

МІЖРЕГІОНАЛЬНА
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



МАУП

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА
дисципліни
“ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ”
(для спеціалістів)

МАУП

Київ 2006

Підготовлено доцентом кафедри психології *А. М. Львовичкіною*

Затверджено на засіданні кафедри психології
(протокол № 8 від 10.03.06)

Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом



Львовичкіна А. М. Навчальна програма дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій” (для спеціалістів). — К.: МАУП, 2006. — 15 с.

Навчальна програма містить пояснювальну записку, тематичний план, зміст дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій”, теми контрольних робіт, вказівки до виконання контрольної роботи, питання для самоконтролю, а також список літератури.

© Міжрегіональна Академія
управління персоналом (МАУП),
2006

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Курс навчальної дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій” передбачає теоретичний та практичний напрями. У сучасному світі чимдалі нагальною стає проблема подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях: під час криз, катастроф, у випадках терористичних атак, стихійних і інших лих, яких може зазнати людина. Отже, сьогоднішня проблема щодо психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях є актуальною для багатьох клієнтів. Це потребує ґрунтовної підготовки фахівців – практичних психологів, які володіють методами подання допомоги у кризових та катастрофічних ситуаціях.

Мета вивчення дисципліни – забезпечити професійну компетентність практичних психологів у сфері психології травмуючих ситуацій.

Завдання курсу: формування у психологів-практиків вмінь і навичок застосування засобів психотерапії, психокорекції та методів психологічного консультування для психологічного супроводу травмуючих ситуацій.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН **дисципліни**

“ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ”

№ пор.	Назва змістового модуля і теми
1	2
1	Змістовий модуль I. Травмуючі ситуації у житті людини Сутність і завдання дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій
2	Класифікація травмуючих ситуацій
3	Психологічні особливості травмуючих ситуацій та їх вплив на людину

1	2
	<p>Змістовий модуль II. Подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації</p> <p>4 Психодинамічний підхід щодо подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації</p> <p>5 Біхевіористський напрям у психології травмуючих ситуацій</p> <p>6 Гуманістичний підхід до процесу подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях</p> <p>7 Гештальтпідхід щодо подання допомоги у психотравмуючих ситуаціях</p> <p>8 Екзистенційний підхід щодо психології травмуючих ситуацій</p> <p>9 Застосування НЛП у допомозі клієнтам, які зазнали травми</p> <p>10 Позитивна психотерапія як засіб допомоги клієнтам з психологічною травмою</p> <p>11 Когнітивний напрям у психології травмуючих ситуацій</p> <p>12 Застосування групових методів у психологічній допомозі клієнтам із психотравмою</p>
Разом годин: 81	

ЗМІСТ
дисципліни

“ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ”

Змістовий модуль I. Травмуючі ситуації у житті людини

Тема 1. Сутність і завдання дисципліни
“Психологія травмуючих ситуацій”

Поняття про психологію травмуючих ситуацій. Завдання, що стоять перед психологічною наукою щодо проблем консультування у травматичних і посттравматичних ситуаціях. Історія виникнення та розвитку наукового напрямку “психологія травмуючих ситуацій”.

Література [9; 11; 16; 19; 23; 30; 31; 38]

Тема 2. Класифікація травмуючих ситуацій

Визначення поняття “травмуюча ситуація”. Психологія травми. Поняття про кризи та катастрофи у житті людини. Основні підходи до класифікації травмуючих ситуацій.

Література [9; 31; 19; 23]

Тема 3. Психологічні особливості травмуючих ситуацій та їх вплив на людину

Поняття психологічної кризи. Поняття катастрофічної ситуації та її вплив на психологічний стан людини. Конструктивне і деструктивне вирішення проблем кризових станів. Запобігання деструктивному вирішенню проблем травмуючих ситуацій. Поняття про стрес та адаптацію. Синдром посттравматичного стресу.

Література [11; 16; 17; 19; 23; 27; 31; 39]

Змістовий модуль II. Подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації

Тема 4. Психодинамічний підхід щодо подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації

Основні поняття психодинамічного підходу: мотиви, потяги, внутрішні конфлікти, захисні механізми. Виявлення внутрішніх сил, що допомагають справитися із травмуючою ситуацією. Техніки психоаналізу, що допомагають вирішенню проблем травмуючих ситуацій. Аналітична індивідуальна психологія А. Адлера. Соціальний психоаналіз Хорні. Концепція кризи ідентичності Е. Еріксона. Сценарний аналіз за Е. Берном.

