

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

Навчально-науковий інститут оперативно-рятувальних сил  
Кафедра психології діяльності в особливих умовах

## **СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ПСИХОТРАВМАТОЛОГІЯ**  
вибіркова

за освітньо-науковою програмою  
«Екстремальна та кризова психологія»

підготовки доктора філософії у галузі знань  
05 Соціальні та поведінкові науки  
за спеціальністю 053 Психологія

Рекомендовано кафедрою психології  
діяльності в особливих умовах  
на 2025-2026 навчальний рік  
протокол від «29» серпня 2025 року №1

Силабус розроблений відповідно до Робочої програми  
навчальної дисципліни «Психотравматологія»

2025 рік

## ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

### Анотація дисципліни

Навчальна дисципліна «Психотравматологія» для підготовки доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія, є вибірковим компонентом, що має на меті формування в здобувачів теоретичних знань щодо психологічних механізмів впливу психотравмуючої ситуації на особистість, її поведінку та особливості психологічної допомоги клієнтам, які пережили психотравматичну ситуацію.

### Інформація про науково-педагогічного працівника

Загальна інформація	Мохнар Людмила Іванівна, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах, кандидат педагогічних наук.
Контактна інформація	м. Черкаси, вул. Онопрієнка, 8, кабінет 234. Номер телефону: 096 452 31 08
E-mail	mokhnar.liudmyla@nuczu.edu.ua
Наукові інтереси	Стосуються проблематики психологічного забезпечення професійної діяльності персоналу ДСНС, дослідження впливу психотравматичних ситуацій на особистість, психологічного захисту населення в умовах надзвичайних ситуацій.
Професійні здібності	Організаційні та комунікативні якості; навички навчання та викладання; навички організації освітнього процесу та наукової діяльності.
Наукова діяльність за освітнім компонентом	1. Mokhnar L. I. Psychological peculiarities of professional responsibility of future specialists of the civil defence service. International journal of innovative technologies in social science. № 6 (27), September 2020. P. 4-7. 2. Mokhnar L.I. Psychological approaches of improvement of the efficiency of communication in the conditions of anticrisis management service. International journal of innovative technologies in social science. № 1 (29), 2021. P. 42-47. 3. Mokhnar L. I. Coping behaviour as the way to overcome stress of specialists of fire and rescue units of the state emergency service of Ukraine. Proceedings of the XXVI International Scientific and Practical Conference Social and Economic Aspects of Education in Modern Society. February 25, 2021. P. 28-31.

	<p>4. L. Mokhnar. Influence of distance learning on mental health of applicants of higher education institutions of the State Emergency Service of Ukraine. ICERI 2021 Proceedings, pp. 668-671.</p> <p>5. Фомич М.В., Мохнар Л.І. Екстрена психологічна допомога постраждалим внаслідок ракетного удару по ТЦ «Амстор» у місті Кременчуці. Вісник національного університету оборони України, 2023. 76 (6), 193–199.</p>
--	---

### Час та місце проведення занять з дисципліни

Аудиторні заняття з навчальної дисципліни проводяться згідно затвердженого розкладу. Електронний варіант розкладу розміщується на сайті університету (<http://rozklad.nuczu.edu.ua>).

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щопонеділка кожного місяця з 14.00 до 15.00 в кабінеті № 234. У разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

### Мета вивчення дисципліни

Формування в здобувачів освіти теоретичних знань щодо психологічних механізмів впливу психотравмуючої ситуації на особистість, її поведінку, а також вивчення особливостей психологічної допомоги клієнтам, які пережили психотравматичну ситуацію.

### Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Форма здобуття освіти	
	очна (денна, вечірня)	заочна (дистанційна)
<b>Статус дисципліни</b>	Вибіркова	
<b>Навчальний рік</b>	2025-2026	
<b>Семестр</b>	3	
<b>Обсяг дисципліни:</b>		
в кредитах ЄКТС	4	
загальна кількість годин	120	
кількість модулів	1	
лекції	18	12
семінарські заняття	22	4
самостійна робота (годин)	80	104
індивідуальні завдання	на вибір	
<b>Форма підсумкового контролю</b>	залік	

## Результати навчання та компетентності з дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити:

- досягнення здобувачами вищої освіти таких результатів навчання:

Програмні результати навчання	Абревіатура
Виокремлювати, систематизувати, розв'язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, формулювати і перевіряти гіпотези, визначати чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження	РН3.
Розробляти та впроваджувати сучасні підходи й технології психологічної реабілітації, спрямовані на відновлення психічного здоров'я та соціального функціонування особистості після травмуючих подій, зокрема спричинених війною.	РН12.
Надавати оцінку готовності особистості та групі до дій за призначенням із використанням сучасних психологічних технологій та методів, оцінювати ризики й використовувати ефективні техніки забезпечення психологічної безпеки та збереження психічного здоров'я персоналу.	РН13.

- формування у здобувачів вищої освіти наступних компетентностей:

Програмні компетентності	Абревіатура
Здатність виокремлювати, систематизувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження.	СК1.
Здатність здійснювати комплексну психологічну оцінку та застосовувати сучасні методи і технології психологічної реабілітації, спрямовані на відновлення психічного стану, функціонування та соціальної адаптації особистості після травмуючих чи кризових подій.	СК9.
Здатність використовувати нові технології оцінки готовності особистості та групи до дій за призначенням, забезпечувати психологічну безпеку та збереження психічного здоров'я персоналу у складних та непередбачуваних умовах діяльності, з ризиком психічної травматизації.	СК10.

## **Програма навчальної дисципліни**

### **МОДУЛЬ 1. ПСИХОТРАВМАТОЛОГІЯ**

#### **Тема №1. Психічна травматизація особистості в надзвичайних умовах буття**

Поняття та ознаки психічної травми. Психофізіологія травми. Етапи реакцій на психічну травму. Наслідки психічної травматизації особистості.

*Література:* [Баз.: 2, 4-6, 9. Доп.: 2, 4, 7].

#### **Тема №2. Психосоціальні та психосоматичні наслідки перебування людини в психотравмуючих ситуаціях**

Класифікація психотравм, основні критерії класифікації. Поняття «гострої» психотравми. Поняття хронічної психотравми. Накопичений травматичний стрес. Психосоціальні проблеми людини в посттравматичний період.

*Література:* [Баз.: 1, 2, 4, 5, 8. Доп.: 3, 4, 6, 10].

#### **Тема №3. Діагностичні ознаки ПТСР та психологічні особливості травмованої особистості**

Діагностичні ознаки ПТСР. Типи травмуючих ситуацій і посттравматичних стресових реакцій. Психологічні особливості травмованої особи.

*Література:* [Баз.: 1, 2, 3, 5, 9. Доп.: 2, 6, 7].

#### **Тема №4. Феноменологія та вплив на особистість психотравмуючих ситуацій, які пов'язані з емоційним досвідом фізичного, психологічного та сексуального насилля**

Насильство в родині як фактор психологічної травматизації особистості. Особливості психологічної допомоги дітям в ситуаціях фізичного, психологічного, сексуального насилля.

*Література:* [1-3, 8, 9. Доп.: 2, 5, 10].

#### **Тема №5. Психічна травматизація особистості в деструктивній системі значущих (партнерських, сімейних) відносин**

Типи та види психотравмуючих сімейних відносин. Типи та види психотравмуючих батьківсько-дитячих взаємин.

*Література:* [Баз.: 1, 2, 4, 6, 9. Доп.: 1, 2, 5, 9].

#### **Тема №6. Особливості переживання травматичного стресу дітьми та підлітками**

Особливості реагування дітей на різні типи травмуючих ситуацій. Психологія переживання дітьми горя, як особливого виду психотравми. Вікові особливості переживання горя. Психолого-педагогічна допомога дітям, які пережили психотравму

*Література:* [Баз.: 1, 2, 3, 6, 8. Доп.: 1, 2, 5, 9].

**Тема №7. Психотрансформація особистості та її життєвих відносин в посттравматичний період**

Внутрішній простір особистості, яка пережила психотравмуючу ситуацію. Основні форми психотрансформації особистості.

