

Міністерство освіти і науки України
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет психології
Кафедра практичної психології та психодіагностики

Р. П. Федоренко

ПСИХОЛОГІЯ СУЇЦИДУ

Методичні рекомендації до освітнього компонента
«Психологія суїциду»
для здобувачів вищої освіти
спеціальності «Практична психологія» ОС «Бакалавр»

Луцьк
Вежа-Друк
2023

УДК 159.97.179.7(072)

Ф 33

Рекомендовано до друку науково-методичною радою
Волинського національного університету імені Лесі Українки
(протокол № 6 від 15 лютого 2023 року)

Рецензенти:

Гошовський Я. О. – доктор психологічних наук, професор кафедри педагогічної та вікової психології Волинського національного університету імені Лесі Українки;

Пастрик Т.В. – кандидат психологічних наук, доцент, ректор КЗВО «Волинський медичний інститут» Волинської обласної ради.

Ф 33 Федоренко Р.П.

Психологія суїциду: методичні рекомендації до освітнього компонента «Психологія суїциду». Луцьк, Вежа-Друк: 2023. 40с.

У методичних рекомендаціях до ОК «Психологія суїциду» відображено важливі науково-методичні положення щодо теорій та концепцій суїцидальної поведінки; тематика лекційних занять присвячена розкриттю мотивації та факторів, що детермінують суїцидальні спроби, а також основним методам діагностики, які можна використовувати в практичній роботі психолога для виявлення осіб, схильних до суїцидальних намірів. Особливу увагу приділено методикам і технікам терапії щодо осіб, які здійснили спробу самогубства. Навчально-методичні рекомендації містять: силабус навчальної дисципліни, зміст практичних занять, завдання для самостійної роботи, ІНДЗ, питання до самоконтролю, інформаційні ресурси та рекомендовану літературу.

УДК 159.97.179.7(072)

Федоренко Р. П., 2023

ВСТУП

У методичних рекомендаціях до курсу «Психологія суїциду» для здобувачів вищої освіти ОПП «Практична психологія» висвітлено важливі питання теоретичного матеріалу щодо особливостей суїцидальної поведінки; запропоновано основні методи і методики для виявлення суїцидальних намірів. Практичними завданнями і самостійною роботою передбачено розширення знань і формування навичок практичної роботи психолога з клієнтами із суїцидальними схильностями та членами їхніх сімей.

Навчальне видання складене з урахуванням сучасних теоретичних і практичних вимог до знань, умінь і навичок, необхідних майбутнім психологам при наданні психологічної допомоги клієнтам із суїцидальними намірами та подальшій терапії щодо осіб, які здійснили спробу самогубства. Запропоновано практичні розробки засобів допомоги особам, схильним до суїцидальних дій, та їх найближчому оточенню.

Основним завданням вивчення дисципліни «Психологія суїциду» є проведення лекційного курсу, практичних занять та самостійної роботи студентів, а також за результатами отриманих знань – виконання індивідуального навчально-дослідного завдання (ІНДЗ). Передбачені види занять включають послідовне представлення матеріалу, що забезпечує надання знань студентам з особливостей проведення психологічного дослідження та закріплення цих знань у відповідності з планом вивчення дисципліни.

Значна роль відводиться превентивній роботі психолога щодо попередження суїцидальних намірів серед населення. Особлива увага приділяється запобіганню випадків самогубства серед дітей та підлітків.

Анотація курсу. Курс спрямований на теоретичне вивчення та практичне застосування знань з основних питань психології самогубства, опанування майбутніми практичними психологами науковими теоріями саморуйнівної поведінки, основними її чинниками, засвоєння прикладних аспектів зазначеної проблеми і формування навичок надання психологічної допомоги при суїциді.

Спецкурс «Психологія суїциду» належить до циклу нормативних дисциплін, спрямованих на практичну підготовку фахівця – психолога-практика.

Пререквізити: Вивчення дисципліни базується на дисциплінах загального та професійного циклів підготовки попередніх років навчання: загальна психологія, основи практичної психології, психодіагностика та математичні методи в психології, психологічне консультування.

Постреквізити: сімейне консультування та терапія, психологія екстремальних ситуацій.

Мета курсу: ознайомлення студентів із широким колом теоретико-методологічних питань психології суїциду, формування системи наукових знань в галузі теорії суїцидальної поведінки, практики психологічного консультування та терапії осіб із суїцидальними намірами, вмій та навичок консультативної роботи з клієнтами з аутоагресивною поведінкою та попередження суїцидальних спроб серед населення.

Завданням курсу передбачається формування у студентів:

- знань з теорії суїцидальної поведінки, мотивації та факторів, які детермінують суїцидальну спрямованість особистості;
- понятійного апарату з психології суїциду на базі ознайомлення з основною психологічною літературою;
- вмій та навичок роботи з діагностичними методиками із суїцидології та інтерпретації отриманих даних для постановки психологічного діагнозу;
- навичок проведення консультування осіб, схильних до суїцидальних намірів, та опанування студентами методиками та техніками терапії щодо осіб, які здійснили спробу самогубства.

Результати навчання (Компетентності):

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів і характеризуються комплексністю і визначеністю умов.

Загальні компетентності:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК9. Здатність працювати в команді.

Додаткові загальні компетенції:

ЗК-12. Здатність планувати та керувати часом.

ЗК-13. Здатність спілкуватися рідною мовою як усно, так і письмово.

ЗК-14. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації, здійснення безпечної діяльності.

ЗК-15. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну діяльність, відповідно до запиту.

СК11. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та розвитку.

Додаткові спеціальні компетенції:

СК-13. Здатність здійснювати психоконсультативну роботу відповідно до запиту під супервізією викладача-практика (супервізора).

СК-14. Здатність до досягнення необхідних стандартів знань та умінь з психології для продовження навчання на наступному рівні вищої освіти.

СК-15. Здатність до розроблення концептуальних та інноваційних проектних рішень з планування психологічної діяльності (супроводу).

СК-16. Здатність до достатніх фахових компетентностей, щоб претендувати на первинні посади щодо психологічної діяльності.

Програмні результати навчання:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР4. Обґрунтувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.

ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
Денна форма навчання	05 Соціальні та поведінкові науки 053 Психологія (Психологія) 053 Психологія (Практична психологія) Бакалавр	Вибіркова
Кількість годин/кредитів 180 / 6		Рік навчання 3
		Семестр 6-ий
ІНДЗ: є		Лекції 28 год.
		Практичні 28 год.
		Лабораторні 28 год.
Мова навчання українська		Самостійна робота 88 год.
	Консультації 8 год.	
		Форма контролю: залік

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Структура навчальної дисципліни представлена у вигляді таблиці 2.

Табл.2

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лекц.	Практ.	Лаборатор	Консультац	СамРоб.	Форма контролю/ бали
Змістовий модуль 1. Теоретичні основи особливостей суїцидальної поведінки різних категорій осіб							
Тема 1. Теоретичні основи психології суїцидальної поведінки.	14	2	4			8	
Тема 2. Загальнопсихологічні особливості суїциду. Суїцид і суїцидоподібні вчинки.	18	4	4		1	8	
Тема 3. Соціальні фактори мотивації суїцидальної поведінки*	12	2	2		1	8	
Тема 4. Соціально-психологічні, індивідуально-психологічні та особистісні чинники виникнення та	20	4	2	4	1	8	

перебігу суїцидальної поведінки у молоді.							
Тема 5. Психологічні особливості суїциду неповнолітніх.	20	2	4	4	1	10	
Тема 6. Психологічні особливості суїцидальної поведінки окремих категорій осіб (засуджених, військовослужбовців та ін.)	22	4	2	4	1	10	
Разом за модулем 1	106	18	18	12	5	52	
Змістовий модуль 2. Специфіка надання психологічної допомоги особам із суїцидальними намірами							
Тема 7. Корекція суїцидальності.	22	2	4	4	1	12	
Тема 8. Методи психологічної профілактики та корекції суїцидальних тенденцій в учнівській молоді.	24	4	2	4	1	12	
Тема 9. Формування навичок психологічної допомоги при суїциді*	28	4	4	8	1	12	
Разом за модулем 2	74	10	10	16	3	36	
Всього годин:	180	28	28	28	8	88	
Види підсумкових робіт							Бал
Контрольна робота							30
Практичні/лабораторні/ІНДЗ							28/28/14
Інше (додаткові бали: участь у науково-практичних заходах, курсах за відповідною проблематикою, публікації наукових м-лів і т.п.)							3-5
Всього годин/балів	180	28	28	28	8	88	100

** До проведення заняття із навчальної дисципліни залучається практичний психолог Волинської обласної психіатричної лікарні № 1*

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

Практичне завдання № 1 (2 год.)

