

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Волинський національний університет імені Лесі Українки**  
**Факультет психології**  
**Кафедра педагогічної та вікової психології**

**СИЛАБУС**  
**вибіркової навчальної дисципліни**  
**ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ,**  
**БУЛІНГУ ТА МОБІНГУ**  
**підготовки бакалавра**  
**спеціальність 053 Психологія**  
**освітньо-професійної програми Психологія**

**Луцьк – 2021**

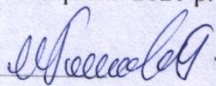
**Силабус вибіркової навчальної дисципліни «Психологія професійного вигорання, булінгу та мобінгу»** підготовки бакалавра, галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія, за освітньо-професійною програмою Психологія.

**Розробник: Кордунова Н. О.**, кандидат психологічних наук, доцент.

**Силабус вибіркової навчальної дисципліни затверджено на засіданні кафедри педагогічної та вікової психології**

протокол № 1 від 27 серпня 2021 р.

Завідувач кафедри:



Гошовський Я. О.

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни За навчальним планом 2017 року
заочна форма навчання	Галузь знань 05 соціальні та поведінкові науки Спеціальність 053 Психологія Освітньо-професійна програма Психологія Освітній ступінь Бакалавр	<b>Вибіркова</b>
Кількість годин / кредитів 180 / 6		Рік навчання 5-ий
		Семестр 9-ий
ІНДЗ : немає		Лекції 20 год.
		Практичні (семінарські) 18 год.
		Лабораторні 18 год.
		Індивідуальні 0 год.
Самостійна робота 102 год.		
Консультації 22 год.		
Форма контролю: екзамен		

## II. Інформація про викладача

ППП – Кордунова Наталія Олександрівна

Науковий ступінь – кандидат психологічних наук

Вчене звання – доцент

Посада – доцент

Контактна інформація – 0506788227; [Natalia300619701@gmail.com](mailto:Natalia300619701@gmail.com)

## III. Опис дисципліни

### 1. АНОТАЦІЯ КУРСУ

Викладання навчальної дисципліни «Психологія професійного вигорання, булінгу та мобінгу» сприяє становленню всебічно розвинутої особистості як суб'єкта успішної професійної, освітньої та науково-дослідницької діяльності; формування професійних компетенцій студентів в області збереження психічного здоров'я, профілактики професійного вигорання як стану, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тону під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень; ознайомлення зі специфікою та особливостями професійного вигорання педагогічних працівників, психолого-педагогічними

технологіями його діагностики, профілактики та корекції. Ознайомити з проблемами булінгу та мобінгу, його видами та проявами. Опрацювання навичок надання термінової психологічної допомоги та саморегуляції психоемоційних станів.

**2. Пререквізити:** Вивчення дисципліни базується на дисциплінах загального та професійного циклів підготовки попередніх років навчання. Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з дисциплін «Загальна психологія», «Вікова та педагогічна психологія», «Спеціальна психологія», «Психодіагностика», «Психологія криз особистості».

**Постреквізити:** глибокі знання та розуміння засад правової, фінансової, медичної, реабілітаційної, соціально-побутової, психолого-педагогічної підтримки осіб.

### **3. Мета та завдання навчальної дисципліни**

**Метою** курсу є підготовка студентів до практичної роботи з особистостями, що зазнали професійного вигорання, булінгу, мобінгу.

#### **Завдання вивчення курсу**

Основні завдання полягають у формуванні вмінь планувати та здійснювати фахівцем-психологом широкого спектру проблем напружених, критичних, конфліктних ситуаціях, надання психологічної підтримки та допомоги особам, які зазнали булінгу та мобінгу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні *знати*:

- основні поняття дисципліни, етапи становлення концепції професійного вигорання та сучасні дослідження у цій галузі; основні підходи до вивчення професійного вигорання у діяльності педагога;

- причини виникнення, його вплив на поведінку, професійну діяльність, психічне здоров'я фахівця;

- конкретні форми та симптомокомплекси прояву основних видів станів зниженої працездатності, стресу, професійного вигорання;

- механізми виникнення і розвитку професійного вигорання у фахівців освіти;

- основні завдання та складові психогігієни праці фахівця освіти;

- методи діагностики, профілактики та корекції професійного вигорання, спрямовані на оптимізацію функціональних станів, зокрема професійного вигорання.