Література [1–3; 7; 15; 24; 32; 43–47]

Тема 5. Біхевіористський напрям у психології травмуючих ситуацій

Теорія реципрокного гальмування Д. Вольпе. Процедура методу систематичної десенсибілізації. Випадки застосування методу систематичної десенсибілізації: ситуації, що викликають підвищену тривогу, фобії, реакції уникання. Імерсивні методи. Імаго-метод І. Вольперта.

Література [10; 12; 17; 47]

Тема 6. Гуманістичний підхід до процесу подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях

Клієнт-центрована терапія К. Роджерса. Активне слухання і метод терапевтичного дзеркала. Гуманістичний підхід Р. Мея. Логотерапія В. Франкла. Принципи подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях у парадигмі гуманістичної концепції.

Література [4; 6; 10; 12; 17; 18; 33; 41; 42]

Тема 7. Гештальтпідхід щодо подання допомоги у психотравмуючих ситуаціях

Гештальттерапія Ф. Перлза. Поняття про три зони усвідомлювання (за Ф. Перлзом). Застосування принципу “тут і тепер” у психологічній допомозі у психотравмуючих ситуаціях. Техніки гештальттерапії у психологічній практиці.

Література [6; 7; 12]

Тема 8. Екзистенційний підхід щодо психології травмуючих ситуацій

Поняття про нормальну та невротичну тривоги. Нормальна, невротична та екзистенційна вина. Екзистенційний підхід до граничних проблем існування: смерті, свободи, ізоляції, втрати смислу. Психологічна допомога у травмуючих ситуаціях у світлі екзистенційної парадигми.

Література [7; 10; 30]

Тема 9. Застосування НЛП у допомозі клієнтам, які зазнали травми

Основні принципи застосування нейролінгвістичного програмування з подання допомоги клієнтам, які зазнали психологічної травми. Основні методи НЛП, що використовуються у травматичних і посттравматичних ситуаціях. Застосування терапевтичної метафори.

Література [8; 10; 17]

Тема 10. Позитивна психотерапія як засіб допомоги клієнтам з психологічною травмою

Сутність позитивної психотерапії Н. Пезешкіана. Основні аспекти позитивної психотерапії: позитивний підхід; Змістовий аналіз кон-

флікту; п'ять сходів процесу лікування. Урахування етнічних особливостей у позитивній психотерапії. Притчо- і історіотерапія.

Література [13; 14; 17]

Тема 11. Когнітивний напрям у психології травмуючих ситуацій

Сутність когнітивної терапії та особливості її застосування у травмуючих ситуаціях. Основні техніки когнітивної терапії А. Бека. А. Бек про емоційні розлади. Техніка декатастрофізації. ABCD-терапія А. Елліса.

Література [2; 4; 7,10]

Тема 12. Застосування групових методів у психологічній допомозі клієнтам із психотравмою

Групи зустрічей. Психодрама. Групи психоаналізу. Гештальтгрупи. Групи сімейної терапії. Групи арттерапії. Групи тілесної і танцювальної терапії. Застосування груп казкотерапії у травмуючих ситуаціях.

Література [20; 22; 28; 29; 36; 37]

ТЕМИ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

1. Проблеми психології травмуючих ситуацій.
2. Історія виникнення та розвитку наукового напрямку “психологія травмуючих ситуацій”.
3. Підходи до класифікації травмуючих ситуацій.
4. Психологія кризових станів.
5. Психологія катастроф.
6. Психологія переживання.
7. Психологічні особливості травмуючих ситуацій та їх вплив на людину.
8. Поняття про психологію стресу та психологічну адаптацію.
9. Синдром посттравматичного стресу.
10. Психодинамічний підхід щодо подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації.
11. Основні поняття психодинамічного підходу щодо подання психологічної допомоги у кризових станах.
12. Техніки психоаналізу, що допомагають вирішенню проблем травмуючих ситуацій.

