МІНІСТЕРСТВО ЮСТИЦІЇ УКРАЇНИ
ПЕНІТЕНЦІАРНА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОГО ІНСТИТУТУ ПРАВА, ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЇ

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Психологія кризових станів

для підготовки фахівців на другому (магістерському) рівні вищої освіти
за спеціальністю С4 Психологія

РОЗРОБНИК:
доцент кафедри,
кандидат психологічних наук, доцент
_____ Тетяна КУХАР

Розглянуто та затверджено
на засіданні кафедри
«01» вересня 2026 року, протокол № 8

Узгоджено з гарантом освітньої програми _____ Тетяна ДАНИЛЬЧЕНКО

Обсяг: 4 кредити ECTS.

Чернігів – 2026

Анотація курсу

Навчальна дисципліна «Психологія кризових станів» спрямована на формування сучасного уявлення про життєві кризи, ознайомлення з методами психологічного супроводу особистості в кризових станах. Розглядаються зміст і прикладні техніки забезпечення психологічної безпеки особистості. Практичне значення опанування навчального курсу реалізується через сприяння розкриттю у студентів особистісного потенціалу.

Програма навчальної дисципліни складена кафедрою психології Пенітенціарної академії України відповідно до освітньо-професійної програми підготовки фахівців на другому (магістерському) рівні вищої освіти зі спеціальності С4 «Психологія». Дисципліна викладається на 1-му курсі протягом 2-го семестру.

Мета викладання навчальної дисципліни - розширення загальних компетентностей у сфері психології кризових станів особистості та безпеки особистості; ознайомлення з технологіями надання психологічної допомоги і самодопомоги в кризових ситуаціях; розвиток студентів як суб'єктів життєдіяльності;

Програмні результати навчання

• здатність використовувати теоретичні знання та практичні навички для аналізу й діагностики поведінки особистості, що переживає кризу;

• готовність вирішувати типові завдання в галузі здійснення допомоги особам, що переживають кризу;

• сформована аутопсихологічна компетентність в галузі психологічної безпеки;

• вміння використовувати психологічні техніки захисту, протидії та запобігання особистісним небезпеці, загрозам і ризикам;

• вміння визначати психологічні ресурсні можливості в контексті забезпечення власної безпеки як суб'єкта професійної та життєдіяльності.

Дисципліна спрямована на формування таких програмних компетентностей:

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК 5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК 9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК):

Результати навчання

ПР 1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР 5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР 6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР 9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПР 10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тематичний план (денна форма навчання

№	Назва теми	Всього	Лекції	Семінари	Практичні	Самостійна робота
Розділ 1. Кризи та конфлікти в житті людини						
1	**Тема 1**. Життєва криза та можливості її опанування	14	2	2		10
2	**Тема 2.** Екстремальні стани: поняття та диференціальна діагностика	16	2	2	2	10
3	**Тема 3.** Стрес як основна складова екстремальних станів	14	2	2		10
4	**Тема 4.** Гострий стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика	14	2	2		10
5	**Тема 5.** Посттравматичний стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика	16	2	2	2	10
6	**Тема 6.** Психологічний аналіз горя як особливого психофізіологічного стану	16	2	2	2	10
	Всього за розділом	**90**	**12**	**12**	**6**	**60**
Розділ 2. Психологічний супровід в екстремальних ситуаціях						
7	**Тема 7.** Методи надання екстреної психологічної допомоги	16	2	2	2	10
8	**Тема 8.** Психологічний супровід особи під час кризи	14	2	2		10
	Всього за розділом	**30**	**4**	**4**	**2**	**20**
	Всього годин за курсом	**120**	**16**	**16**	**8**	**80**

Тематичний план (заочна форма навчання)

№	Назва теми	Кількість годин				
		Всього	Лекції	Семінари	Практичні	Самостійна робота
1	Поняття особистості в психології	41	2	2		37
2	Психодинамічний напрямок	38		2		36
3	Аналіз концептуальних підходів до	41	2		2	37

	функціонування особистості					
	Всього годин за курсом	**120**	**4**	**4**	**2**	**110**

Готуючись до семінарського заняття Ви маєте підготувати конспект питань, що містяться в плані відповідної теми. Наявність конспекту всіх (!) питань та ваша присутність на занятті є запорукою успішної роботи та отримання балів (їх кількість залежить від вашої активності та якості підготовки). Відсутність конспекту або неповний конспект, навіть за умови вашої присутності на семінарі, оцінюється в 0 балів.

ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	**Тема 1**. Життєва криза та можливості її опанування	2
2	**Тема 2.** Екстремальні стани: поняття та диференціальна діагностика	2
3	**Тема 3.** Стрес як основна складова екстремальних станів	2
4	**Тема 4.** Гострий стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика	2
5	**Тема 5.** Посттравматичний стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика	2
6	**Тема 6.** Психологічний аналіз горя як особливого психофізіологічного стану	2
7	**Тема 7.** Методи надання екстреної психологічної допомоги	2
8	**Тема 8.** Психологічний супровід особи під час кризи	2
Всього		**16**

Тема 1. Життєва криза та можливості її опанування
План заняття:

1. Поняття життєвої кризи та її види.
2. Типи ставлення до кризової ситуації.
3. Техніки життя у складних умовах.

Контрольні питання:

1. Розкрийте психологічну сутність поняття «криза».
2. Які типи криз можете назвати?
3. Що є спільного та відмінного у поняттях – «криза» та «важка життєва ситуація»?
4. Які типи реагування на кризову ситуацію вам відомі?

Література: основна № 1-5, 10, 15, 20-22; допоміжна № 3-6, 15, 19, 21.

Тема 2. Екстремальні стани: поняття та диференціальна діагностика
План заняття:

1. Поняття екстремального стану. Основні параметри екстремальних психічних станів.
2. Страх як первинний екстремальний стан. Тривога і тривожність.
3. Психологічна характеристика афекту як первинного екстремального стану.
4. Паніка як первинний екстремальний стан.
5. Стрес, фрустрація і конфлікт як складові екстремального стану.
6. Динаміка розвитку екстремальних станів.

Контрольні питання:

1. Поняття екстремального стану. Підходи до виділення екстремальних психічних станів.
2. Загальна характеристика впливу небезпеки на психіку, поведінку і діяльність людини.
3. Первинні психічні стани при впливі екстремальної ситуації: страх, афект, паніка.
4. Страх: поняття та види страху. Страх і тривога.
5. Поняття та форми афекту.
6. Паніка: поняття, види, механізми розвитку.
7. Фрустрація і конфлікт як складові екстремального стану.
8. Динаміка розвитку екстремальних станів.
9. Проблема готовності фахівця-психолога до роботи з екстремальними станами.
10. Дайте порівняльну характеристику різних підходів до виділення екстремальних станів. Чи можна вважати будь-який із підходів найбільш обґрунтованим?
11. На основі додаткової літератури підготуйте повідомлення про види і динаміку конфліктів. У яких випадках конфлікт може розглядатися як екстремальний стан?
12. На основі додаткової літератури розробіть алгоритм запобігання утворенню і припинення паніки (на прикладі 3-4 видів паніки).
13. Запропонуйте рекомендації щодо попередження розвитку екстремальних станів у фахівців різного профілю, які працюють в надзвичайних ситуаціях.

Реферати на теми:

1. Психофізіологічний стан в умовах бою.
2. Психофізіологічний стан жертв стихійних лих, аварій, катастроф.
3. Психофізіологічний стан рятувальників і ліквідаторів наслідків стихійних лих, аварій, катастроф. Радіаційна («Чорнобильська») паніка.
4. Психофізіологічний стан жертв насильства.
5. Психофізіологічний стан термінальних хворих і їх родичів.

Література: основна № 1- 5, 8, 19-24; допоміжна № 1, 3, 8, 15.