*уміти*:

- здійснювати психодіагностику професійного вигорання та порушень, що супроводжують цей синдром;
  - розрізняти типові психічні стани;
  - здійснювати самопрофілактику професійного вигорання;
  - надавати ефективну психологічну допомогу, пов'язану з психопрофілактикою та корекцією професійного вигорання фахівців освіти;
    - здійснювати психодіагностику професійного вигорання фахівців;
    - володіти арсеналом прямої й опосередкованої саморегуляції негативних психічних станів;
  - застосовувати психотехнічні засоби профілактики та корекції професійного вигорання.

#### **4. Результати навчання (Компетентності)**

У ході вивчення навчальної дисципліни магістри повинні набути компетенцій:

*Загальних:*

- ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
- ЗК2. Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності.
- ЗК3. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК4. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
- ЗК5. Навички міжособистісної взаємодії.
- ЗК6. Здатність працювати в команді.
- ЗК7. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
- ЗК8. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.
- ЗК9. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
- ЗК10. Вміння виявляти, ставити та розв'язувати проблеми.
- ЗК11. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
- ЗК12. Здатність діяти відповідально та свідомо.

*Фахових:*

- ФК2. Вміння самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати інформацію з різних джерел.

ФК3. Розвинута здатність конструювати, розробляти програму та виконувати дослідження з використанням широкого кола якісних та кількісних методів та високоспеціалізованого, валідного і надійного психодіагностичного інструментарію.

ФК4. Розвинута здатність аналізувати та систематизувати, отримувати результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

ФК5. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

ФК6. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

ФК7. Розвинуте вміння організувати та надавати психологічну допомогу особистості, що перебуває в конфліктній ситуації.

ФК8. Здатність усвідомлювати межі своєї компетентності та дотримуватися норм професійної етики.

ФК9. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ФК10. Навички міжособистісної взаємодії та роботи в команді у процесі професійної діяльності.

ФК11. Здатність професійно викладати фахові дисципліни.

ФК12. Уміння адаптуватися до нових ситуацій та здатність до професійної мобільності.

ФК13. Уміння здійснювати превенцію, психологічний супровід та надання кваліфікованої допомоги особам з групи ризику.

ФК14. Навички розроблення концептуальних рішень з планування фахової діяльності.

ФК15. Управління комплексними діями або проектами, відповідальність за прийняття рішень у конкретних виробничих умовах.

## 5. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Прак т	Лаб.	Конс.	Сам. роб.	Форма контро лю/ Бали
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Змістовий модуль .</b> Загальна характеристика професійного вигорання та суміжних з ним понять, булінгу та мобінгу							
Тема 1. Професійне вигорання як психологічна проблема. Поняття професійного вигорання. Історія становлення концепції вигорання. Періоди формування поняття вигорання. Симптоми професійного вигорання. Детермінанти професійного вигорання. Підходи до тлумачення вигорання. Моделі вигорання. Фази вигорання. Екзистенційні аспекти вигорання.	42	4	4	4	6	22	86 Р; ДС
Тема 2. Психологічна проблема булінгу та мобінгу в освітньому середовищі.	29	4	4	4	4	20	86 ДС; Р
Тема 3. Професійний стрес як причина професійного вигорання. Поняття стресу. Види стресів. Механізм розвитку стресу. Професійний стрес. Ознаки професійного стресу. Симптоми та чинники професійного стресу.	31	4	4	4	4	20	86 Т; РМГ
Тема 4. Шляхи профілактики та боротьби з професійним стресом. Методологічні питання дослідження професійного стресу.	29	4	3	3	4	20	86 Т; ТР
Тема 5. Психогієна, психопрофілактика, корекція булінгу та мобінгу.	29	4	3	3	4	20	86 РЗ /К
Разом за модулем	180	20	18	18	22	102	40
Модульна контрольна робота №1							30
Модульна контрольна робота №2							30
Всього годин / Балів	180	20	18	18	22	102	100