13. Аналітична індивідуальна психологія А. Адлера.
14. Соціальний психоаналіз Хорні.
15. Концепція кризи ідентичності Е. Еріксона.
16. Сценарний аналіз за Е. Берном.
17. Біхевіористський напрям у психології травмуючих ситуацій.
18. Гуманістичний підхід до процесу подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях.
19. Клієнт-центрована терапія К. Роджерса
20. Гуманістичний підхід Р. Мея.
21. Логотерапія В. Франкла.
22. Гештальтпідхід до подання допомоги у психотравмуючих ситуаціях.
23. Екзистенційний підхід до психології травмуючих ситуацій.
24. Психологічна допомога у травмуючих ситуаціях у світлі екзистенційної парадигми.
25. Застосування НЛП у допомозі клієнтам, які зазнали травми.
26. Позитивна психотерапія як засіб допомоги клієнтам з психологічною травмою.
27. Когнітивний напрям у психології травмуючих ситуацій.
28. Застосування групових методів у психологічній допомозі клієнтам із психотравмою.
29. Групи зустрічей.
30. Психодрама.
31. Групи психоаналізу.
32. Гештальтгрупи.
33. Групи сімейної терапії.
34. Групи арттерапії.
35. Групи тілесної і танцювальної терапії.
36. Застосування груп казкотерапії у травмуючих ситуаціях.

ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

Виконання контрольної роботи передбачає розвиток навичок самостійного пошуку необхідної інформації, опрацювання та осмислення теоретичного і практичного матеріалу. Вибір теми — довільний.

Контрольна робота виконується в учнівському зошиті або на скріплених сторінках формату А4. На титульному аркуші вказуються: назва дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій”; прізвище,

ім'я та по батькові студента; домашня адреса; номер групи. Контрольна робота повинна мати план і список літератури. На останній сторінці ставиться дата виконання роботи та підпис студента. Роботу необхідно здати в наукову частину в установлені терміни.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Сутність і завдання дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій”.
2. Поняття про психологію травмуючих ситуацій.
3. Завдання, що постають перед психологічною наукою щодо проблем консультування у травматичних та посттравматичних ситуаціях.
4. Історія виникнення та розвитку наукового напрямку “психологія травмуючих ситуацій”.
5. Класифікація травмуючих ситуацій.
6. Визначення поняття “травмуюча ситуація”.
7. Класифікація травмуючих ситуацій.
8. Психологічні особливості травмуючих ситуацій та їх вплив на людину.
9. Поняття психологічної кризи.
10. Поняття катастрофічної ситуації та її вплив на психологічний стан людини.
11. Конструктивне та деструктивне вирішення проблем кризових станів.
12. Запобігання деструктивному вирішенню проблем травмуючих ситуацій.
13. Поняття про стрес та адаптацію.
14. Синдром посттравматичного стресу.
15. Психодинамічний підхід до подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації.
16. Основні поняття психодинамічного підходу: мотиви, потяги, внутрішні конфлікти, захисні механізми.
17. Техніки психоаналізу, що допомагають вирішенню проблем травмуючих ситуацій.
18. Аналітична індивідуальна психологія А. Адлера.
19. Соціальний психоаналіз Хорні.
20. Концепція кризи ідентичності Е. Еріксона.

21. Сценарний аналіз за Е. Берном.
22. Біхевіористський напрям у психології травмуючих ситуацій.
23. Теорія реципрокного гальмування Д. Вольпе.
24. Процедура методу систематичної десенсибілізації.
25. Випадки застосування методу систематичної десенсибілізації: ситуації, що викликають підвищену тривогу, фобії, реакції уникання.
26. Імерсивні методи.
27. Імаго-метод І. Вольперта.
28. Гуманістичний підхід до процесу надання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях.
29. Клієнт-центрована терапія К. Роджерса.
30. Активне слухання і метод терапевтичного дзеркала.
31. Гуманістичний підхід Р. Мея.
32. Логотерапія В. Франкла.
33. Принципи надання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях у парадигмі гуманістичної концепції.
34. Гештальтпідхід до подання допомоги у психотравмуючих ситуаціях.
35. Гештальттерапія Ф. Перлза.
36. Поняття про три зони усвідомлювання (за Ф. Перлзом).
37. Застосування принципу “тут і тепер” у психологічній допомозі в психотравмуючих ситуаціях.
38. Техніки гештальттерапії у психологічній практиці.
39. Екзистенційний підхід до психології травмуючих ситуацій.
40. Поняття про нормальну та невротичну тривоги.
41. Нормальна, невротична та екзистенційна вина.
42. Екзистенційний підхід до граничних проблем існування: смерті, свободи, ізоляції, втрати смислу.
43. Психологічна допомога у травмуючих ситуаціях у світлі екзистенційної парадигми.
44. Застосування НЛП у допомозі клієнтам, які зазнали травми.
45. Основні принципи застосування нейролінгвістичного програмування з подання допомоги клієнтам, які зазнали психологічної травми.
46. Основні методи НЛП, що використовуються у травматичних та посттравматичних ситуаціях.
47. Застосування терапевтичної метафори.

