



**CUESC**

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова  
Центр українсько-європейського наукового співробітництва

Всеукраїнське науково-педагогічне  
підвищення кваліфікації

## **КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ІНТЕРВЕНЦІЇ**

*1 вересня – 12 жовтня 2025 року*

<sup>1256</sup>  
**1996**  
LIHA-PRES

<sup>1233</sup>  
Львів – Торунь  
Liha-Pres  
2025

## СУЧАСНИЙ НАУКОВИЙ ДИСКУРС ЩОДО ПОНЯТЬ «ЕКСТРЕМАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ» ТА «КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ»

**Маруховська-Картунова О. О.**

*кандидат філософських наук, доцент,*

*завідувач секції суспільних наук,*

*професор кафедри іноземних мов та загальноосвітніх дисциплін*

*Університет економіки та права «КРОК»*

*м. Київ, Україна*

Актуальність наукового дискурсу сучасної вітчизняної психологічної літератури щодо визначення понять «екстремальна психологія» та «кризова психологія» полягає в тому, що на сьогоднішній день існує багатоманітність різних підходів щодо визначення та інтерпретації цих понять, розкриттю сутності яких й присвячено дане дослідження.

Серед вітчизняних підручників і навчальних посібників на особливу увагу заслуговують два перших видання саме з екстремальної (2007) та кризової (2010) психології, написаних колективом авторів Національного університету цивільного захисту України (НУЦЗУ) за загальною редакцією професора О.В. Тімченка, в яких детально висвітлюються основні поняття і загальні проблеми сучасної екстремальної та кризової психології [1, 2]. Окрім цього, багато цікавого матеріалу міститься у навчальному посібнику таких авторів, як: І.І. Приходько, О.С. Колесніченко, О.В. Тімченко та ін. (2016) «Психологія екстремальної діяльності» [3]. Найбільш вагомим внеском у дослідження теоретичних та практичних проблем сучасної екстремальної психології можна вважати новітній навчальний посібник «Екстремальна психологія» М.О. Сови, С.О. Деніжною та С.С. Митрофановою, який нещодавно (2023) був виданий Державним податковим університетом в м. Ірпінь [4].

Значний науковий інтерес становить монографія за загальною редакцією В.П. Садкового та О.В. Тімченка під назвою «Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології» (2017), видавництва вже згаданого НУЦЗУ [5]. До речі, важливо підкреслити, що цей Національний університет цивільного захисту України (НУЦЗУ) є засновником з 2007 року та видавцем наукового журналу «Проблеми екстремальної та кризової психології» (виходить 2 рази на рік) категорії «Б», який входить до Переліку фахових видань України зі спеціальності «Психологічні науки» [6]. Принагідно відзначимо, погоджуючись з О.В. Тімченко, що є підстави

стверджувати про виникнення Харківської наукової школи екстремальної юридичної психології [7, с. 462].

Надзвичайно корисною для автора при написанні цих тез стала новітня навчально-методична література у вигляді конспектів лекцій, практикумів та навчально-методичних посібників з теоретичних та практичних проблем екстремальної та кризової психології [8, 9, 10].

У сучасному науковому дискурсі поняття «екстремальна психологія» та «кризова психологія» є предметом активного аналізу та осмислення з огляду на виклики сьогодення, зокрема широкомасштабну російсько-українську війну, соціальні потрясіння та збільшення кількості надзвичайних ситуацій. Вітчизняні дослідники пропонують різні підходи до трактування цих понять залежно від теоретичної школи, сфери застосування та дослідницьких завдань.

Особливу увагу в науковому просторі України займає позиція професора О.В. Тімченка, який зробив вагомий внесок у *становлення екстремальної та кризової психології як окремого науково-практичного напрямку*. В першому розділі «Предмет, задачі та методи екстремальної психології» у своєму підручнику «Екстремальна психологія» (2007) він вперше формулює розгорнуте визначення екстремальної психології як «науково-практичного розділу психології, який вивчає психологічні закономірності діяльності особистості при виникненні надзвичайних обставин та ситуацій, пов'язаних з підвищенням професійним ризиком, безпекою для життя та здоров'я, та розробляє науково обґрунтовані заходи психологічного забезпечення професійної та функціональної надійності працівників екстремальних професій при виконанні задач в умовах, що потребують граничної мобілізації фізичних, психологічних та моральних якостей особистості. Виділення екстремальної психології як окремого науково-практичного розділу психологічної науки пов'язано з особливими морально-правовими аспектами діяльності працівників екстремальних професій в ризико-небезпечних ситуаціях службової діяльності» [1, с. 9].