*Література:* [Баз.: 1, 2, 4, 6. Доп.: 2, 5, 6, 9, 10].

**Тема №8. Основні напрями та специфіка психотерапевтичної роботи з людьми, які пережили психотравмуючу ситуацію**

Психодинамічний напрям у роботі з психотравмою. Тілесно-орієнтований напрям у роботі з психотравмою. Раціональна психотерапія в роботі зі психотравмами. Трансперсональна психологія в роботі зі психотравмами. Ослаблення травматичного інциденту (ОТІ). Особливості використання техніки ОТІ. Етапи роботи з технікою ОТІ. Візуально-кінестетична дисоціація (ВКД). Метафоричні карти в роботі з травмуючими ситуаціями.

*Література:* [Баз.: 2, 4, 7. Доп.: 1, 5, 6, 9].

**Підсумкова модульна робота**

**Залік**

**Розподіл дисциплін у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять (очна форма: денна, вечірня)**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин за формами навчання					
	Усього	у тому числі				
		лекції	практ. заняття	семінар. заняття	самостійна робота*	Поточний контроль
<b>МОДУЛЬ 1. ПСИХОТРАВМАТОЛОГІЯ</b>						
Тема 1. Психічна травматизація особистості в надзвичайних умовах буття	13	2	-	2	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 2. Психосоціальні та психосоматичні наслідки перебування людини в психотравмуючих ситуаціях	13	2	-	2	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 3. Діагностичні ознаки ПТСР та психологічні особливості травмованої особистості	13	2	-	2	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 4. Феноменологія та вплив на особистість психотравмуючих ситуацій, які пов'язані з емоційним досвідом фізичного, психологічного та сексуального насилля	13	2	-	2	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 5. Психічна травматизація особистості в деструктивній системі значущих (партнерських, сімейних) відносин	13	2	-	2	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання

Тема 6. Особливості переживання травматичного стресу дітьми та підлітками	13	2	-	2	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 7. Психотрансформація особистості та її життєвих відносин в посттравматичний період	15	2	-	4	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 8. Основні напрями та специфіка психотерапевтичної роботи з людьми, які пережили психотравмуючу ситуацію	17	4	-	4	9	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
<b>Підсумкова модульна робота</b>	10	-	-	2	8	письмові завдання
<b>Разом за модуль 1</b>	<b>120</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>22</b>	<b>80</b>	<b>-</b>

\* Примітка: самостійна робота здійснюється за методичними рекомендаціями щодо організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Психотравматологія».

### Розподіл дисциплін у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять (заочна форма: дистанційна)

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин за формами навчання					Поточний контроль
	Усього	у тому числі				
		лекції	практ. заняття	семінар. заняття	самостійна робота*	
<b>МОДУЛЬ 1. ПСИХОТРАВМАТОЛОГІЯ</b>						
Тема 1. Психічна травматизація особистості в надзвичайних умовах буття	15	2	-	-	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 2. Психосоціальні та психосоматичні наслідки перебування людини в психотравмуючих ситуаціях	15	2	-	-	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 3. Діагностичні ознаки ПТСР та психологічні особливості травмованої особистості	15	2	-	-	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 4. Феноменологія та вплив на особистість психотравмуючих ситуацій, які пов'язані з емоційним досвідом фізичного, психологічного та сексуального насилля	15	2	-	-	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 5. Психічна травматизація особистості в деструктивній системі значущих (партнерських, сімейних) відносин	15	2	-	-	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання

Тема 6. Особливості переживання травматичного стресу дітьми та підлітками	15	-	-	2	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 7. Психотрансформація особистості та її життєвих відносин в посттравматичний період	12	2	-	-	10	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
Тема 8. Основні напрями та специфіка психотерапевтичної роботи з людьми, які пережили психотравмуючу ситуацію	15	-	-	2	13	усні та письмові опитування, індивідуальні завдання
<b>Підсумкова модульна робота</b>	3		-	-	3	письмові завдання
<b>Разом за модуль 1</b>	<b>120</b>	<b>12</b>	-	<b>4</b>	<b>104</b>	-

\* Примітка: самостійна робота здійснюється за методичними рекомендаціями щодо організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Психотравматологія».