Тема: Проблема суїциду в Україні.

Питання для обговорення:

1. Характеристика сучасного стану проблеми суїциду в Україні: основні тенденції та риси.
2. Кризове суспільство як сприятливий фактор виникнення суїцидальних тенденцій.
3. Особливості організації допомоги суїцидентам в Україні.

Практичне завдання № 2 (2 год.)

Тема : Загальнопсихологічні особливості суїциду.

Питання для обговорення:

1. Культуральний аспект проблеми смерті.
2. Проблема самогубства у художній літературі.
3. Оцінка самогубства в традиціях різних народів.
4. Яку природу має явище самогубства?
5. Чи припустима однозначна оцінка сили вчинку самогубства?

Теми рефератів:

Психологічний портрет самогубці (на матеріалі аналізу особистості літературно-художнього персонажа).

Практичне завдання № 3 (6 год.)

Тема: Діагностика суїцидальних тенденцій.

Питання для обговорення:

1. Використання опитувальників і шкал на визначення депресивних станів та тривожності.
2. Застосування проєктивних методик для діагностики суїцидальних тенденцій.
3. Складання профілю біографії та визначення типу її структури за розповіддю історії життя.
4. Визначення типів акцентуйованих особистостей, для яких суїцидальна поведінка може бути найбільш властивою. Обґрунтувати свої міркування.

Теми рефератів:

1. Зв'язок характерологічних рис і суїцидальних тенденцій особистості.

Практичне завдання № 4 (6 год.)

Тема: Профілактика підліткового суїциду.

Питання для обговорення:

1. Детермінанти суїцидальної поведінки дітей та підлітків в Україні.
2. Роль алкоголю та наркотиків у виникненні та реалізації суїцидальних тенденцій у підлітковому віці.
3. Порушення батьківсько-дитячих взаємин як чинник суїцидальних намірів серед осіб дитячого та підліткового віку.

Практичне завдання:

Розробка багатоаспектної програми профілактики самогубств серед підлітків, яка могла би бути запропонована для реалізації у освітніх та виховних закладах та для позашкільної роботи з підлітками.

Теми рефератів:

1. Соціально-психологічні передумови суїцидальної поведінки підлітків та юнацтва.
2. Суїцидальні дії підлітків при психічному інфантілізмі та іншій пограничній психопатології.

Практичне завдання № 5 (4 год.)

Тема: Ризик суїциду у психічно хворих осіб.

Питання для обговорення:

1. Прогностичні ознаки суїцидентів із депресивним станом.
2. Основні відмінності у суїцидальній поведінці депресивно хворих і осіб, що дали гостру афективну реакцію
3. Ознаки суїцидальної небезпеки при шизофренії.
4. Зовнішні фактори, які підвищують ризик самогубства при психопатіях.

Теми рефератів:

1. Суїцидонебезпечні стани в осіб інволюційного віку та їх профілактика.
2. Чинники суїцидальної поведінки у хворих на шизофренію.
3. Частота і поширеність самогубств серед психічно хворих.

Практичне завдання № 6 (6 год.)

Тема: Методи психокорекційної роботи з суїцидентами

Питання для обговорення:

1. Психодіагностика суїцидальної поведінки.
2. Техніки психологічного консультування.
3. Застосування методів психотерапії при постсуїцидальній кризі.

Практичні завдання з відпрацювання окремих технік:

1. Встановлення невербального контакту.
2. Техніка відображення почуттів. Техніка зворотнього зв'язку.
3. Освоєння директив як методу впливу.
4. Засвоєння техніки переказу як методу впливу у ситуації інтерв'ю.
5. Прийоми роботи з аутоагресією.
6. Прийоми пошуку альтернативних рішень.

Завдання для самостійної роботи: Написати листа від імені психолога людині, яка зважилася на самогубство (підліткові чи дорослому – на вибір). Можливий алгоритм написання листа: - означити розподіл відповідальності; - уточнити можливості психолога і адресата; повідомити без оціночно психологічну інформацію; - окреслити свою позицію через зворотній зв'язок; - намітити перспективи адресата.

Практичне завдання № 7 (2 год.)

Тема: Психологічна допомога при суїциді.

Питання для обговорення:

1. Основні техніки психологічної допомоги.
2. Особливості телефонного консультування осіб із суїцидальними намірами.
3. Психологічна допомога людям, які пережили суїцид близьких.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Гашека Т. В. Практичні рекомендації для проведення психокорекційної роботи з підлітками за наявності суїцидальних ідецій / Т. В. Гашека // Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 7. С. 68–72.
2. Гашека Т. В. Профілактика самогубства серед підлітків: методика для вимірювання суїцидальної поведінки / Т. В. Гашека // Практична психологія та соціальна робота. 2005. № 4. С. 53–56.
3. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості: монографія / Я. Гошовський. Дрогобич: Коло, 2008. 525 с.
4. Крилова Л. Батькам про підлітковий суїцид [Електронний ресурс] / Г. Романенко. Режим доступу: <http://ua.racurs.ua/1233-pro-pidlitkovyyu-suyicyd>
5. Лісова О. С. Психологія суїцидальної поведінки / О. С. Лісова. Чернівці : [б. в.], 2004. 233 с.
6. Магдисюк Л. І. Медико-психологічне консультування : навч.-метод. посіб. / Людмила Іванівна Магдисюк, Раїса Петрівна Федоренко. – Луцьк : Вежа-Друк, 2020. 332 с.
7. Магдисюк Л. І. Практикум психологічного консультування в юридичній сфері : навч. Посіб. Для студ. Вищ. Навч. Закл. III–IV рівнів акредитації / Людмила Іванівна Магдисюк, Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. 320 с.
8. Мельник А. П. Патопсихологія та спецпрактикум з клінічної психодіагностики: навчально-методичний посібник / А. П. Мельник, Л. І. Магдисюк, Т. І. Дучимінська. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 152 с.
9. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: кол. моногр./ М.І.Мушкевич, Р.П.Федоренко, А.П.Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М.І.Мушкевич . Луцьк : Вежа –Друк, 2015. 275с.
10. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів: на допомогу практичному психологу : навч.метод.посіб. / Л.І.Магдисюк, Р.П.Федоренко, А.П.Мельник, О.М.Хлівна, Т.І.Дучимінська. Вид. 2-ге, змін. та доп. Луцьк : ВежаДрук, 2022. 276 с.
11. Рибалка В. В. Психологічна профілактика суїцидальних тенденцій проблемної особистості / В. В. Рибалка. К. : Шкільний світ, 2009. 119 с.
12. Романовська Д., Робота з підлітками, схильними до суїциду / Д. Романовська, С. Собкова // Психолог. 2006. Квіт. (№ 15). С. 26–29. (Психопрофілактика суїциду).
13. Федоренко Р. П. Психологічна допомога в клініці: навчально-методичний посібник / Р. П. Федоренко, О. М. Хлівна, Т. І. Дучимінська, Л. І. Магдисюк, С. В. Борцевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 224 с.

14. Федоренко Р. П. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Р. П. Федоренко, К. І. Шкарлатюк. Луцьк : СНУ ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.
15. Федоренко Р. П. Психологія молоді сім'ї та сімейна криза : монографія / Р. П. Федоренко. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. 168 с.
16. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 496 с.
17. Федоренко Р. П. Психологія суїциду [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа - Друк. 2016. 340 с.
18. Федоренко Р. П. Психологія суїциду [Текст] : навч. посіб. Раїса Петрівна Федоренко. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа - Друк. 2023. 520 с.
19. Хазратова Н. В. Психологічні проблеми та особистісні кризи студентського віку / Н. В. Хазратова // Особистісні кризи студентського віку : зб. наук. статей / за ред. Т. М. Титаренко. Луцьк, 2001. С. 14–18.
20. Цимбалюк І. Самогубство як проблема девіантної поведінки / І. Цимбалюк // Психолог. 2003. Груд. (№ 46). С. 12–14.