Форма контролю\*: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота студента, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

### ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

№ З.п.	тема	Кількість годин
1	Функціональні стани та їх вплив на професійну діяльність. Працездатність і функціональні стани у професійній діяльності фахівців. Рівні працездатності. Функціональні стани у професійній діяльності. Види функціональних станів і їх динаміка. Гострі та хронічні стани. Особливі функціональні стани у діяльності педагога: передстартова готовність, стан вироблення, оптимальна працездатність, втома, «кінцевий порив», перевтома, психічне перенасичення, поглинення процесом праці, стрес. Виявити причини негативних рис характеру та запропонувати можливі варіанти для позбавлення від них.	12
2	Втома як суб’єктивне переживання стану стомлення фахівця. Психогенна втома. Екстремальні стани у праці, адаптація та дезадаптація, посттравматичні стани, копінг-поведінка у роботі фахівця.	10
3	Професійні ризики та деформації у діяльності фахівців освіти. Чинники ризику в професійній діяльності педагога: стереотипи когнітивного, поведінкового й афективно-мотиваційного характеру; професійна втома, кризи професійного становлення, моногонія, професійні захворювання. Професійні деформації фахівців освіти. Основні детермінанти професійних деформацій педагогів. Види професійних деформацій педагогів. Особливості взаємозв’язку професійних деформацій та професійного вигорання у фахівців освіти.	10
4	Задоволеність роботою як античинник професійного вигорання. Історія дослідження явища. Підходи до розуміння терміна «задоволеність роботою» та «захоплення роботою». Основні чинники задоволеності працею. Задоволеність професійною діяльністю як психологічний критерій особистісно-професійного розвитку фахівця освіти. Методики дослідження задоволеності роботою (професією).	10
5	Практичні методи подолання стресу та професійного вигорання у педагогічній діяльності. Стресостійкість як професійно значуща якість особистості педагога. Основні закони тайм-менеджменту та їх використання у педагогами.	10



6	Практичні методи подолання стресу та професійного вигорання у педагогічній діяльності. Стресостійкість як професійно значуща якість особистості педагога. Основні закони тайм-менеджменту та їх використання у педагогами. Прийоми візуалізації, активізуючі техніки, методи релаксації в подоланні стресу та професійного вигорання педагогів.	10
7	Розв'язати ситуаційні вправи на розлад рухово-вольового процесу або емоційного стану. Діагностувати емоційний стан особи (себе та інших), дати пораду, як керувати своїм емоційним станом.	10
8	Специфічні особливості вигорання педагогічних працівників. Стрес та професійне вигорання у педагогічній діяльності. Симптоми та чинники професійного вигорання педагогів. Групи ризику та їх характеристика. Моделі вигорання педагогів. Етапи формування вигорання у педагогічних працівників. Методи діагностики вигорання у педагогів.	10
9	Психологічна корекція професійного вигорання у фахівців освіти. Проблема «зворотності» процесу вигорання. Особливості корекції професійного вигорання фахівців освіти. Програми психокорекції.	10
10	Відпрацювати навички діалогічної мови та формул мовного етикету.	10
	Всього	102

#### IV. Політика оцінювання

##### Політика викладача щодо студента:

Студент зобов'язаний відвідувати практичні та лабораторні заняття протягом семестру. При підготовці до практичних занять ґрунтовно опрацьовувати теоретичний матеріал, першоджерела, додаткову літератури з теми, яку обрав. Повинен скласти глосарій понять і термінів з даного курсу. На лабораторні заняття студент повинен підібрати психодіагностичні методики для проведення дослідження.

##### Політика щодо академічної доброчесності:

##### Студент повинен дотримуватись академічної доброчесності:

- Самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного та підсумкового контролю результатів навчання.
- Посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей.
- Дотримання принципів та положень Етичного кодексу психолога.

**Політика щодо перескладання:** усі заняття студенти відвідують згідно розкладу навчального процесу, однак, якщо студент має право на вільне відвідування, то може відпрацювати пропущені заняття під час індивідуальних

консультацій або виконати письмово індивідуальні завдання (конспекти, реферати, презентації).

## **V. Підсумковий контроль**

**Поточний контроль** проводиться у вигляді усного або письмового опитування. Студент повинен отримати бали під час практичних занять, самостійної роботи, виконання лабораторних робіт (40 балів).

**МКР** (модульна контрольна робота) проводиться письмово, або у формі тестування. Модульний зріз передбачає 30 тестових завдань, які складаються з лекційного курсу, практичних занять і питань, які виносяться на самостійне опрацювання. Правильне розв'язання тестового завдання оцінюється в 1 бал. Таким чином, максимальна кількість балів, яку студент може отримати за одну модульну контрольну роботу – 30 балів (загалом 60 балів за дві модульні контрольні роботи).

Якщо студент хоче покращити результат або отримав недостатньо балів, то він складає екзамен, який оцінюється від 0 до 60 балів.

## **VI. Підсумковий контроль**

На екзамен виносяться питання, які потребують творчої відповіді та уміння синтезувати отриманні знання і застосовувати їх під час розв'язання практичних завдань. Екзамен проводиться в усній формі і включає три питання: 1 питання теоретичне передбачає ґрунтовний аналіз окресленої проблеми, 2 – питання прикладне передбачає використання теоретичних знань під час вирішення практичних задач, третє питання творче – вимагає креативного підходу у вирішення складної ситуації.

### **ПИТАННЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЕКЗАМЕНУ**

1. Професійні ризики та деформації у діяльності фахівців освіти.
2. Чинники ризику в професійній діяльності педагога: стереотипи когнітивного, поведінкового й афективно-мотиваційного характеру.
3. Професійна втома, моногонія, професійні захворювання.
4. Кризи професійного становлення.
5. Професійні деформації фахівців освіти.

6. Основні детермінанти професійних деформацій педагогів.
7. Види професійних деформацій педагогів.
8. Особливості взаємозв'язку професійних деформацій та професійного вигорання у фахівців освіти.
9. Функціональні стани та їх вплив на професійну діяльність фахівців освіти.
10. Працездатність і функціональні стани у професійній діяльності фахівців освіти.
11. Рівні працездатності педагогів.
12. Функціональні стани у професійній діяльності педагога.
13. Види функціональних станів і їх динаміка.
14. Гострі та хронічні стани у професійній діяльності педагога.
15. Особливі функціональні стани у діяльності педагога: передстартова готовність, стан вироблення, оптимальна працездатність, втома, «кінцевий порив», перевтома, психічне перенасичення, поглинення процесом праці, стрес.
16. Втома як суб'єктивне переживання стану стомлення педагога.
17. Психогенна втома у професійній діяльності педагога.
18. Екстремальні стани у діяльності педагога.
19. Адаптація та дезадаптація у діяльності педагога.
20. Посттравматичні стани педагога.
21. Копінг-поведінка у роботі фахівця освіти.
22. Стрес у професійній діяльності фахівця освіти.
23. Психічне та психологічне здоров'я педагога.
24. Ознаки психологічного здоров'я: дотримання принципу оптимуму, ефективна адаптація.
25. Стрес у роботі педагога. Рівні, параметри, ознаки стресу педагога.
26. Причини та чинники професійного стресу фахівця освіти.
27. Стресостійкість як аспект професійного здоров'я особистості педагога.
28. Механізми подолання стресу.
29. Специфічні особливості вигорання педагогічних працівників.
30. Стрес та професійне вигорання у педагогічній діяльності.
31. Симптоми та чинники професійного вигорання педагогів.
32. Групи ризику та їх характеристика.
33. Моделі вигорання педагогів.
34. Етапи формування вигорання у педагогічних працівників.

35. Методи діагностики вигорання у педагогів.
36. Профілактика професійного вигорання педагогічних працівників.
37. Особливості профілактики професійного вигорання.
38. Рівні та напрями профілактичної роботи.
39. Програми профілактики професійного вигорання фахівців освіти.
40. Задоволеність роботою як античинник професійного вигорання.
41. Підходи до розуміння терміна «задоволеність роботою» та «захоплення роботою».
42. Основні чинники задоволеності працею.
43. Задоволеність професійною діяльністю як психологічний критерій особистісно-професійного розвитку фахівця освіти.
44. Методики дослідження задоволеності роботою (професією).
45. Психологічна корекція професійного вигорання у фахівців освіти.
46. Особливості корекції професійного вигорання фахівців освіти. Програми психокорекції.
47. Практичні методи подолання стресу та професійного вигорання у педагогічній діяльності.
48. Стресостійкість як професійно значуща якість особистості педагога.
49. Основні закони тайм-менеджменту та їх використання педагогами.
50. Прийоми візуалізації, активізуючі техніки, методи релаксації в подоланні стресу та професійного вигорання педагогів.
51. Компетентність як психосоціальна якість вчителя.
52. Характеристика поняття «булінг».
53. Характеристика поняття «мобінг».
54. Прояви мобінгу в педагогічному колективі.
55. Форми мобінгу та їх характеристика.
56. Психологічна проблема булінгу в освітньому середовищі.
57. Психологічна проблема мобінгу в освітньому середовищі.
58. Проблема булінгу у підлітковому віці.
59. Булінг як поведінковий прояв людини.
60. Різновиди булінгу та їх характеристика.
61. Моделі міжособистісної взаємодії учнів, що можуть набувати деструктивного характеру.
62. Різновиди булінгу у сім'ї.
63. Протидія булінгу у сім'ї.
64. Поняття «насилля». Фізичне насилля. Психічне насилля,

65. Форми насилля (моральне пригнічення, вербальне знуцання).
66. Шкільне насилля: сутність, види, профілактика.
67. Прояви насилля в освітньому середовищі.
68. Насилля та жорстокість.
69. Поняття «насилля» і «ненасилля».
70. Проблема насилля у сім'ї.
71. Прояви індивідуального та групового насилля.
72. Емоційне насилля як залякування та маніпуляція.
73. Емоційне насилля як метод встановлення влади над людиною.
74. Форми емоційного насилля.
75. Емоційне насилля як вплив дорослих на дитину.
76. Особливості емоційного насилля у школярів.
77. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії.
78. Агресія як прояв різновиду булінгу.
79. Розкрити поняття «агресія» та «агресивність».
80. Особливості конфліктної поведінки у взаємодії підлітків.
81. Конфлікти в закладах освіти.
82. Особливості поняття «конфлікту» та «конфліктності».
83. Конфліктні форми поведінки в освітньому просторі.
84. Конфлікт в системі «вчитель-учень»
85. Конфлікт в системі «вчитель-вчитель».
86. Конфлікт в системі «учень-учень».
87. Конфліктологічна компетентність педагога.
88. Психологічна характеристика жорстокої поведінки дітей у навчальних закладах.
89. Розкрити поняття «жорстокість» та «жорстока поведінка».
90. Попередження та подолання насилля у шкільному середовищі.

## **VI. Шкала оцінювання**

Оцінка в балах за всівидинавчальної діяльності	Оцінка
90 – 100	Відмінно
82 – 89	Дуже добре
75 - 81	Добре
67 -74	Задовільно
60 - 66	Достатньо
1 – 59	Незадовільно

## VII. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ТА ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ

Основна:

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология. Учебник для студентов вузов. Москва : Академический проект, 2014. 704 с.
2. Александров А. А. Психогенетика. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 192 с.
3. Баттерворт Дж. Принципы психологии развития. Москва : Когито-Центр, 2008. 350 с.
4. Вербан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України* / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 10. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. С. 120 –133.
5. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. /О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 3-ге вид. Київ : Каравела, 2012. 344 с.
6. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості : [монографія]. Дрогобич : Коло, 2008. 480 с.
7. Дзюба Т. М. Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Навчальний посібник / Т. М. Дзюба, О. Г. Коваленко; за ред. В. Ф. Моргуна. Київ : Видавничий дім «Слово», 2013. 264 с.
8. Довгань О. Специфіка кризи особистості в юнацькому віці. *Психологія і суспільство*. 2004. № 2. С. 144–150.
9. Жедунова Л. Г. Личностный кризис и образ мира (субъективная реальность кризиса) : [монографія]. Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2009. 135 с.
10. Захаров А. И. Ребёнок до рождения и психотерапия последствий психических травм Санкт-Петербург : Союз, 2008. 244 с.
11. Злобіна О. Г. Суспільна криза і життєві стратегії особистості. Київ : Стислос, 2001. 238 с.
12. Капрара Дж., Сервон Д. Психология личности. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 246 с.
13. Ковалёва Г. В. Психология хандры, или выход есть . Москва : АСТ – ПРЕСС КНИГА, 2008. 288 с.
14. Козлов В. В. Работа з кризисной личностью. Москва : Изд. Института психотерапии, 2003. 301 с.
15. Кордунова Н. О. Психолого-педагогічний практикум. Луцьк : ПП Іванюк В. П., 2020. 88 с.
16. Кордунова Н. О. Психологічний супровід в кризових ситуаціях та екстремальних умовах: методичні рекомендації до практичних та лабораторних занять. Луцьк: ПП Іванюк В. П., 2019. 60 с.
17. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 992 с.
18. Крукович Е. И. Кризисное вмешательство. Минск : ЕГУ, 2003. 91 с.
19. Луппо С. Є. Психологія екстремальних та кризових ситуацій: навч. посіб. Київ : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ – друк», 2010. 96 с.

20. Максимов М. Как преодолевать кризисы. *Физкультура и спорт*. 2009. № 10. С. 54–59.
21. Малкина - Пых И. Г. Возрастные кризисы взрослости : Справочник практического психолога. Москва : ЭКСМО, 2005. 416 с.
22. Миллер С. Психология развития : методы исследования. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 464 с.
23. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов. Москва : АКАДЕМИЯ, 2011. 184 с.
24. Поліщук В. Вікові кризи у психічному розвитку особистості. *Психологія*. Збірник наукових праць НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 1 (8), 2000. С. 126 – 130.
25. Поліщук В. М. Криза 7 років: феноменологія, проблеми. Суми : ВТД «Університетська книга», 2005. 118 с.
26. Поліщук В. М. Криза 13 років : феноменологія, проблеми : [монографія]. Суми : ВТД «Університетська книга», 2006. 187 с.
27. Психология возрастных кризисов: Хрестоматия / Сост. К. В. Сельченко. Москва : АСТ, 2001. 560 с.
28. Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития / Под ред. А. А. Реана. Санкт-Петербург: «ПРАЙМ - ЕВРОЗНАК», 2005. 416 с.
29. Реан А. А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. Москва : АСТ; Санкт-Петербург : «ПРАЙМ - ЕВРОЗНАК», 2007. 407 с.
30. Регуш Л. А. Проблемы психического развития и их предупреждение (от рождения до пожилого возраста). Санкт-Петербург : Речь, 2006. 320 с.
31. Ромек В. Г., Которович В. А., Крукович Е. И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 256 с.
32. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 272 с.
33. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 176 с.
34. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: Соціальна необхідність та безпека. Київ : Марич, 2009. 76 с.
35. Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування. Київ : Главник, 2004. 96 с.
36. Хухлаева О. В. Психология развития : молодость, зрелость, старость. Москва : Издательский Центр «Академия», 2006. 286 с.

*Додаткова:*

1. Александров Е. О. Взорванный мозг. Посттравматическое стрессовое расстройство. Клиника и лечение. Новосибирск: Сибвузиздат, 2001. 160 с.
2. Беляева В. В. Суицидальное поведение лиц, инфицированных ВИЧ. Москва : Медицина, 2019. 226 с.
3. Дзюба Т. М. Криза в сучасному вимірі життєвого шляху особистості. *Кризи життєвого простору особистості, сім'ї та соціальних інституцій: матеріали*

*Всеукр. наук. – практ. конф. з міжнародн. участю.* Полтава, 15–17 лютого, 2013 р.  
Полтава : ПНПУ ім. В. Г. Короленка, 2013. С. 51 – 60.

