заняття – 16 год., модульний контроль – 8 год., самостійна робота – 80 год.**

<b>Модулі</b>	<b>Змістовий модуль 1</b>	<b>Змістовий модуль 2</b>	<b>Змістовий модуль 3</b>	<b>Змістовий модуль 4</b>
<b>Назва модуля</b>	<b>Психологічна характеристика феномену втрати</b>	<b>Психологія горя: види, феноменологія, динаміка</b>	<b>Психологічні аспекти переживання втрати та допомоги у ситуації горя</b>	<b>Психологічна допомога у ситуації втрати та горя</b>
<b>К-сть балів за модуль</b>	54 бали	54 бали	54 бали	54 бали
<b>Теми лекцій</b>	Теоретичні підходи до вивчення проблеми переживання втрати	Горе як криза в житті особистості	Проблема вмирання в ситуації невиліковної хвороби	Особливості психологічної допомоги в ситуації втрати та горя
<b>Кількість балів</b>	2 бали	2 бали	2 бали	2 бали
<b>Теми семінарських занять</b>	Психологія втрати	Процес горя	Переживання втрати у дитячому віці	Горе в сімейній системі. Техніки роботи з сім'єю в ситуації втрати
<b>Кількість балів</b>	22 бали	22 бали	22 бали	22 бали
<b>Самостійна робота</b>	Визначити та проаналізувати трактування поняття «горя» представниками різних психологічних напрямків, результати представити у таблиці	Створити власну типологію переживання процесу горя	Визначити та проаналізувати ситуації, в яких дитина переживає втрати	Створити та описати власний перелік психотехнік роботи з сім'єю в ситуації втрати
<b>Кількість балів</b>	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів
<b>Види поточного контролю</b>	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів
<b>Рейтингові бали</b>	Загальна кількість балів – 216 Коефіцієнт для переведення у 100-бальну шкалу – 2,16			

## 8. Рекомендовані джерела

### Основна література:

1. Волкан Вамик, Зинтл Елизабет *Жизнь после утраты: Психология горевания* / Пер. с англ. — 2-е стереотип, изд. - М.: Когито-Центр, 2014, - 160 с. (Современная психотерапия)
2. Шефов С. *Психология горя*. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 144 с.
3. Моуди Р., Аркэнджел Д. *Жизнь после утраты. Как справиться с несчастьем и обрести надежду*. Киев ; Москва : София, 2013, 288 с.

### Додаткова література:

1. Малкіна-Пих І. Г. *Психологічна допомога в кризових ситуаціях*. - М., 2010.
2. Міняйло В.Ю. *Психологічне консультування: робота з кризовими і проблемними ситуаціями*. - М., 2012.
3. *Coping with grief and loss* / Composed by A. Reith. URL: <http://www.csustan.edu/counseling/grieflosshandout.html>
4. Littlewood J. *Aspects of Grief : Bereavement in Adult Life*. Tavistock / Routledge, London ; New-York 2015. 191 p.
5. Snaman J.M., Kaye E.C., Torres C., Gibson D., Baker J.N. *Parental Grief Following the Death of a Child from Cancer : The Ongoing Odyssey Pediatric Blood & Cancer*. 2016. Vol 63. Is. 9.