На відміну від визначення О.В. Тімченка «екстремальної психології», М.О. Сова, С.О. Деніжна та С.С. Митрофанова у своєму навчальному посібнику трактують екстремальну психологію як «науково-практичну галузь психологічної науки, що вивчає психологічні закономірності функціонування психіки (у межах психічної норми) та діяльності людини в змінених умовах існування (незвичних, екстремальних, небезпечних), а також вплив факторів підвищеної інтенсивності, які становлять безпосередню вітальну загрозу для людини, зокрема під час виникнення надзвичайних обставин та екстремальних ситуацій, пов'язаних з підвищеним професійним ризиком, безпекою для життя та здоров'я» [4, с. 10]. Важливо зазначити, що на

думку вказаних авторів, екстремальна психологія як самостійний напрям психологічного знання виникла наприкінці ХХ ст. та пройшла у своєму становленні та розвитку три періоди та чотири етапи. Згідно з цією періодизацією, сьогодні відбувається третій період комплексного розвитку та процес інституалізації наукових знань з екстремальної психології (створюються підручники, навчальні посібники та монографії, формуються освітні стандарти та освітні програми у галузі підготовки фахівців; відкриваються нові спеціалізації) [4, с. 18].

Найбільш суттєвим внеском у дослідження теоретичних та практичних проблем сучасної кризової психології є визначення поняття «кризова психологія», яке сформулював один із провідних фахівців у сфері кризової та екстремальної психології в Україні проф. О.В. Тімченко у своєму навчальному посібнику «Кризова психологія» (2010), написаних колективом авторів Національного університету цивільного захисту України (НУЦЗУ) за його загальною редакцією. В межах психологічної науки відбулося виникнення нового наукового напрямку – кризової психології, яка є відносно новою сферою психологічної практики, але такою, що інтенсивно розвивається. «Кризова психологія – це галузь професійної діяльності, яка має на меті визначення психологічних особливостей життєвої ситуації та індивідуальності людини або групи, внесення позитивних змін у процес взаємодії між ними і профілактику небажаних форм поведінки для найбільш повного розкриття сутнісних сил людини» [2, с. 6].

Також слушне визначення поняття «кризова психологія» дає Атаманчук Н.М. – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри кризової психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка у своєму конспекті лекцій «Кризова психологія» (2023), стверджуючи, що це «галузь професійної діяльності, яка вивчає особливості поведінки особистості в ситуації кризової події чи катастрофи, стратегій подолання невизначеності життєвого шляху, внутрішньо-особистісні механізми та програми психологічної допомоги і підтримки» [8, с. 6]. Заслуговує на увагу розгорнутий аналіз теоретико-методичних аспектів викладання «кризової психології» як навчальної дисципліни, зроблений Атаманчук Н.М. в науковій статті «Навчальна дисципліна «Кризова психологія» у системі професійної підготовки фахівців з кризової психології» [11], а також основні завдання та напрями підготовки фахівців з кризової психології.

Підсумовуючи, можна зробити висновок, що підготовка компетентних фахівців з екстремальної та кризової психології на сьогоднішній день в Україні є надзвичайно необхідною та важливою у кризових та екстремальних умовах широкомасштабної російсько-

української війни для надання психологічної допомоги у відновленні психічного здоров'я людей, які пережили будь-які травматичні події. Саме тому навчальні дисципліни «Екстремальна психологія» та «Кризова психологія» мають бути обов'язковими освітніми компонентами в освітніх та освітньо-професійних програмах спеціальності «Психологія».

