

# ПСИХОЛОГІЯ КРИЗ

## курс за вибором

перший (бакалаврський) рівень вищої освіти



### ВИКЛАДАЧ

ЗІНЧЕНКО ОЛЕКСАНДР ВОЛОДИМИРОВИЧ  
канд. психол. наук, старший викладач кафедри  
психології і туризму.

[oleksandr.zinchenko@knlu.edu.ua](mailto:oleksandr.zinchenko@knlu.edu.ua)

### ЗАГАЛЬНА ТРИВАЛІСТЬ КУРСУ:

3 кредити ЄКТС/90 годин  
аудиторні – 30 годин  
самостійна робота – 60 годин

### МОВА ВИКЛАДАННЯ

українська

### ПОПЕРЕДНІ УМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ:

курс адаптований для студентів  
всіх спеціальностей КНЛУ

### ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ:

залік

## ПРО КУРС

*Кризи є обов'язковою і, навіть, необхідною складовою повноцінного життя людини. Водночас характер і вплив криз може суттєво відрізнятися, що вимагає формування ефективних стратегій їх переживання.*

*В рамках курсу, студенти мають можливість краще пізнати самих себе та розвинути найбільш оптимальні стратегії подолання кризових ситуацій.*

## ЗМІСТ КУРСУ

### *Лекційна частина курсу:*

- сутність, структура і види життєвої кризи;
- кризи вікового розвитку;
- кризи сімейного життя;
- психологічна травма як причина кризи.

### *Практична частина курсу передбачає*

- діагностику власних ресурсів переживання життєвої кризи;
- формування уміння конструктивного подолання кризових явищ;
- засвоєння уявлення про способи підтримки особистості, яка перебуває у ситуації кризи.;