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЯ СУЇЦИДУ»

Важливою формою навчання є практичні заняття, які дають можливість значно розширити пізнання предмету шляхом вивчення додаткової літератури та сформувати вміння і навички практичного застосування отриманих теоретичних знань шляхом індивідуального виконання студентом відповідно сформульованих завдань.

Проведення практичних занять названої освітньої компоненти спрямоване на глибоке вивчення природи суїциду, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників виникнення і перебігу суїцидальних тенденцій і ситуацій, шляхів вияву і засобів профілактики суїцидальної поведінки.

Під час проведення практичного заняття студенти роблять повідомлення, невеликі доповіді і реферати, предметом яких можуть бути не тільки вказані в темі практичних занять питання, але і окремі, як правило, особливі, випадки, які носять дискусійний характер та ін.

Практичні заняття з навчального курсу „Психологія суїциду” орієнтовані також на оволодіння студентами методами виявлення суїцидальних схильностей і поведінки потенційних суїцидентів та конкретними методами психологічної профілактики суїцидальних тенденцій серед населення (на наведених конкретних прикладах роботи психолога з суїцидентами).

Практичні заняття включають проведення попереднього контролю знань, умінь та навичок студентів, постановку загальної проблеми викладачем і її обговорення за участю студентів. Оцінки, отримані студентом за окремі практичні заняття, враховуються при виставленні підсумкової оцінки з даної дисципліни.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

З/П	Тема
1	<p>Тема: Теоретичні основи психології суїцидальної поведінки (10 год.)</p> <p style="text-align: center;"><i>План:</i></p> <p>Соціально історичний аспект проблеми самогубства. Проблема суїциду в Україні. Основні тенденції та риси суїциду в Україні.</p>
2	<p>Тема: Загальнопсихологічні особливості суїциду. Суїцид і суїцидоподібні вчинки (8 год.)</p> <p style="text-align: center;"><i>План:</i></p> <p>Основні теорії суїцидальної поведінки. Психологічні особливості особистості суїцидентів. Соціально-психологічні фактори ризику, що сприяють виникненню суїцидальних проявів.</p>
3	<p>Тема: Соціальні фактори мотивації суїцидальної поведінки (10 год.)</p> <p style="text-align: center;"><i>План:</i></p> <p>Суспільне ставлення до самогубства як фактор суїцидальності. Навіювання суїцидальних настроїв засобами масової інформації, літературними творами. Групова згуртованість як чинник, що впливає на суїцидальність</p>
4	<p>Тема: Соціально-психологічні, індивідуально-психологічні та особистісні чинники виникнення та перебігу суїцидальної поведінки у молоді (10 год.)</p> <p style="text-align: center;"><i>План:</i></p> <p>Детермінанти суїцидальної поведінки дітей та підлітків в Україні. Ознаки суїцидальної поведінки дітей та підлітків.</p>

	<p>Роль алкоголю та наркотиків у виникненні та реалізації суїцидальних тенденцій у підлітковому віці. Особливості ставлення оточуючих до суїцидальних проявів.</p>
5	<p><u>Тема:</u> Психологічні особливості суїциду неповнолітніх (10 год.) <i>План:</i> Сімейні фактори суїцидальності неповнолітніх. Суїцидогенні переживання неповнолітніх. Суїцидонебезпечні ситуативні реакції підлітків.</p>
6	<p><u>Тема:</u> Психологічні особливості суїцидальної поведінки окремих категорій осіб (засуджених, військовослужбовців та ін.) (10 год.) <i>План:</i> Соціально-психологічні чинники самогубства в похилому віці. Психологічні особливості виникнення суїцидальних намірів військовослужбовців. Соціально-психологічні фактори суїцидальної поведінки засуджених.</p>
7	<p><u>Тема:</u> Корекція суїцидальності (10 год.) <i>План:</i> Організаційні і правові принципи подання допомоги суїцидентам. Психотерапія як метод корекції і превенції суїцидальної поведінки. Профілактика ауто агресивної поведінки.</p>
8	<p><u>Тема:</u> Методи психологічної профілактики та корекції суїцидальних тенденцій в учнівській молоді (10 год.) <i>План:</i> Характеристика методик вивчення схильності до суїцидальної поведінки Психотерапія як метод превенції аутоагресивної поведінки молоді.</p>

	Спілкування батьків і оточення зі схильними до суїцидальної поведінки дітьми та підлітками.
9	<p><u>Тема:</u> Формування навичок психологічної допомоги при суїциді (10 год.)</p> <p><i>План:</i></p> <p>Техніки психологічної допомоги при суїциді. Групова робота з суїцидентами. Особливості переживання людьми самогубства близьких. Психологічна допомога людям, які пережили суїцид близьких.</p>

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПРОВЕДЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

Актуальність і значущість оволодіння матеріалами названого курсу передбачають інтенсивну самостійну роботу студента над спеціальною навчальною та науковою літературою, науковими статтями та діагностичним інструментарієм.

Самостійна робота студента є основним засобом засвоєння навчального матеріалу в час, вільний від обов'язкових навчальних занять, без участі викладача.

Самостійна робота студентів при опануванні матеріалом навчального курсу "Психологія суїциду" включає:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;
- вивчення окремих питань, що не розглядаються у курсі лекцій;
- підготовку до практичних занять;
- завдання з опрацювання окремих статей та ситуацій;
- відпрацювання окремих технік психологічного консультування (встановлення невербального контакту; техніка відображення почуттів; техніка зворотного зв'язку; освоєння директив як методу впливу; засвоєння техніки переказу як методу впливу у ситуації інтерв'ю; прийоми роботи з аутоагресією; прийоми пошуку альтернативних рішень);
- самостійний підбір та проведення діагностичних методик щодо завдань з ІНДЗ;
- систематизацію вивченого матеріалу та підготовку до заліку.

Самостійна робота реалізується у виступах студентів з доповідями, повідомленнями на практичних заняттях, наукових гуртках, наукових конференціях і т.д.

У процесі самостійної роботи студентам надається методична допомога, а також здійснюється контроль та аналізуються її результати викладачем.

ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ „ПСИХОЛОГІЯ СУЇЦИДУ”

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) студентів передбачає оволодіння методами, формами, технологією консультативного процесу в роботі з різними категоріями клієнтів, формування навичок постановки психологічного діагнозу, адекватного та вмілого використання діагностичних методик, теоретико-практичної інтерпретації особистості клієнта та його проблеми, проведення психокорекційної роботи з клієнтами, що перебувають у посттравматичному чи депресивному стані, а також особами із суїцидальними намірами.

Результатом виконаного ІНДЗ є оформлення карток індивідуальної роботи з клієнтом, у яких вказується суть звернення, поставлений психологічний діагноз, зміст проведеної консультативно-корекційної роботи, результативність проведеної роботи, намічені стратегії подальшої корекційної роботи з даним клієнтом.

(Зразок картки індивідуальної роботи поданий нижче).

№ _____

Карта індивідуальної роботи з клієнтом

1. Ім'я та по-батькові клієнта _____

2. Вік клієнта _____ років

3. Освіта _____

4. Професія _____

5. Професійна діяльність на даний час _____

6. Сімейний стан:

одружений _____ скільки років _____

одинокий, без постійного партнера _____

не в шлюбі, з постійним партнером _____

розлучений _____, вдівець _____

другий шлюб _____

одинокий, проживає з батьками _____

7. Кількість дітей _____ від якого шлюбу _____

8. Вік дітей _____

9. Зв'язок з дітьми (емоційний, матеріальний і ін.) _____

10. Професія та професійна діяльність партнера _____

11. Батьки клієнта:

обоє батьки живі _____

живий тільки один з батьків _____, хто саме _____

вік _____

обоє батьки померли _____

інша сімейна ситуація _____

12. Професії батьків:

батько _____ освіта _____

мати _____ освіта _____

13. Кількість братів, сестер _____, вік _____

сіблінгова позиція клієнта _____

14. Сімейна соціограма:

15. Дата первинного звертання _____

16. Характеристика фізичного стану:

добре _____ середнє _____ погане _____

16. Характер сну: глибокий, поверхневий, розлади сну (безсоння, важко засинати, страшні сновидіння).