### Література:

1. Екстремальна психологія : підручник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. К. : ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с. URL: [https://shron1.chtyvo.org.ua/Avtorskyi\\_kolektyv/Ekstremalna\\_psykholohiia.pdf](https://shron1.chtyvo.org.ua/Avtorskyi_kolektyv/Ekstremalna_psykholohiia.pdf)
2. Кризова психологія : навчальний посібник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ. 2010. 401 с. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/2069/1/kryzova.pdf>
3. Психологія екстремальної діяльності : навчальний посібник / І. І. Приходько, О. С. Колесніченко, О. В. Тімченко та ін. / за заг. ред. проф. І. І. Приходька. Х. : НА НГУ, 2016. 571 с. URL: [https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/posib\\_psykholohiia\\_ekstr\\_diialn\\_2016.pdf](https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/posib_psykholohiia_ekstr_diialn_2016.pdf)
4. Сова М. О., Деніжна С. О., Митрофанова С. С. Екстремальна психологія : навчальний посібник. Ірпінь : Державний податковий університет, 2023. 346 с. URL: <https://ir.dpu.edu.ua/bitstreams/28ecffdc-4175-42bc-8867-e8435f48df18/download>
5. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології : монографія / за заг. ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка. Х. : Вид-во НУЦЗУ, 2017. 777 с. URL: [https://books.ndcnangu.co.ua/statti\\_NDL\\_3/4.Prihodko\\_NUCZU\\_2017.pdf](https://books.ndcnangu.co.ua/statti_NDL_3/4.Prihodko_NUCZU_2017.pdf)
6. Проблеми екстремальної та кризової психології. *Науковий журнал категорії «Б» фахове видання України зі спеціальності «психологічні науки»* / Національний університет цивільного захисту України. URL: <http://dcpp.nuczu.edu.ua>
7. Тімченко О. В. Харківська наукова школа екстремальної юридичної психології: історія становлення та перспективи розвитку. *Вісник Національного університету внутрішніх справ*. 2004. Вип. 28. С. 462–466. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnivs\\_2004\\_28\\_88](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnivs_2004_28_88)
8. Атаманчук Н. М. Кризова психологія: Конспект лекцій. Навчальний посібник для студентів спеціальності 053 «Психологія». Полтава : ПНПУ ім. В. Г. Короленка, 2023. 142 с. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/23203>

9. Голев С. В. Теорія і практика екстремальної психології. Практикум Методичні рекомендації. Херсон : ІПІС ХДУ, 2014. 92 с. URL: <https://f.eruditor.link/file/1385215/>

10. Психологія екстремальних та кризових ситуацій: навчально-методичний посібник для студентів за спеціальністю «Психологія» / Романовський О. Г., Черкашин А. І., Грень Л. М. та ін. Харків : Вид-во Іванченка І. С., 2022. 356 с. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/1d5e065d-5d49-418f-8869-a84286ba92b7/content>

11. Атаманчук Н. М. Навчальна дисципліна «Кризова психологія» у системі професійної підготовки фахівців з кризової психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2023. № 4. С. 51–55. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.4.10>. URL: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/256/337>

## **КРИЗОВА ІНТЕРВЕНЦІЯ ЯК ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЯХ**

**Марченко О. Г.**

*доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри соціології та психології  
Навчально-науковий інститут № 5*

*Харківського національного університету внутрішніх справ  
м. Харків, Україна*

Помічено, що в часи війни психологічна проблематика динамічно змінюється від гострих реакцій на події сьогодення до актуалізації не розв'язаних у минулому проблем, які набувають ознак кризи на тлі зниження ресурсного стану людини та зменшення її фізичного та морально-психологічного потенціалу, внаслідок чого людина втрачає здатність вирішувати особистісні питання [1]. Це спонукає психологів, психотерапевтів, консультантів шукати комплексні ефективні методи невідкладної психологічної допомоги.

Практикою доведено, що дієвим методом подолання шкідливих наслідків психотравмуючої ситуації як пролонгованої в часі травмуючої події, що містить реальну або потенційну загрозу виникнення психогенних захворювань, соціальної дезадаптації тощо, є кризова інтервенція (від лат. *Interventio* – втручання, втручатися). За своєю суттю кризова інтервенція є невідкладною емоційною допомогою