48. Позитивна психотерапія як засіб допомоги клієнтам з психологічною травмою.
49. Сутність позитивної психотерапії Н. Пезешкіана.
50. Основні аспекти позитивної психотерапії: позитивний підхід; змістовий аналіз конфлікту; п'ять сходів процесу лікування.
51. Урахування етнічних особливостей в позитивній психотерапії.
52. Притчотерапія.
53. Історіотерапія.
54. Когнітивний напрям у психології травмуючих ситуацій.
55. Сутність когнітивної терапії та особливості її застосування у травмуючих ситуаціях.
56. Основні техніки когнітивної терапії А. Бека.
57. А. Бек про емоційні розлади.
58. Техніка декатастрофізації.
59. ABCD-терапія А. Елліса.
60. Застосування групових методів у психологічній допомозі клієнтам із психотравмою.
61. Групи зустрічей.
62. Психодрама.
63. Групи психоаналізу.
64. Гештальтгрупи.
65. Групи сімейної терапії.
66. Групи арттерапії.
67. Групи тілесної терапії.
68. Групи танцювальної терапії.
69. Застосування груп казкотерапії у травмуючих ситуаціях.
70. Сутність поняття "травмуюча ситуація".
71. Завдання дисципліни "Психологія травмуючих ситуацій".
72. Поняття про психологію травмуючих ситуацій.
73. Сутність наукового напрямку "психологія травмуючих ситуацій".
74. Підходи до класифікації травмуючих ситуацій.
75. Визначення поняття "травмуюча ситуація".
76. Класифікація травмуючих ситуацій.
77. Психологічні особливості травмуючих ситуацій та їх вплив на людину.
78. Поняття психологічної кризи.
79. Поняття катастрофічної ситуації та її вплив на психологічний стан людини.

80. Особливості конструктивного та деструктивного вирішення проблем кризових станів.
81. Запобігання деструктивному вирішенню проблем травмуючих ситуацій.
82. Рівні психоогічного стресу.
83. Поняття про синдром посттравматичного стресу.
84. Психоаналітичний підхід до подання психологічної допомоги клієнтам, які зазнали впливу травмуючої ситуації.
85. Основні поняття психоаналізу: мотиви, потяги, внутрішні конфлікти, захисні механізми.
86. Техніки психоаналізу, що допомагають вирішенню проблем травмуючих ситуацій.
87. Техніки аналітичної індивідуальної психології А. Адлера.
88. Техніки соціального психоаналізу К. Хорні.
89. Концепція кризи ідентичності Е. Еріксона.
90. Сценарний аналіз за Е. Берном.
91. Застосування біхевіористського напрямку у психології травмуючих ситуацій.
92. Процедура методу систематичної десенсибілізації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Основна

1. *Адлер А.* Практика и теория индивидуальной психологии. — М.: Прогресс, 1995.
2. *Ассаджиоли Р.* Психосинтез. Принципы и техники: Пер с англ. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2002.
3. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди, люди, которые играют в игры. — СПб.: Лениздат 1992.
4. *Бурлачук Л. Ф., Гرابская И. А., Кочарян А. С.* Основы психотерапии. — К., 1999.
5. *Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М.* Словарь-справочник по психодиагностике. — СПб., 2001.
6. *Гештальттерапия.* Теория и практика. — М., 2000.
7. *Глэддинг С.* Психологическое консультирование — СПб.: Питер, 2002.
8. *Зубалий Н. П., Левочкина А. М.* Основы психотерапии: Учеб. пособие. — К.: МАУП, 2001.