17. Загальне уявлення:

відповідає віку _____, виглядає молодше _____, передчасне старіння _____.

18. Стан харчування:

нормальний _____, підвищений _____, понижений _____

19. Перенесені операції, захворювання, перебування в лікарні :

20. Скарги на даний час про стан здоров'я: _____

21. Результати лікування _____

22. Сімейний анамнез, захворювання членів сім'ї _____

23. Характеристика сексуальності:

статеве життя з _____ років

статєва активність на даний час, задоволеність статєвими стосунками

24. Коло спілкування (стосунки з сусідами, знайомими, друзями):

25. Характеристика вільного часу (спорт, книги і ін.):

26. Основні риси характеру:

- Загальна слабкість, втомлюваність;
- замкнутість;
- навіюваність;
- неможливість відв'язатись від якоїсь думки чи мелодії;
- сором'язливість;
- нерішучість, невпевненість;
- вразливість, образливість;
- нестійкість настрою;
- знижений фон настрою (поганий буває частіше);
- роздратованість, імпульсивність (без втрати контролю над собою);
- те ж , але з втратою контролю над собою.

27. Короткий зміст скарги клієнта (що і коли трапилось з ким)

28. Загальні враження про клієнта:

Аналіз скарги:

29. Суб'єктивний локус скарги _____

30. Об'єктивний локус скарги _____

31. Проблема (суть утруднень клієнта: "хочу те-то, та не можу"):

32. Самодіагноз (як пояснює клієнт причини утруднень):

33. Запит (якої допомоги чекає: “навчіть”, “порадьте”, “вплиньте”)

34. Характер консультації:

- а) загальна емоційна підтримка;
- б) підтримка прийнятого рішення;
- в) аналіз і обговорення життєвої ситуації та життєвої альтернативи;
- г) інформування – направлення в інші заклади;
- д) мотивування на пошук психіатричної допомоги;
- е) інформація про подружні взаємини;
- є) інформація про сексуальні стосунки;
- ж) інформація про вікові особливості дітей;
- з) рекомендації в області сімейних взаємин, взаємин з дітьми, сексуальних стосунків, особистих проблем;
- і) інші рекомендації _____
- к) інші форми (вказати) _____

35. Випадок належить до категорії гострих, тих, що потребують негайної допомоги (так, ні).

36. Випадок несе суїцидальну небезпеку (так, ні).

37. Випадок вимагає додаткових зустрічей (так, ні).

38. Випадок вимагає передачі іншому консультанту (так, ні).

39. Випадок потребує психіатричної діагностики і консультування (так, ні).

40. Випадок потребує інших видів діагностики (вказати, яких саме).

41. Необхідність запитів в медичні заклади (є, немає).

42. Випадок обговорення на нараді консультантів (так, ні)

- рекомендації консультанту для подальшої роботи

- клієнт переданий (так, ні) консультанту.

43. Подальша робота з клієнтом (результати діагностики):

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Політика викладача щодо студента: відвідування занять є обов'язковим. За умови відвідування та якісної підготовки до занять студент може набрати максимальну кількість балів поточного оцінювання. За наявності об'єктивних причин (відрадження, стажування, хвороба тощо) студент може перездати тему курсу, навчатися он-лайн. За бажанням підвищити рейтинг, студент може добрати бали, виконавши певний вид робіт.

МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Оцінювання знань студентів відбувається на семінарах та лабораторних заняттях, контрольних роботах; також оцінюються завдання для самостійної роботи та індивідуальні завдання, інші види робіт, що виконуються студентами протягом семестру.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Поточний контроль здійснюється на кожному семінарському та лабораторному заняттях за результатами виконання практичних завдань й усних відповідей студентів із теми, що вивчається.

Усні відповіді студентів за кожне семінарське та лабораторне заняття першого – другого змістових модулів оцінюється таким чином:

1 бал виставляється на семінарському занятті за поверхневу відповідь на основі прочитаної лекції: відповідь хаотична, фрагментарна, відтворення заученого матеріалу без усвідомлення його суті, без використання демонстраційного матеріалу; 2 бали студент отримує в тому разі, якщо ця відповідь правильна, чітка, структурована, логічна, повна. 2 бали студент отримує за лабораторне заняття, на якому демонструє уміння правильного використання методів та методик діагностики в практичній діяльності, з творчими пропозиціями та інтерпретаціями.

Максимально за усні відповіді на практичних та лабораторних заняттях першого-другого змістовних модулів студент може набрати 56 балів. По завершенні першого модуля студенти виконують контрольну роботу, за яку можуть набрати 30 балів. Другий модуль завершується виконанням ІНДЗ, яке передбачає оцінювання у сумі 14 балів.

Разом з тим, здобувачам нараховуються додаткові бали з дисципліни за участь у заходах, які організуються кафедрою, а саме: науково-дослідна робота, підготовка наукових статей, відповідно до тематики, що вивчається; розробка тренінгових занять до розділів курсу; підготовка матеріалів та доповідей на наукових конференціях, семінарах; участь у роботі Психологічного фестивалю; навчання на курсах підвищення професійної компетентності. Загальна кількість додаткових балів, яку здобувач може отримати протягом вивчення навчальної дисципліни, становить 3-5 балів.

Політика щодо академічної доброчесності

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає:

- Самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного контролю результатів навчання;
- Списування під час контрольних робіт заборонене.
- Письмові роботи студента обов'язково проходять перевірку на наявність плагіату (допускається не більше 20 % текстових запозичень).
- Посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- Дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; дотримання принципів та положень Етичного кодексу психолога (<http://nsj.gov.ua/files/1448287570%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf>);
- Надання достовірної інформації про результати власної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

За порушення академічної доброчесності (плагіат, фальсифікація, списування, обман тощо) здобувачі освіти можуть бути притягнені до академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування з Університету.

Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 25%. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних пристроїв).

Політика щодо дедлайнів та перескладання: Максимально оцінюється робота студента на занятті (за умови успішної відповіді). За наявності об'єктивних причин (відрадження, стажування, хвороба тощо) студент може перездати тему курсу.

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за певний вид діяльності). Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ

Максимальна кількість балів, які студент може набрати за результатами оцінювання всіх видів навчальної діяльності, дорівнює 100.

У випадку незадовільної підсумкової оцінки, або за бажанням підвищити рейтинг, студент може добрати бали, виконавши певний вид робіт (наприклад, здати одну із тем, або перездати якусь тему, написавши підсумковий тест тощо).

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Лінгвістична оцінка
90 – 100	Зараховано
82 – 89	
75 - 81	
67 -74	
60 - 66	
1 – 59	Незараховано (необхідне перескладання)

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА САМОКОНТРОЛЮ З ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЯ СУЇЦИДУ»

1. Соціально-історичний аспект проблеми самогубства.
2. Поняття та основні теорії суїцидальної поведінки.
3. Особливості переживання людьми самогубства близьких.
4. Основний психологічний зміст передсмертних послань суїцидентів.
5. Проблема суїциду в Україні. Основні тенденції та риси суїциду в Україні.
6. Суїцидальна мотивація.
7. Неусвідомлюване самогубство.
8. Ризикована гра і ризикована безпечність.
9. Психопатологічне і афективно-невропатичне самогубства.
10. Демонстративно-шантажна форма суїцидальної поведінки.
11. Внутрішні і зовнішні форми суїцидальної поведінки.
12. Способи самогубства.
13. Основні теорії суїцидальної поведінки.
14. Психологічні особливості особистості суїцидентів.
15. Соціально-психологічні фактори ризику, що сприяють виникненню суїцидальних проявів.
16. Особливості суїцидальних тенденцій.
17. Групова згуртованість як чинник, що впливає на суїцидальність.
18. Мотиваційні фактори суїцидальної поведінки.
19. Соціальні засади мотивації егоцентричного самогубства.
20. Соціальні засади мотивації альтруїстичного самогубства.
21. Соціальні засади мотивації анемічного суїциду.
22. Взаємодія суспільної згуртованості і сонячної активності у впливі на суїцидальність.
23. Суспільне ставлення до самогубства як фактор суїцидальності.
24. Навіювання суїцидальних настроїв засобами масової інформації, літературними творами.
25. Особливості виникнення та перебігу суїцидальної поведінки у молоді.
26. Захисні антисуїцидальні фактори.
27. Формування адекватного ставлення оточуючих людей до суїцидальних проявів і можливостей їх виявлення та подолання.
28. Психодіагностика суїцидальних схильностей і дій учнів загальноосвітніх, професійно-технічних та вищих навчальних закладів.
29. Карта визначення ризику суїцидальності (В. М. Прийменко).
30. Детермінанти суїцидальної поведінки дітей та підлітків в Україні.
31. Роль алкоголю та наркотиків у виникненні та реалізації суїцидальних тенденцій у підлітковому віці.
32. Особливості аутоагресивної поведінки молоді.
33. Психологічні особливості суїциду неповнолітніх.
34. Суперечливі позиції в суїцидології неповнолітніх.
35. Імпульсивність, емоційна незрілість, емоційна нестійкість як суїцидогенні особливості психіки неповнолітніх.

36. Зовнішні чинники суїцидальності неповнолітніх.
37. Сімейні фактори суїцидальності неповнолітніх.
38. Суїцидогенні переживання неповнолітніх.
39. Суїцидонебезпечні ситуативні реакції підлітків.
40. Індивідуально-психологічні та особистісні чинники виникнення суїцидальної поведінки у молоді.
41. Самогубство серед осіб похилого віку.
42. Особливості суїцидальної поведінки військовослужбовців.
43. Особливості суїцидальної поведінки засуджених.
44. Соціально-психологічні чинники самогубства в похилому віці.
45. Соціально-психологічні фактори суїцидальної поведінки засуджених.
46. Особливості суїцидальних тенденцій окремих категорій осіб.
47. Психодіагностика аутоагресивної (суїцидальної) поведінки.
48. Психотерапія як метод корекції і превенції аутоагресивної (суїцидальної) поведінки.
49. Профілактика аутоагресивної (суїцидальної) поведінки.
50. Основні методи психокорекційної роботи з суїцидентами.
51. Організаційні і правові принципи подання допомоги суїцидентам.
52. Психотерапія як метод корекції і превенції суїцидальної поведінки.
53. Бажана упереджувальна поведінка батьків та оточуючих із схильними до суїциду дітьми та підлітками.
54. Рекомендації педагогічним працівникам щодо надання превентивної допомоги учневі при потенційному суїциді.
55. Професійні науково-методичні заходи і підходи у профілактичній та корекційній роботі психологів із суїцидентами.
56. Психотерапія як метод превенції аутоагресивної поведінки.
57. Особливості переживання людьми самогубства близьких. Особливості профілактики аутоагресивної поведінки
58. Виявлення психологічного сенсу суїциду.
59. Техніки психологічної допомоги: активне слухання.
60. Особливості телефонного консультування клієнта який виявляє суїцидальні наміри.
61. Принципи консультування суїцидального клієнта.
62. Психологічна допомога людям, які пережили суїцид близьких.
63. Характеристика методик вивчення схильності до суїцидальної поведінки.
64. Особливості роботи психолога з клієнтами із суїцидальними намірами.

КОРОТКИЙ ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

Агресія – цілеспрямована деструктивна поведінка, що суперечить нормам і правилам співіснування людей у суспільстві, завдає шкоди об'єктам нападу (живим і неживим), заподіює фізичний збиток людям або викликає у них психологічний дискомфорт.

Активна роль (психолога, клієнта) у психологічному консультуванні (у корекційній роботі) – ініціативні, активні дії, які здійснює психолог-консультант чи клієнт у ході проведення психологічного консультування чи психокорекційної роботи. Ці дії розраховані на те, щоб якомога легше та швидше досягнути поставленої мети.

Альтернативні способи поведінки клієнта – різні, нерідко протилежні, способи поведінки клієнта, пов'язані з практичним вирішенням його проблеми.

Альтруїстичний суїцид – пожертвування свого життя задля порятунку або принесення блага іншому, групі людей, або для традицій та честі суспільства.

Аномічне самогубство – екстремальна реакція людини, яка відчуває аномію, відчуття відірваності від суспільства та почуття непричетності внаслідок ослаблення соціальної згуртованості.

Базисна мотивація діяльності (поведінки) клієнта – власні інтереси та потреби клієнта, спираючись на які, можна мотивувати, стимулювати його до досягнення поставленої мети, до практичного виконання психотерапевтичних рекомендацій, отриманих у ході проведення психологічного консультування.

Безоцінкове ставлення психолога-консультанта до клієнта – відмова психолога-консультанта від оцінювання особистості чи поведінки клієнта в термінах «добре» чи «погано»; налаштованість психолога-консультанта на краще розуміння клієнта як особистості, прийняття його такою людиною, якою він є.

Бойова психічна травма (БПТ) – психічна травма, викликана впливом факторів бойової обстановки, що призводить до розладів психіки різного ступеня тяжкості.

Бойовий посттравматичний синдром (БПС) – стресовий розлад, що виникає у військовослужбовця як психоемоційна реакція на травмуючу подію, що відбулася під час військових дій.

Вербальна підтримка клієнта – спосіб мовного стимулювання клієнта до активного співробітництва з психологом - консультантом під час проведення психологічної консультації; використання психологом-консультантом різних слів та виразів для того, щоб зняти психологічну напругу клієнта, особливо на стадії проведення сповіді.

Відчай – психічний стан крайнього розпачу, зумовлений втратою надії на здійснення важливого сподівання, який супроводжується складними негативними емоційними переживаннями та імпульсивними діями, спричиненими стресовою ситуацією.

Вивчення особистості клієнта – психодіагностичне обстеження психологом-консультантом клієнта як особистості для вияву тих індивідуальних його

особливостей, які бажано знати для більш глибокого розуміння проблеми, з якою клієнт звернувся в психологічну консультацію. Вивчення особистості клієнта потрібне також для того, щоб довести до свідомості клієнта суть його проблеми і знайти найбільш ефективні способи її вирішення за активної участі самого клієнта.

Вікова криза – нормативний, нестабільний процес, який виникає під час переходу людини від одного вікового періоду до іншого і пов'язаний з якісними перетвореннями у соціальних відносинах, діяльності, свідомості та виявляється в цілісних психічних і особистісних змінах.

Внутрішньо-особистісний конфлікт – зіткнення у свідомості людини однакових за силою, але протилежно спрямованих мотивів, потреб, інтересів, бажань.

Горе – універсальне переживання всіх людей, реакція на втрату значущого об'єкта, частини ідентичності або очікуваного майбутнього.

Демонстративний суїцид – не пов'язаний із бажанням умерти, а є способом привернути увагу до своїх проблем, покликати на допомогу, вести діалог.

Депресія – це захворювання, що характеризується постійним пригніченим станом та втратою цікавості до будь-якої діяльності, що зазвичай приносить задоволення, а також нездатністю виконувати повсякденні справи протягом як мінімум двох тижнів.

Доброзичливість психолога-консультанта до клієнта – безумовно добре, доброзичливе, позитивне ставлення психолога-консультанта до клієнта.

Довіра психолога-консультанта до клієнта – готовність і здатність психолога-консультанта довіряти клієнтові в усьому; віра психолога-консультанта у можливість клієнта самостійно справлятися зі своєю проблемою.

Істинний суїцид – правдиве бажання вмерти. Не буває спонтанним, хоча інколи виглядає досить несподіваний. Такому суїциду завжди передують пригнічений настрій, депресивний стан або просто думки про завершення життя.

Екзистенційна ситуація – глибока життєва криза, що характеризується втратою людиною сенсу існування.

Екстраверсія – фіксація інтересів особистості на зовнішньому світі, зовнішніх об'єктах, інколи за рахунок своїх власних, у деяких випадках внаслідок применшення особистісної значущості.

Емоційна підтримка клієнта – емоційно забарвлені слова і практичні дії психолога-консультанта, у яких проявляється відкрита, зацікавлена емоційна підтримка психологом-консультантом того, що говорить, робить або збирається зробити клієнт.

Емоційний стрес – афективні переживання, що призводять до несприятливих змін в організмі людини.

Емпатія (психолога-консультанта до клієнта) – особливе почуття, завдяки якому психолог-консультант може ніби зсередини розуміти психологію клієнта,

проникати в його внутрішній, психологічний світ, краще і глибше пізнавати особистість клієнта і його стан.

Етичний кодекс психолога – нормативний акт, що є гарантом високопрофесійної, гуманної, високоморальної діяльності психологів України, здійснюваної залежно від спеціалізації та сфери їх інтересів; сукупність етичних норм, правил поведінки, що склалися у психологічному співтоваристві й регулюють його життєдіяльність.

Ефект Вертера або синдром Вертера – масова хвиля наслідування самогубств, які відбуваються після самогубства, широко висвітленого телебаченням або іншими ЗМІ.

Життєва криза – перехідний період життя, для якого характерним є ламання та активна зміна життєвих ролей особистості.

Жорстокість – властивість особистості, що полягає в байдужості до страждань людей або у прагненні до їх заподіяння.

Зовнішні ознаки результативності психологічного консультування – помітні позитивні зміни в поведінці клієнта, які відбуваються в результаті проведення психологічного консультування.

Зона розбіжностей – предмет, факт, проблема конфлікту.

Інтроверсія – фіксація уваги особистості на своїх власних інтересах, на власному внутрішньому світові.

Інцидент – збіг обставин, що є приводом для конфлікту.

Клієнт – людина, яка звернулася у психологічну консультацію за допомогою до професійного психолога для вирішення певної проблеми.

Кодекс професійної етики практичного психолога – пакет основних законів, положень, правил, які практичний психолог, у тому числі психолог-консультант, повинен неухильно дотримуватися, працюючи з людьми.

Комплексна теорія інтерпретації сповіді клієнта – спосіб інтерпретації сповіді клієнта, заснований на сукупності положень, які впливають з певних психологічних теорій.

Комплементарна поведінка людини – така поведінка людини, за якої її дії, включаючи жести й міміку, а також паралінгвістичні компоненти мови, відповідають тим словам, які вона в цей час вимовляє, висловлюючи компліменти іншій людині або вислуховуючи їх на свою адресу.

Конструктивний підхід до вирішення проблеми клієнта – прагнення психолога-консультанта не так позбавити клієнта від переживань з приводу проблеми, з якою той стикнувся, як, зберігши і примноживши енергію клієнта, спрямувати її на вирішення проблеми (у конструктивне русло).

Консультант-психолог – професійно підготовлений практичний психолог, який займається психологічним консультуванням.

Консультація – додаткова допомога викладача учням у засвоєнні предмету; нарада фахівців з будь-якого питання; назва установ, що надають допомогу населенню порадами фахівців (юридична консультація, дитяча (лікувальна) консультація, профконсультація); порада, що надається фахівцем.

Конфлікт – зіткнення протилежних інтересів і поглядів; напруження і крайнє загострення суперечностей, що призводить до активних дій, ускладнень, боротьби, що супроводжуються складними колізіями.

Конфліктна ситуація – нагромадження суперечностей, які містять суттєву причину конфлікту.

Конфліктуючі сторони – окремі особи або групи осіб, які замішані у конфлікті.

Копінг – готовність індивіда вирішувати життєві проблеми шляхом пристосування до обставин, що передбачає сформованість уміння використовувати певні прийоми та засоби для подолання складної життєвої ситуації.

Копінг-поведінка – дії особистості, спрямовані на якнайкраще адаптування до вимог психотравмуючої ситуації, оволодіння нею, пом'якшення її вимог, уникання або звикання до них, що сприяє послабленню стресової дії ситуації.

Копінг-стратегії – активна поведінка людини, спрямована на подолання психотравмуючої ситуації.

Кризове консультування – специфічний різновид психологічного консультування, який полягає у забезпеченні психологічної підтримки і допомоги здоровій, але емоційно виснаженій людині у складних, проблемних, критичних ситуаціях.

Критерії оцінки результатів психологічного консультування – основи, показники, ознаки, за якими можна робити висновок про успішність проведення психологічного консультування і вирішення психологічних проблем клієнта.

Максималізм клієнта – бажання, прагнення клієнта досягти найбільш сприятливих для себе результатів психологічного консультування, зробити себе майже ідеальною людиною, позбутися вад за мінімальних затрат зусиль і часу.

Міжособистісний конфлікт – специфічна взаємодія людей, у ході якої вони або вирішують несумісні цілі, або додержуються суперечливих цінностей і норм та намагаються реалізувати їх у міжособистісних взаємодіях.

Моральна підтримка клієнта з боку психолога-консультанта – емоційна, словесна підтримка клієнта консультантом-психологом у формі співчуття, співпереживання йому, схвалення, похвали і т. ін.

Морально-етичні вимоги до роботи психолога-консультанта – вимоги, що висуваються до роботи психолога-консультанта відповідно до морально-етичного кодексу практичного психолога. За розбіжностей його дій із положеннями цього кодексу психолог несе моральну, а іноді й юридичну відповідальність перед суспільством і колегами по роботі.

Насильство – будь-яка дія або бездіяльність, що спричиняє або може спричинити фізичну чи психічну травму.

Невпевненість клієнта в собі – відсутність у клієнта впевненості у своїх силах і можливостях, у тому, що він може успішно подолати свої життєві проблеми.

Ненормативна криза – загострення суперечностей психіки людини внаслідок складних життєвих обставин, що раптово змінюють її життя (зрада, розлучення, катастрофа, смерть близької людини, раптова втрата роботи тощо).

Нормативна криза – існування людини в межах норми, закономірні перехідні етапи в її становленні та розвитку (вікові кризи, нормативні сімейні кризи тощо).

Образ я-клієнта – уявлення клієнта про самого себе, про свої психологічні особливості.

Оперативна допомога клієнтові – термінова, поточна допомога психолога-консультанта клієнтові, яка розрахована на досягнення швидкого ефекту від проведеного консультування.

Особистісні якості психолога-консультанта – сукупність загальних і спеціальних якостей особистості, якими володіє або повинен володіти психолог-консультант як професіонал для успішного виконання своїх обов'язків.

Перманентна проблема клієнта – постійна, типова проблема, яка в цього клієнта існує досить давно або періодично з'являється в його житті.

Постконсультативне спілкування психолога-консультанта з клієнтом – спілкування психолога-консультанта з клієнтом після того, як психологічне консультування в основному завершилося і клієнт отримав необхідні рекомендації щодо практичного вирішення його проблеми.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – відстрочена реакція на травматичний стрес (природні й техногенні катастрофи, бойові дії, катування, згвалтування тощо), здатна викликати психічні порушення в будь-якій сфері особистості.

Принцип «тут і тепер» – правило проведення психологічного консультування, згідно з яким свідомість (увага, пам'ять, уява і мислення) клієнта під час проведення консультування повинна бути зосереджена на тому, що відбувається тепер, а не на тому, що було в минулому чи може відбутися в майбутньому.

Прихований суїцид (непряме вбивство) – вид суїцидальної поведінки, що не відповідає її буквальному визначенню але з тією ж спрямованістю і результатом. Це дії, що супроводжуються високою ймовірністю смерті.

Проблемне інформування клієнта (про суть його проблеми) – пояснення клієнтові суті його проблеми у всій її складності, під час якого розуміння проблеми психологом-консультантом і самим клієнтом може і збігатися, і не збігатися.

Процедура підкріплення (емоційної підтримки) клієнта – прийоми, за допомогою яких психолог-консультант емоційно підтримує клієнта, особливо на стадії сповіді й у процесі її спільної інтерпретації.

Психологічна травма – особливий вид травми, пов'язаний із важкими переживаннями, і може призвести до складних хворобливих реакцій.