Тема 3. Стрес як основна складова екстремальних станів

План заняття:

1. Поняття і теорії стресу. Види стресу.
2. Стадії розвитку стресу. Фактори розвитку стресових станів і наслідки стресу.
3. Поняття й фактори стресостійкості. Способи (стратегії) подолання стресу.
4. Специфіка протікання стресу в екстремальній ситуації.

Контрольні питання:

1. Поняття стресу у психології і фізіології.
2. Теорії стресу.
3. Види стресу. Обмеження існуючих класифікацій.
4. Стадії розвитку стресу.
5. Фактори розвитку стресових станів.
6. Поняття, види, фактори розвитку стресостійкості.
7. Специфіка протікання стресу в екстремальній ситуації.
8. Дайте порівняльну характеристику психологічного і фізіологічного підходів до розуміння стресу (із зазначенням критеріїв порівняння).
9. На прикладі конкретних ситуацій поясніть, чому одна і та ж подія є стресогенною не для всіх її учасників.
10. Наведіть приклад стресогенної ситуації, в якій ви опинялися. До розвитку яких видів стресу вона привела?
11. Запропонуйте рекомендації щодо підвищення стресостійкості рятувальників, співробітників поліції, практикуючих психологів, інших категорій спеціалістів. Необхідно дати рекомендації як загального характеру, так і специфічні для даної професії.

Література: основна № 1, 8, 10, 18-22; допоміжна № 2, 3, 8, 15, 21.

Тема 4. Гострий стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика

План заняття:

1. Поняття і форми гострого стресового розладу (ГСР)
2. Основні ознаки гострого стресового розладу
3. Етапи розвитку ГСР
4. Типові стани при ГСР

Контрольні питання:

1. Поняття і умови виникнення ГСР.
2. Діагностичні ознаки ГСР.
3. Етапи розвитку ГСР.
4. Наслідки ГСР для життя та здоров'я людини.
5. Робота з МКХ–11 і DSM–5.
6. На основі аналізу матеріалів посібника та додаткової літератури виділіть фактори, що визначають сприятливий і несприятливий прогноз розвитку ГСР.
7. Опишіть причини та наслідки слабкої виразності (або відсутності) симптоматики ГСР в екстремальній ситуації.
8. На основі документального опису або відеозапису поведінки людей в НС опишіть ознаки ГСР у різних суб'єктів екстремальної (надзвичайної) ситуації.

Література: основна № 1, 2, 7, 9-12; допоміжна № 12-15, 18, 20.

Тема 5. Посттравматичний стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика

План заняття:

1. Поняття й історія вивчення посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Форми ПТСР.
2. Теоретичні моделі ПТСР.
3. Причини і фактори ризику розвитку ПТСР.
4. Первинні симптоми та діагностичні критерії ПТСР.
5. Етапи професійної допомоги особам із ПТСР.
6. Напрями реабілітації ПТСР.

Контрольні питання:

1. Поняття психічної травми.
2. Поняття посттравматичного стресового розладу (ПТСР).
3. Теоретичні моделі ПТСР.
4. Фактори і групи ризику розвитку ПТСР.
5. Первинні симптоми посттравматичного стресового розладу.
6. Форми ПТСР.
7. Діагностичні критерії ПТСР (робота з МКХ–11 і DSM–V).
8. Можливості і напрямки психотерапії ПТСР.
9. Напрями реабілітації ПТСР.
10. Дайте порівняльну характеристику різних теоретичних моделей ПТСР. З чим пов'язано різноманіття наявних пояснювальних моделей?
11. Опишіть, за яких умов психічна травма призводить до виникнення ГСР, а за яких – ПТСР. Чи можливо однозначне розмежування цих умов?
12. На прикладі однієї з професій екстремального профілю опишіть причини розвитку ПТСР у відповідних фахівців.
13. Запропонуйте програму профілактики розвитку ПТСР у фахівців, чия діяльність протікає в екстремальних умовах (на прикладі однієї з професій).

Література: основна № 10, 14, 15, 22, 25; допоміжна № 5, 8, 18, 20.