9. *Малкина-Пых И. Г.* Экстремальные ситуации. — М.: ЭКСМО, 2005.
10. *Нельсон-Джоунс Р.* Теория и практика консультирования. — СПб.: Питер, 2001.
11. *Ольшанский Д. В.* Психология терроризма. — СПб.: Питер, 2003.
12. *Осипова А. А.* Общая психокоррекция: Учеб. пособие для студ. вузов. — М.: ТЦ “Сфера”, 2000.
13. *Пезешкиан Н.* Торговец и попугай. Восточные истории и психотерапия. — М.: Прогресс, 2004.
14. *Притчи человечества /* Сост. В. В. Лавский. — Минск: Лотаць, 2001.
15. *Психоанализ и культура /* Избр. тр. Карен Хорни и Эриха Фромма. — М.: Юристь, 1995.
16. *Психологія життєвої кризи /* Відп. ред. Т. М. Титаренко. — К.: Агропромвидав України, 1998.
17. *Психотерапевтическая энциклопедия /* Под. ред. Б. Д. Карвасарского. — СПб.: Питер, 1999.
18. *Роджерс К. С.* Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М.: Прогресс, 1994.
19. *Ромек В. Г., Конторович В. А., Крукович Е. И.* Психологическая помощь в кризисной ситуации. — М., 2004.
20. *Рудестам К.* Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. — М.: Прогресс, 1990.
21. *Сидоренко Е. В.* Психодраматический и недирективный подходы к групповой работе с людьми. Методические описания и комментарии. — СПб., 1992.
22. *Сидоренко Е. В.* Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру. — СПб.: Речь, 2002.
23. *Столяренко А. М.* Экстремальная психопедагогика: Учеб. пособие для вузов. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002.
24. *Урсано Р., Зонненберг С., Лазар С.* Психодинамическая психотерапия. — М., 1992.
25. *Эйдемиллер А. Г.* Методы семейной диагностики и психотерапии: Метод. пособие. — М.: Фолиум. 1996.
26. *Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Семейная психотерапия. — Л.: Медицина, 1990.
27. *Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Психология и психотерапия семьи. — СПб., 1999.

Додаткова

28. *Абрамова Г. С.* Введение в практическую психологию. — Брест, 1993.
29. *Абрамова Г. С.* Практическая психология. — М., 1997.
30. *Васильев В. Л.* Юридическая психология. — СПб.: Питер. — 2002.
31. *Василюк Ф. Е.* Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). — М.: Изд-во МГУ, 1984.
32. *Бондаренко А. Ф.* Психологическая помощь: теория и практика. — К.: Укртехпресс, 1997. — 215 с.
33. *Бродли Б. Т.* Рекомендации начинающему практику в центрированной на клиенте терапии / Под ред. А. М. Дружинина. — К., 1997.
34. *Васьковская С. В., Горностай П. П.* Психологическое консультирование: ситуационные задачи. — К.: Выща шк., 1996.
35. *Горностай П. П., Васьковская С. В.* Теория и практика психологического консультирования. — К.: Наук. думка, 1995.
36. *Вачков И.* Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учеб. пособие. — М., 1999.
37. *Вачков И. В.* Введение в тренинговые технологии. — М., 1998.
38. *Карпова Г. О.* Зміст професійної діяльності керівників рай(міськ)центрів психологічної служби / За ред. Н. Л. Коломінського. — К., 1995.
39. *Кочюнас Р.* Основы психологического консультирования. — М., 1999.
40. *Макишанов С. И.* Психология тренинга. — СПб., 1997.
41. *Маслоу А.* Психология бытия. — М.: Ваклер, 1997.
42. *Мэй Р.* Искусство психологического консультирования — М.: Класс, 1994.
43. *Фрейд З.* Введение в психоанализ: Лекции. — М.: Наука, 1991.
44. *Фрейд З.* Психология бессознательного. — М.: Просвещение, 1989.
45. *Фромм Э.* Бегство от свободы. — М.: Прогресс, 1995.
46. *Фромм Э.* Душа человека. — М.: Республика, 1992.
47. *Шульц Д., Шульц С.* История современной психологии. — СПб.: Евразия, 1998.

ЗМІСТ

Пояснювальна записка	3
Тематичний план дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій”	3
Зміст дисципліни “Психологія травмуючих ситуацій”	4
Теми контрольних робіт	7
Вказівки до виконання контрольної роботи	8
Питання для самоконтролю.....	9
Список літератури	12



Відповідальний за випуск *Ю. В. Нешкуренко*
Редактор *Т. М. Тележенко*
Комп'ютерне верстання *Г. В. Макуха*

Зам. № ВКЦ-2657

Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП