

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Кафедра психології особистості та соціальних практик

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

Життєві кризи особистості

(шифр і назва навчальної дисципліни)

спеціальність С4 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

освітня програма 2.С4.00.02 Екстремальна та кризова психологія

(назва спеціалізації)

спеціалізація _____

(назва спеціалізації)

інститут, факультет, відділення Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти

(назва інституту, факультету, відділення)

2025 – 2026 навчальний рік

ОПИС ПРОГРАМИ ЕКЗАМЕНУ

Поля форми	Опис поля форми
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка	Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Кафедра психології особистості та соціальних практик	Столярчук Олеся Анатоліївна, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології особистості та соціальних практик
Програма екзамену з дисципліни	Життєві кризи особистості
Курс	1
Спеціальність	Спеціальність: С4 Психологія
Форма проведення: Письмова/усна/комбінована	Письмова (у формі тесту, що розміщений у ЕНК навчальної дисципліни за посиланням): https://elearning.kubg.edu.ua/mod/quiz/view.php?id=936232 (денна форма навчання) https://elearning.kubg.edu.ua/mod/quiz/view.php?id=948447 (заочна форма навчання)
Тривалість проведення:	Тривалість проведення: 2 академічні години (1 год. 20 хв.)
Максимальна кількість балів:	40 балів
Критерії оцінювання	Екзамен має на меті перевірку сформованості загальних та спеціальних компетентностей та програмних результатів навчання відповідно до освітньо-професійної програми. Відповідно до Освітньо-професійної програми 2.С4.00.02 Екстремальна та кризова психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності С4 Психологія, дисципліна «Життєві кризи особистості» забезпечує формування таких загальних і фахових компетентностей: • ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). • ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. • ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). • ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. • СК3. Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності. • СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію. • СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями • СКу12. Здатність вибудовувати передбачувану тактику профілактики дистресу чи кризового стану людини. • СКу14. Здатність до рефлексії та супервізії власної фахової діяльності. Відповідно до Освітньо-професійної програми 2.С4.00.02 Екстремальна та кризова психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності С4 Психологія, дисципліна «Життєві кризи особистості» забезпечує оволодіння такими результатами

	навчання: • РН4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій. • РНу15. Керувати людськими ресурсами, робочими процесами та поведінкою фахівців у складних і екстремальних професійних ситуаціях. • РНу16. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєстійкості (в тому числі в умовах війни). Зміст підсумкового контролю: проведення підсумкового тестування включає контроль теоретичної і практичної підготовки студента з програмного матеріалу навчальної дисципліни. Підсумковий тест включає випадкові питання різного рівня складності за всіма змістовими модулями: • 13 питань рівня А (прості питання); • 13 питань рівня Б (питання середнього рівня складності); • 14 питань рівня В (складні, пошукові питання). У підсумковому контролі використовуються такі види тестових завдань: • з вибором відповіді «Так / Ні», • з вибором однієї правильної відповіді, • з вибором двох або трьох правильних відповідей, • на встановлення відповідності запропонованих наборів тверджень, • на встановлення послідовності. Оцінка за підсумковий тест може складати від 0 (min) балів до 40 (max) балів. Надається лише одна спроба для проходження тесту.
Перелік допоміжних матеріалів:	-
Орієнтовний перелік питань:	1. Кризова психологія як наукова галузь, її предмет, категорії і завдання. 2. Поняття життєвої кризи та кризової ситуації. 3. Тлумачення життєвих криз: альтернативні наукові підходи. 4. Різновиди життєвих криз: альтернативні класифікації. 5. Поняття біографічної кризи, її види. 6. Типові симптоми життєвої кризи. 7. Специфіка гострого та латентного переживання особистістю життєвої кризи. 8. Динаміка переживання кризи особистістю. 9. Характеристика типів ставлення особистості до кризи. 10. Типи реакцій людини на переживання життєвої кризи. 11. Зміст картограми життєвої кризи. 12. Поняття про копінг, його функції та класифікація. 13. Характеристика копінг-стратегій за ознакою орієнтованості. 14. Характеристика копінг-стратегій за ознакою продуктивності. 15. Поняття про вікові кризи, їх призначення та типові симптоми. 16. Характеристика вікових криз епохи дитинства. 17. Характеристика вікових криз підліткового та юнацького віку. 18. Характеристика нормативних криз епохи ранньої дорослості. 19. Характеристика нормативних криз епохи середньої та пізньої

	дорослості. 20. Види втрат за ознакою детермінації та змісту. 21. Поняття про психічну втрату та травматичну кризу. 22. Переживання особистістю кризових станів в умовах війни. 23. Сімейна криза, її передумови та симптоми. 24. Характеристика нормативних сімейних криз. 25. Зміст нормативних сімейних криз бездітної родини. 26. Характеристика ненормативних сімейних криз. 27. Зміст психологічної допомоги особистості, яка переживає кризу втрати сімейного благополуччя. 28. Хвороба як причина особистісної кризи. 29. Характеристика внутрішньої картини хвороби. 30. Психологічна допомога особистості, яка переживає кризу втрати здоров'я. 31. Поняття про кризи професійного розвитку особистості. 32. Характеристика нормативних криз професійного розвитку. 33. Характеристика ненормативних криз професійного розвитку. 34. Характеристика стратегій переживання особистістю криз професійного розвитку. 35. Психологічна допомога особистості, яка переживає професійне вигорання. 36. Характеристика кризи втрати роботи. 37. Психологічна допомога особистості, яка переживає кризу втрати роботи. 38. Основні форми та методи роботи кризового психолога. 39. Перша психологічна допомога особистості у кризовому стані. 40. Етапи проведення консультації з особистістю, яка переживає кризу. 41. Психодіагностика особистості, яка переживає кризу. 42. Зміст і призначення кризової інтервенції. 43. Зміст і призначення психологічного дебрифінгу. 44. Особливості застосування методів кризової психології. 45. Специфіка надання психологічної допомоги дітям у кризовому стані. 46. Активізація особистісних ресурсів у посткризовому періоді. 47. Тлумачення представниками психодинамічного напрямку кризи та психологічної допомоги особистості (З. Фройд, К. Юнг, А. Адлер, К.Хорні). 48. Психологія тілесності та трансперсональна психологія як напрями терапії кризової особистості (В. Райх, О. Лоуен; С. Грофф). 49. Психодрама, логотерапія та екзистенціальна терапія як методи роботи з особистістю, що переживає кризу (Я. Морено, В. Франкл, І. Ялом). 50. Ідеї та техніки гуманістичної психології як підґрунтя психологічної допомоги особистості в умовах кризи (А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм).
Затверджено на засіданні кафедри психології особистості та соціальних практик (протокол № 19 від 10 листопада 2025 р.)	

Екзаменатор



(підпис)

Олеся СТОЛЯРЧУК

Завідувач кафедри



(підпис)

Світлана КАЛІЩУК