Тема 6. Психологічний аналіз горя як особливого психофізіологічного стану

План заняття:

1. Поняття горя і горювання. Теорії горя.
2. Горе як наслідок втрати. Типологія втрат.
3. Нормальне й ускладнене (патологічне) горе.
4. Динаміка горювання.

5. Психологічна допомога людині, яка горює.

Контрольні питання:

1. Розкрийте основні поняття психології горя як особливої галузі науки і практики.
2. Охарактеризуйте основні теорії горя і горювання.
3. Назвіть патологічні ознаки гострого горя.
4. Опишіть чинники (основні та додаткові), що вказують на перебування людини у стані важкої втрати.
5. Назвіть фактори, що впливають на процес горювання.
6. Наведіть ознаки нормального та ускладненого (патологічного) горя.
7. Опишіть стадії горювання (різні підходи).
8. Як виглядає психологічна допомога горюючому? Перерахуйте та охарактеризуйте критичні періоди горювання.
9. Охарактеризуйте особливості психологічної допомоги людині на різних етапах горювання.
10. Дайте порівняльну характеристику нормального та ускладненого горювання. Опишіть варіанти перебігу ускладненого горювання.
11. Поясніть принцип дії трьохступеневої моделі допомоги під час роботи з людиною з гострою реакцією втрати.
12. Підготуйте повідомлення на тему: «Культуральні (етнопсихологічні) особливості горювання». Опишіть особливості надання психологічної допомоги горюючому, які належать до різних культур.
13. Проаналізуйте «норми горювання», прийняті в Вашому регіоні. Такий варіант горювання є нормальним або ускладненим?

Література: основна № 8, 10, 12, 20, 24; допоміжна № 1, 3, 7, 15, 20.

Тема 7. Методи надання екстреної психологічної допомоги

План заняття:

1. Поняття і базові принципи надання екстреної психологічної допомоги.
2. Організаційні аспекти надання екстреної психологічної допомоги.
3. Методи надання допомоги при гострих стресових реакціях.
4. Самопоміч при гострих реакціях на стрес.

Контрольні питання:

1. Поняття і базові принципи надання екстреної психологічної допомоги.
2. Етичні принципи надання психологічної допомоги в екстремальній (надзвичайній) ситуації.
3. Вимоги до методів надання екстреної психологічної допомоги.
4. Допомога при страху, тривозі, істериці, апатії, почутті провини і сорому, руховому порушенні, нервовому тремтінні.
5. Допомога при гніві, злості, агресії.
6. Самопоміч при гострих реакціях на стрес.
7. На прикладі конкретної надзвичайної ситуації, що сталася у вашому регіоні, складіть план-схему організації та проведення екстреної психологічної допомоги. Вкажіть ресурси, які необхідні для її надання.
8. Оцініть, наскільки складений вами план відповідає базовим принципам надання екстреної психологічної допомоги.
9. Підготуйте коротке повідомлення про можливості використання різних напрямків, форм, методів психотерапії в умовах надзвичайної (екстремальної) ситуації.
10. На основі матеріалів навчального посібника і додаткової літератури розробіть пам’ятку психолога по самодопомозі в екстремальній ситуації.

Література: основна № 7, 10, 14, 17, 18; допоміжна № 1, 3, 4, 21.

Тема 8. Психологічний супровід особи під час кризи

План заняття:

1. Поняття кризи.
2. Особливості переживання кризової ситуації та типи ситуаційних реакцій.
3. Кризова психологічна допомога.
4. Механізм психологічної допомоги під час кризи.
5. Етапи кризового консультування.
6. Основні правила кризової допомоги. Психодіагностика кризових станів у практиці психологічного консультування.

Контрольні питання:

1. Опишіть клінічні прояви реакцій дезадаптації.
2. Назвіть основні засади надання кризової психологічної допомоги.
3. Перерахуйте вимоги до особи консультанта.
4. Охарактеризуйте особливості першого контакту з людьми, які опинилися у кризовій чи надзвичайній ситуації.
5. Особливості термінової психологічної допомоги залежно від реакції постраждалого надзвичайну подію.
6. Перерахуйте методи надання психологічної допомоги у кризових чи надзвичайних ситуаціях.
7. Назвіть основні правила кризової допомоги.

Література: основна № 1, 2, 7, 10, 15, 20; допоміжна № 2-4, 20, 21.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Ряд питань навчальної дисципліни виносяться на самостійне опрацювання. Виконання самостійної роботи оцінюється окремо та є невід'ємною складовою успішного проходження курсу. Для виконання завдань самостійної роботи вам необхідно зробити конспект нижчезазначених питань. Кожне питання має бути ґрунтовно висвітлене в обсязі не менше двох сторінок рукописного тексту.

1. Розкрити суть міждисциплінарного визначення психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях.
2. Стрес-фактори, які визначають екстремальність ситуації.
3. Охарактеризувати типи життєвих криз особистості.
4. Систематизувати основні методи психології екстремальних ситуацій та оформити їх у вигляді таблиці.
5. Розтлумачити феноменологію понять «стрес», «психічна напруженість», «психологічний стрес», «синдром емоційного вигоряння».
6. Визначити основні клінічні ознаки синдрому гострого горя.
7. З'ясувати, яка психологічна допомога надається дитині в залежності від стадій переживання горя.
8. Основні напрямки діяльності практичних психологів щодо зниження рівня психічних втрат та психічної недієздатності серед персоналу аварійно-рятувальних служб та військовослужбовців.
9. Описати методику «копінг-поведінка» в стресових ситуаціях.
10. Визначити, які проективні методики доцільно застосовувати у психології екстремальних ситуацій.
11. Особливості психологічної допомоги ветеранам АТО.
12. Методи психологічної роботи з психотравмою.

Література: основна № 1, 2, 5, 10-13; допоміжна № 2-5, 10, 21.

ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

Індивідуальні завдання виконуються у вигляді рукописного есе обсягом до 5 сторінок за темою яка обирається з нижченаведеного переліку або індивідуальною темою погодженою з викладачем. При написанні есе доцільним буде скористатись порадами за посиланням: https://zno.if.ua/?p=985.

ТЕМАТИКА ЕСЕ

1. Життєві кризи особистості.
2. Проблема екстремальності у сучасній психологічній науці.
3. Чинники психологічного впливу на персонал ДСНС в умовах екстремальної ситуації.
4. Толерантність до стресу як провідна проблема психології здоров'я.
5. Сучасний стан дослідження професійного стресу серед фахівців ризиконебезпечних професій.
6. Депресивні розлади як відповідь на стресові ситуації: етіологія, клінічні ознаки, патогенез та психокорекція.
7. Психологічні технології стресостійкості особистості.
8. Стан тривоги як форма психічної реакції на травматичні події.
9. Образа як реакція особи в екстремальних ситуаціях.
10. Поведінкові реакції дітей та підлітків на смерть близької людини.
11. Основи консультування суїцидальних клієнтів.
12. Програма профілактики суїцидальної поведінки осіб різних вікових груп.
13. Алкоголізм як деструктивний вихід з кризової ситуації.
14. Профілактика професійного стресу серед персоналу аварійно-рятувальних служб.
15. Депресія осіб як типова реакція людей в екстремальних ситуаціях.
16. Синдром набутої безпорадності в осіб в умовах екстремальної ситуації.
17. Роль почуття гумору у подоланні наслідків дії травматичної ситуації.
18. Психологічний портрет терориста та її жертви.
19. Психічні травми, викликані військовими діями.
20. Віддалені наслідки аварії на Чорнобильскій АЕС.
21. Жорстоке ставлення до дітей як соціально-психологічна проблема.

ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ (денна/заочна)

Оцінювання ваших досягнень відбувається за системою, відображеною в таблиці 1

Таблиця 1

Назви розділів і тем	Всього	Форми роботи			
		Лекції (ведення конспекту)	Семінари	Практичні	Самостійна робота
1. Життєва криза та можливості її опанування	8	1	5		2
2. Екстремальні стани: поняття та диференціальна діагностика	8	1	5		2
3. Стрес як основна складова екстремальних станів	12	1	5	4	2
4. Гострий стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика	8	1	5		2

5. Посттравматичний стресовий розлад: поняття, динаміка, діагностика	12	1	5	4	2
6. Психологічний аналіз горя як особливого психофізіологічного стану	8	1	5		2
7. Методи надання екстреної психологічної допомоги	12	1	5	4	2
8. Психологічний супровід особи під час кризи	12	1	5	4	2
Модульний контроль	10				
Реферат	10				
Всього	**100**				

Робота на лекції передбачає сприйняття та засвоєння теоретичного курсу, а також фіксацію основних його положень (конспектування). Нарахування балів за роботу на лекціях (по 1 балу за кожну з них) відбувається шляхом перевірки конспектів лекцій. При тому оцінюється: повнота, охайність і грамотність ведення конспекту лекцій. Наявність усіх компонентів роботи на лекціях може бути оцінено за весь курс до 8 балів. За недостатньо повне відображення лекційного матеріалу у конспекті, систематичні пропуски лекційних занять за даний вид навчальної роботи бали нараховуються лише в частині законспектованих лекцій.

Нагадуємо, що під час лекцій та інших занять не припустимо відволікатись розмовами, користуватись мобільними телефонами та іншими гаджетами, порушувати дисципліну в будь-який інший спосіб. Запізнення на лекцію так само не припустимі, викладач залишає за собою право не допустити до заняття студента, що порушує дисципліну або запізнюється. Поважайте працю викладача, ваших товаришів по навчанню та себе – дотримуйтесь дисципліни під час освітнього процесу. Ці ж самі правила поведінки поширюються й на інші форми занять (семінари, практичні). Користування гаджетами для доступу до мережі Інтернет припустиме лише під час семінарських/практичних занять за вказівкою чи дозволом викладача. Пропущені лекції слід відпрацювати, переписавши конспект та продемонструвавши його викладачу, при цьому слід бути готовим відповісти на його питання за змістом лекції.

Ваша активна ***участь на семінарському занятті*** може принести вам до 5 балів (разом з доповненням). Відповідь на семінарському занятті оцінюється за наступними критеріями:

- *5 балів* – курсант (студент) у повному обсязі опрацював програмний матеріал, основну і додаткову літературу, має глибокі й міцні знання, упевнено оперує набутими знаннями у вирішенні завдань, робить аргументовані висновки, може вільно висловлювати власні судження і переконувати інших, здатний презентувати власне розуміння питання.
- *4 бали* – курсант (студент) володіє навчальним матеріалом, формулює нескладні висновки, може узагальнювати набуті знання і частково застосовувати їх у вирішенні завдань, аргументація на достатньому рівні.
- *3 бали* – курсант загалом самостійно відтворює програмний матеріал, може дати стислу характеристику питання.
- *2 бали* у викладеному матеріалі є істотні прогалини, є певні неточності як у відтворенні матеріалу, так і у висновках, аргументація низька, використання набутих знань у вирішенні завдань на низькому рівні.

1 бал – курсант за допомогою викладача намагається відтворити матеріал, але відповідь неточна, неповна, головний зміст матеріалу практично не розкрито, аргументація та власне розуміння питання майже відсутні.

Доповнення на семінарському занятті оцінюється в 1 бал та передбачає стислий виступ (повідомлення) у розвиток положень, висловлених доповідачем. Доповнення не повинно повторювати аргументацію та фактичний матеріал основного доповідача. Цінність доповнення пролягає у вмінні привернути увагу до тих аспектів обговорюваного питання, що не знайшли свого висвітлення у виступі основного доповідача. При оцінюванні доповнень курсантів їх кількість має значення.

Пропущений семінар відпрацьовується написанням конспекту всіх питань з плану заняття та відповідями на питання викладача за змістом семінару під час відпрацювання.

Виконання завдань самостійної роботи оцінюється за наступними критеріями:

− повнота, охайність і грамотність ведення конспекту;

− наявність матеріалу для висвітлення питань винесених на самостійну роботу.

Самостійна робота оцінюється викладачем з розрахунку до 2 балів за кожну тему. Таким чином, за всі необхідні для самостійного опрацювання завдання можна отримати 22 бали.

Реферат оцінюється за наступними критеріями: відповідна форма, грамотність, охайність, науковість, достатня кількість використаної літератури (5 джерел). За наявності всіх компонентів реферат отримує ***10 балів;*** обмежена кількість використаної літератури (менше 5 джерел) і бідність змісту – 6 бали; за неохайне оформлення, поверхове відображення обраної теми, суттєві помилки – 3 бали.

Підсумковий контроль з дисципліни відбувається у вигляді усного **заліку**, на якому студент (курсант) може отримати ***до 20 балів*** залежно від повноти та обґрунтованості відповідей. Якщо під час проходження курсу студент (курсант) набрав хоча б 60 балів, то має право не здавати залік, вдовольнившись підсумковою оцінкою відповідно до кількості набраних балів. Залікові питання складаються на основі програми курсу і адекватно відображають зміст усього навчального матеріалу курсу. Результати складання семестрових заліків оцінюються за шкалою «зараховано», «не зараховано» в національній шкалі оцінювання та за шкалою ECTS відповідно до загальної кількості набраних балів.

Схема переведення балів у підсумкову оцінку наведена в таблиці 2.

Таблиця 2

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за 100-бальною шкалою	**Оцінка в ECTS**	**Значення оцінки ECTS**	**Критерії оцінювання**	**Рівень компетентності**	**Оцінка за національною шкалою**
					екзамен
90-100	A	відмінно	Студент (курсант) виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили.	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	добре	Студент (курсант) вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи та задачі в стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна.	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
74-81	C		Студент (курсант) вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосову7 вати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок.		
64-73	D	задовільно	Студент (курсант) відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє	Середній (репродуктивний)	задовільно

			знання та розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих.		
60-63	E		Студент (курсант) володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні		
35-59	FX	незадо-вільно з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент (курсант) володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1-34	F	незадовільно з обо-в'язковим повторним вивченням заліковог о кредиту	Студент (курсант) володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання та відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів.		

ПОЛІТИКА АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

Академічна доброчесність повинна бути забезпечена під час проходження даного курсу, зокрема при виконанні курсових робіт (принципи описані у Законі України «Про академічну доброчесність» від 18 грудня 2025 року №4742IX (https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4742-20#Text) та Кодексі академічної доброчесності Пенітенціарної академії України від 30 березня 2026 року №132/ОД (https://pau.edu.ua/higher-education-quality-assurance-sector/academic-integrity/). Списування під час підсумкового контролю, виконання практичних завдань на замовлення, підказки вважаються проявами академічної недоброчесності. Від усіх слухачів курсу очікується дотримання академічної доброчесності у зазначених вище моментах. До здобувачів вищої освіти, у яких було виявлено порушення академічної доброчесності, застосовуються різноманітні дисциплінарні заходи (включаючи повторне проходження певних етапів).

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА:

Основна:

Інформаційні джерела в мережі Інтернет

1. British Journal of Social Psychology: https://onlinelibrary.wiley.com/journal/20448309

2. Journal of Personality and Social Psychology: https://www.apa.org/pubs/journals/psp/
3. Journal of social psychology: https://www.tandfonline.com/toc/vsoc20/current
4. Національна бібліотека України імені В.В. Вернадського http://www.nbuv.gov.ua/
5. Державна науково-педагогічна бібліотека України ім. В. О. Сухомлинського www.dnpb.gov.ua/
6. Бібліотека українських підручників http://pidruchniki.ws/
7. Асоціація позитивної психології www.ippanetwork.org
8. Статті та книги з позитивної психології www.positivepsychology.program.com