

## **АНОТАЦІЯ вибіркової дисципліни**

### **«Екстремальна та кризова психологія»**

**Мета вивчення навчальної** - формування у здобувачів вищої освіти цілісне уявлення про психологічні механізми реагування особистості на екстремальні, небезпечні та кризові ситуації, розвинути навички психічної саморегуляції, стабілізації емоційних станів і професійної поведінки працівників правоохоронних органів у складних умовах службової діяльності.

**Очікувані результати навчання.** За результатами вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти повинні

**знати:**

1. предмет і завдання екстремальної та кризової психології;
2. класифікацію екстремальних і кризових ситуацій у правоохоронній діяльності;
3. психологічні реакції та механізми адаптації особистості до стресу, загрози та небезпеки;
4. чинники ризику професійної дезадаптації;
5. особливості поведінки людини у станах гострого стресу, паніки та шоку;
6. принципи психологічної допомоги у кризових станах;
7. методи профілактики емоційного виснаження, ПТСР та службового вигорання.

**вміти:**

1. аналізувати вплив екстремальних умов на психічні процеси, емоції та поведінку;
2. оцінювати рівень стресу, ризику дезадаптації й емоційного виснаження;
3. застосовувати методи саморегуляції, стабілізації та контролю емоційних станів;
4. надавати первинну психологічну підтримку постраждалим у кризових ситуаціях;
5. визначати фактори небезпеки та планувати стратегії психологічного захисту;
6. використовувати знання для збереження працездатності в екстремальних умовах;
7. розробляти заходи профілактики професійного вигорання та стресових розладів.

**Зміст програмного матеріалу:**

1. Предмет, завдання і методи екстремальної та кризової психології.
2. Психологічні реакції на загрозу, небезпеку й невизначеність.
3. Психологічна стійкість: моделі, чинники, шляхи розвитку.
4. Саморегуляція та емоційна стабілізація в екстремальних умовах.
5. Кризові стани особистості: види, динаміка, психічні механізми.
6. Первинна психологічна допомога у кризових ситуаціях.
7. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): ризики, прояви, профілактика.
8. Професійне вигорання у працівників правоохоронних органів.
9. Психологічна підтримка персоналу в умовах надзвичайних подій та бойових дій.

**Обсяг (у кредитах ЄКТС/годинах) 3/90**

**Форма контролю залік**

**Кафедра, що забезпечує викладання навчальної дисципліни кафедра соціальних дисциплін**