Психологічне консультування – процес, спрямований на допомогу людині у вирішенні (або у пошуку шляхів вирішення) проблем і труднощів психологічного характеру.

Психотравмуюча ситуація – подія, яка з різним рівнем імовірності може призвести чи призводить до порушення усталеного життєвого способу буття, руйнування психічного світу особистості.

Реальність проблеми клієнта – відповідність тієї проблеми, про яку клієнт розповідає психологові-консультантові, справжньому стану речей. Проблема, позначену клієнтом, вважають реальною, якщо вона насправді існує і не є надуманою.

Результативність психологічного консультування – кінцевий підсумок психологічного консультування, його практичний результат у вирішенні проблеми, з якою клієнт звернувся у психологічну консультацію.

Рефлексія (у ході спілкування з людьми) – усвідомлення людиною своїх дій, думок і почуттів, а також того, як її сприймають ті, з ким вона спілкується.

Сексофобія – страх здійснення по відношенню до себе та інших статевих збочень; фобії, пов'язані з очікуванням інших різних утисків, знущань тощо.

Сімейна криза – стан сімейної системи, яка характеризується порушенням гомеостатичних процесів, що призводять до фрустрації звичних способів функціонування сім'ї та неможливості опанувати нову ситуацією, використовуючи старі моделі поведінки.

Сповідь клієнта – детальна розповідь клієнта психологові-консультантові про свою проблему із врахуванням його відповідей на питання психолога консультанта.

Стратегія психологічного консультування (у виробленні практичних рекомендацій клієнтові) – спосіб досягнення мети, яку ставить перед собою психолог-консультант, його типові дії щодо клієнта на завершальній стадії проведення психологічного консультування, під час формулювання практичних рекомендацій до вирішення його проблеми.

Страх – емоція, що виникає в ситуаціях загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда і спрямована на джерело дійсної чи уявної небезпеки.

Стрес – стан психічного напруження, що виникає у людини у несподіваних небезпечних ситуаціях і потребує негайного реагування.

Суб'єктивні ознаки результативності психологічного консультування – уявлення, переконання, відчуття клієнта і психолога-консультанта, які свідчать про те, що проведене психологічне консультування виявилось успішним.

Суїцид – самодеструктивна поведінка людини, спрямована на навмисне позбавлення себе життя, а також відмова від реальних можливостей уникнути смерті в критичній ситуації.

Суїцидальна поведінка – різні форми активності людини, зумовлені прагненням позбавити себе життя внаслідок особистісної кризи, що виникла на шляху задоволення найважливіших потреб людини.

Суїцидальна спроба – цілеспрямоване оперування способами позбавити себе життя, але таке, що не закінчується смертю.

Супервізор – спеціаліст, який професійно контролює і безпосередньо керує діяльністю практичного психолога-початківця, а саме психолога-консультанта.

Танатос – потяг до смерті, який нібито змушує людей брати участь у ризикованих і саморуйнівних діях, які можуть призвести до їхньої власної смерті.

Термінальна ситуація – глибока життєва криза, що виникає за межею екзистенційного вибору, коли людина знає про власну приреченість і не здатна знайти в собі сили для останнього життєвого вибору.

Тимчасове вирішення проблеми клієнта – таке вирішення проблеми, яке хвилює клієнта, яке лише на деякий час знімає її гостроту, але не вирішує проблему повністю і не гарантує повторення чи загострення відповідної проблеми в майбутньому.

Травматичні події – екстремальні кризові ситуації, що мають потужний негативний потенціал; ситуації загрози життю для самого себе або близьких.

Умови результативності психологічного консультування – сукупність умов, які позитивно чи негативно впливають на результати психологічного консультування, включаючи ступінь складності вирішуваних проблем, настроїв клієнта, досвід і професіоналізм психолога-консультанта.

Фрустрація – психічний стан, що виявляється в характерних рисах переживань і поведінки, викликаний об'єктивними непереборуваними труднощами на шляху до поставленої мети; стан краху, пригніченості, зневіри, відчаю тощо.

ДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ В РОБОТІ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

- Опитувальник травматичного стресу

для діагностики психологічних наслідків (І. О. Котеньова)

- Шкала оцінки впливу травматичної події

(IMPACT OF EVENT SCALE-R – скор. 1ES-R)

- Особистісний профіль кризи (ТАРАС, 2003)
- Контрольний перелік питань для оцінки ПТСР (PCL-5)
- PHQ-9 – Анкета (опитувальник) пацієнта про стан здоров'я
- Міссісіпська шкала для оцінки посттравматичних реакцій

(цивільний варіант)

- Опитувальник особистісної та соціальної ідентичності
- Опитувальник депресивності Бека

(BECK DEPRESSION INVENTORY – BDI)

- Шкала базових переконань (WORLD ASSUMPTION SCALE – WAS)
- Карта ризику суїцидальності (Н. Конончук)
- Тест незакінчених речень (варіант Л. Сакса та В. Леві)
- Тест незакінчених речень (авторська версія)
- Методика визначення схильності до суїцидальної поведінки

(М. Горська)

- Тест-опитувальник батьківського ставлення (А. Варга, В. Столін)
- Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Столін, Т. Романова, Г.

Бутенко)

- Методика «Розподіл ролей у сім'ї»
- Методика «Спілкування у сім'ї»
- Методика «Типовий сімейний стан»
- Опитувальник «Конструктивно-деструктивна сім'я» (КДС)
- Тест діагностики самотності (Д. Расел, Л. Пепло, М. Фергюсон)
- Тест «Кактус» (М. Панфілова)
- Тест «Баранчик у пляшці»

- Проективна методика «Мої страхи» (О. Захаров)
- Методика «Визначення рівня самооцінки» (Г. Казанцева)
- Методика «Страхи в будиночках» (М. Панфілова)
- Методика первинної діагностики та виявлення

дітей «групи ризику» (М. Рожков, М. Ковальчук)

- Колірний тест взаємин (А. Еткінд)
- Методика на визначення самооцінки (Дембо-Рубінштейн)
- Тест на виявлення підліткової депресії (В. Казанська)
- Тест на визначення акцентуації характеру (К. Леонгард)
- Піктографічний експрес-тест «Ризик суїцидальної дії»
- Проективна методика «Людина під дощем» (Є. Романова, Т. Ситько)
- Опитувальник «Осада» (С. Яковенко)
- Шкала безнадійності Бека (HOPELESSNESS SCALE A.BECK)
- Особистісний опитувальник індивідуальної суїцидальної

спрямованості (ІСС).

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Блинова О. Є. Психологічні фактори суїцидальної поведінки у підлітковому віці. Актуальні проблеми суїцидології: зб. наук. праць. Київ, 2002. Ч. 1. С. 31–33.
2. Гашека Т. В. Практичні рекомендації для проведення психокорекційної роботи з підлітками за наявності суїцидальних ідеацій. Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 7. С. 68–72.
3. Гашека Т. В. Профілактика самогубства серед підлітків: методика для вимірювання суїцидальної поведінки. Практична психологія та соціальна робота. 2005. № 4. С. 53–56.
4. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості: монографія. Дрогобич: Коло, 2008. 525 с.
5. Діденко О. І. Суїцидальні наміри у психологічному портреті злочинця; за заг. ред. С. І. Яковенка. Психологія суїцидальної поведінки: Діагностика, корекція, профілактика: зб. наук. праць. Київ: РВВ КІВС, 2000. С. 152–155.
6. Екстремальна психологія: підручник / [Євсюков О. П., Куфлієвський, А. С., Лебедєв Д. В. й інші]; за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків: УЦЗУ, 2007. 502 с.
7. Заброцький М., Скаковська Л., Лавренюк Л. Психологу про суїцид. Психолог. 2007. Трав. (№ 20). С. 25–30.
8. Завадська Н. В. Проблема самогубства у підлітковому середовищі. Соціальний працівник. 2007. Січ. (№ 2). С. 10–12.
9. Загальнопсихологічні особливості суїциду / за ред. В. П. Москальця. Психологія суїциду. Київ, 2004. С. 7–81.
10. Калініна Ю. Запобігання суїцидальній поведінці серед підлітків. Психолог. 2005. Верес. (№ 35). С. 26–32.
11. Кльоц Л. А., Заброцький М. М. Соціальному педагогу про суїцид. Соціальний працівник. 2007. Верес. (№ 17). С. 15–31.
12. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. Київ: Міленіум, 2004. 265 с.
13. Коханенко Л. Проблеми самогубства: Погляди І. Сікорського та сучасні дослідження. Практична психологія та соціальна робота. 2002. № 4. С. 49–51.
14. Крилова Л. Батькам про підлітковий суїцид. URL: <http://ua.racurs.ua/1233-pro-pidlitkovuyu-suyicud>
15. Лісова О. С. Психологія суїцидальної поведінки. Чернівці: [б. в.], 2004. 233 с.
16. Логвиненко О. І., Тимошук О. В. Врахування детермінантів професійної деформації працівників ОВС як фактор запобігання суїцидальним проявам; за заг. ред. С. І. Яковенка. Психологія суїцидальної поведінки: Діагностика, корекція, профілактика: зб. наук. праць. Київ: РВВ КІВС, 2000. С. 103–106.
17. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Медико-психологічне консультування: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 332 с.

18. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Практикум психологічного консультування в юридичній сфері: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2019. 320 с.
19. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування: навч. посіб. Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
20. Матеріали сайту Психологічного центру «Адалін». URL: http://adalin.mospsy.ru/r_03_00/r_03_03b.shtml
21. Медведєв В. С. Самогубство як проблема юридичної психології. Актуальні проблеми суїцидології: зб. наук. праць. Київ, 2002. Ч. 2. С. 121–126.
22. Медведєв В. С. Суїцид та професійна деформація працівників органів внутрішніх справ; за заг. ред. С. І. Яковенка. Психологія суїцидальної поведінки: Діагностика, корекція, профілактика: зб. наук. праць. Київ: РВВ КІВС, 2000. С. 62–65.
23. Мельник А. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Патопсихологія та спецпрактикум з клінічної психодіагностики: навчально-методичний посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 152 с.
24. Патопсихологія суїцидальної поведінки / за ред. В. П. Москальця. Психологія суїциду. Київ, 2004. С. 145–209.
25. Подмазін С. Діти із суїцидальними тенденціями: психологічна підтримка. Психолог. 2002. Берез. (№ 12). С. 8–13.
26. Полегешко О. Психологія суїциду. Психолог. 2006. Груд. (№ 47). С. 23–
27. Попередження суїцидальної поведінки дітей і підлітків. Все для вчителя. 2003. Жовт. (№ 30). С. 53–64.
28. Прийменко В. М. Суїцидальна поведінка. Психологічний аналіз і профілактика: метод. рек. для практик. психологів і соціальних педагогів. Київ: КМПУ ім. Б. Д. Грінченка, 2005. 43 с.
29. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: кол. монографія / М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, А. П. Мельник [та ін.]; за заг. ред. М. І. Мушкевич. Луцьк: Вежа-Друк, 2015. 275 с.
30. Психологічні травми і самогубство: (поради фахівців). Безпека життєдіяльності. 2006. № 4. С. 43–44.
31. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів: на допомогу практичному психологу: навч.-метод. посіб. / Л. І. Магдисюк, Р. П. Федоренко, А. П. Мельник, О. М. Хлівна, Т. І. Дучимінська. Вид. 2-ге, змін. та доп. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 276 с.
32. Психологія суїцидальної поведінки. Діагностика, корекція, профілактика: зб. наук. праць / за заг. ред. С. І. Яковенка. Київ, 2004.
33. Психологія суїциду: посіб. / за ред. В. П. Москальця. Київ: Академвидав, 2004. 286 с.
34. Рибалка В. В. Психологічна профілактика суїцидальних тенденцій проблемної особистості. Київ: Шкільний світ, 2009. 119 с.
35. Романовська Д., Собкова С. Робота з підлітками, схильними до суїциду. Психолог. 2006. Квіт. (№ 15). С. 26–29. (Психопрофілактика суїциду).

36. Скаковська Л. А. Практичному психологу про суїцид. Практична психологія та соціальна робота. 2005. № 4. С. 57–62; Психолог. 2004. Черв. (23/24). С. 61–63.
37. Собко В. Роздуми про суїцид. Персонал плюс. 2006. Серп. (№ 33). С. 6.
38. Сокирська Л. Попередження суїцидальної поведінки дітей та підлітків. Соціальний педагог. 2007. Січ. (№ 1). С. 30–34.
39. Суїцидальна поведінка особистості / за ред. Т. М. Титаренко. Психологія життєвої кризи. Київ: Агропромвидав України, 1998. С. 159–178.
40. Телефанко Б. М., Візняк О. С. Причини та попередження самогубств серед особового складу органів внутрішніх справ; за заг. ред. С. І. Яковенка. Психологія суїцидальної поведінки: Діагностика, корекція, профілактика: зб. наук. праць. Київ: РВВ КІВС, 2000. С. 10–14.
41. Тененьова Ю. Планета самогубців. ПіК. 2004. № 20. С. 26–29.
42. Тимченко О. В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування: монографія. Харків: Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. 268 с.
43. Тисячна Ю. О. Соціально-психологічна характеристика суїцидальної поведінки серед дітей та підлітків. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist_2012_5_46
44. Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування. Київ: Главник, 2004. 96 с.
45. Федоренко Р. П. Психологічна допомога в клініці: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 224 с.
46. Федоренко Р. П., Шкарлатюк К. І. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: СНУ ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.
47. Федоренко Р. П. Психологія молодшої сім'ї та сімейна криза: монографія. Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. 168 с.
48. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 506 с.
49. Федоренко Р. П. Психологія суїциду: навч. посіб. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. 260 с. (Посібники та підручники ВНУ ім. Лесі Українки).
50. Федоренко Р. П. Психологія суїциду: навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк: Вежа-Друк. 2022. 492 с.
51. Хазратова Н. В. Психологічні проблеми та особистісні кризи студентського віку. Особистісні кризи студентського віку: зб. наук. статей / за ред. Т. М. Титаренко. Луцьк, 2001. С. 14–18.
52. Харченко Є. М. Психосоціальні аспекти суїцидальної поведінки при церебральному атеросклерозі. Київ. міжнар. ун-т. вісник / ред. кол.: Т. О. Піроженко та ін. Київ, 2006. С. 182–190 (Психологічні науки; Вип. 8).
53. Холмогорова А. Б. Сімейні фактори депресії. Питання психології. 2005. № 6. С. 63–71.
54. Цимбалюк І. Самогубство як проблема девіантної поведінки. Психолог. 2003. Груд. (№ 46). С. 12–14.

55. Цільмак О. М. Профілактика самогубств серед співробітників ОВС. Психологія суїцидальної поведінки: Діагностика, корекція, профілактика: зб. наук. праць / за заг. ред. С. І. Яковенка. Київ: РВВ КІВС, 2000. С. 83–88.
56. Чудакова О. Феномен суїциду. Соціальна психологія. 2003. № 2. С. 134–141.
57. Шавроцька Н. та ін. Суїцид як соціально-психологічний феномен. Психолог. 2002. Жовт. (№ 38/39). С. 46–57.
58. Шебанова С. Г. Мотивація суїцидальної поведінки неповнолітніх як об'єкт комплексного аналізу. Актуальні проблеми суїцидології: зб. наук. праць. Київ, 2002. Ч. 2. С. 60–66.

Навчально-методичне видання

Федоренко Раїса Петрівна

ПСИХОЛОГІЯ СУЇЦИДУ

Методичні рекомендації до освітнього компонента
«Психологія суїциду»
для здобувачів вищої освіти
спеціальності «Практична психологія» ОС «Бакалавр»

Формат 60x84 ¹/₁₆. Обсяг 2,32 ум. друк. арк., 2,03 обл.-вид. арк.
Наклад 100 пр. Зам. 11. Виготовлювач – Вежа-Друк
(м. Луцьк, вул. Шопена, 12, тел. (0332) 29-90-65).
Свідоцтво Держ. комітету телебачення та радіомовлення України
ДК № 4607 від 30.08.2013 р.