4. Калшед Д. Внутренний мир травмы. Москва : Академический проект, 2001. 305 с.

5. Кордунова Н. О. Геронтопсихологія: матеріали для проведення психодіагностичного дослідження з людьми похилого віку. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. 140 с.

6. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал.* 2001. Т.22. №1. С. 16 – 24.

7. Марищук В. Л., Евдокимов В. И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. Санкт-Петербург : Издательский Дом «Сентябрь», 2001. 260 с.

8. Методическое пособие по работе с посттравматическими стрессовыми расстройствами. Санкт-Петербург : Гармония, 2001. 105 с.

9. Мовчан М. М. Самотність як феномен буття особистості : [монографія]. Полтава : РВВ ПУСКУ, 2009. 265 с.

10. Никифоров Г. С., Августова Л. И. Проблемы профессионального здоровья: исторический аспект. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г. С. Никифорова. Санкт-Петербург : Питер, 2003. С. 481 – 507.

11. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. Київ : Кондор, 2011. 469 с.

12. Полукордене К. О. Тюленевой В. Психологические кризисы и их преодоление. Вильнюс, 2006. 63 с.

13. Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. Москва: Академия, 2003. 460 с.

14. Пуховский Н. Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. Москва : Академический проект, 2000. 286с.

15. Пушкарев А. Л., Доморацкий В. А., Гордеева Е. Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. Москва : Издательство Института психотерапии, 2000. 128с.

16. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 320 с.

17. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія. Київ : Академвидав, 2005. 360 с.

18. Самоукина Н. В. Женское одиночество: полноценная жизнь или страдание? Москва : ООО «Издательство Астрель», 2004. 252 с.

19. Соловьёв И. В. Посттравматический стрессовый синдром: причины, условия, последствия. Оказание психологической помощи и психореабилитация. Москва : Медицина, 2000. 111 с.

20. Титаренко Т. М. Испытание кризисом : Одиссея преодоления. Киев : Изд. 2-е, испр. Москва : «Когито–Центр», 2010. 304 с.

21. Хараш А. У. Психология одиночества. *Педология – новый век.* 2000. № 4. С. 187–192.

22. Шагивалеева Г. Р. Одиночество и особенности его переживания студентами: [монография]. Елабуга : Изд. ОАО «Алмедиа», 2007. 157 с.



23. Эриксон Э. Восемь возрастов человека / Э. Эриксон. Детство и общество. Изд. 2-е, пер. и доп. / Пер. Алексеева А. А. Санкт-Петербург : Речь, 2002. С. 235–259.

### **Інформаційні ресурси**

1. Науковий вісник НАВС [Електронний ресурс]. – Режим доступу до сайту: (<http://www.naiu.kiev.ua/tlc/pages/biblio/visnik>).
2. Психологічний практикум [Електронний ресурс]. – Режим доступу до сайту: (<http://www.psyworld.info/ocenska-sposobov-reagirovaniya-v-konflikte-tomasa#more-570>).
3. Психологічний портал Психологія от А до Я [Електронний ресурс]. – Режим доступу до сайту: (<http://psyznaiyka.net/konfliktologiya.html>).
4. [www.psi.webzone.ru](http://www.psi.webzone.ru) – психологічний словник
5. [www.elib.org.ua](http://www.elib.org.ua) – цифрова бібліотека України
6. [www.psylib.kiev.ua](http://www.psylib.kiev.ua) – психологічна бібліотека Київського фонду сприяння розвитку психологічної культури
7. [www.ncuxo.org.ua](http://www.ncuxo.org.ua) – електронна енциклопедія психології
8. [www.osvita.org.ua](http://www.osvita.org.ua) – освітній сайт
9. <http://chitalka.info> – студентська електронна бібліотека
10. <http://uk.wikipedia.org> – Вікіпедія: вільна електронна енциклопедія (українська)
11. [www.lib.com.ua](http://www.lib.com.ua) - електронна бібліотека
12. [www.nbuv.gov.ua](http://www.nbuv.gov.ua) – Національна бібліотека України ім. Вернадського