### **Індивідуальні завдання**

Індивідуальні завдання можуть виконуватись здобувачами як під час семінарських занять, так і під час самостійної роботи. Формами виконання індивідуальних завдань є: написання есе, дайджесту, аналітичного огляду, аналізу практичних та проблемних ситуацій, підготовка результатів власних досліджень та ін.

Тематика індивідуальних занять, що наведена у програмі є орієнтовною. Здобувачам надається право вільного вибору теми індивідуальної роботи, що повинна відповідати таким критеріям як: актуальність та відповідність завданням навчальної дисципліни.

Детальний опис форм, вимоги до виконання та критерії оцінювання індивідуальних завдань здобувачів викладені у методичних вказівках до виконання індивідуальних завдань здобувачів вищої освіти на кафедрі психології діяльності в особливих умовах.

### **Орієнтовна тематика індивідуальних завдань**

1. Визначте та охарактеризуйте біологічні (психофізіологічні) детермінанти чутливості людини до психотравмуючих впливів.

2. Визначте та охарактеризуйте психологічні детермінанти чутливості людини до психотравмуючих впливів.

3. Визначте та охарактеризуйте соціальні детермінанти чутливості людини до психотравмуючих впливів.

4. Визначте особливості переживання людиною гострих психичних травм: а) тих, що мають індивідуальний характер; б) тих, що мають колективний характер.

5. Охарактеризуйте та складіть логічну схему афективних, когнітивних, особистісних, поведінкових, психосоматичних розладів, які мають місце у посттравматичний період.

6. Охарактеризуйте основні механізми захисту психики від травмуючих переживань.

7. Охарактеризуйте особливості порушень емоційного, комунікативного та рольового аспектів взаємин між партнерами, визначте їх психотравмуючий потенціал.

8. Охарактеризуйте феномени залежності та «невротичного доповнення» в партнерських взаєминах. В чому, на Вашу думку, їх основні причини? Яким є їх внесок у розвиток особистості кожного з партнерів?

9. Розкрийте психологічні механізми деструктивного впливу на партнера та контролю над ним.

10. Яку роль в процесі психологічного змінення особистості кожного з партнерів відіграють почуття, що актуалізуються в процесі їх деструктивної взаємодії: провина, тривога, страх, нікчемність, безпорадність, безнадійність, безперспективність?

11. Розкрийте поняття кумулятивної психотравми. Визначте роль матері в цьому процесі? Яким є її внесок у розвиток дитини?

12. Охарактеризуйте механізми психічної травматизації дитини в родині, де мають місце порушення емоційного, комунікативного, рольового аспектів взаємин між батьками.

13. Як травма впливає на мозок дитини (психофізіологія дитячої травми)?

14. Доведіть, як психологічна травма впливає на дитину у віковому та статевому аспекті.

15. Який має вплив травма на особистість в залежності від її психотипу.

16. Доведіть, наводячи приклади, наслідки травмуючих подій.

17. Ознайомтесь з основними напрямками та особливостями реабілітаційної роботи з жертвами сексуального насилля.

18. Побудуйте логічну схему методів психологічної роботи з людьми, які пережили травму насилля.

19. Складіть банк психологічних методик та технік, які доречно використовувати в процесі реабілітаційної роботи з жінками та дітьми, які пережили психотравму насилля.

### **Аналіз кейс-випадків:**

1. Консультативний випадок: «Молодий чоловік, 17 років. Звернувся з приводу підозр на наявність у себе патологічних розладів. У віці 4-5 років пережив стресові ситуації: вбивства, що здійснюються на очах у дитини, побиття як незнайомих людей, так і власної матері тощо. Хлопчик жив на території, де відбувалися військові дії. В даний момент молодий чоловік відчуває сильну неконтрольовану агресію, що виникає, за його словами, у відповідь на несправедливість. Вважає себе здатним на вбивство, побоюється цього. Важкі переживання минулого раніше проявлялися у снах, але в даний момент серйозно не турбують».

*Завдання:*

- проаналізуйте дані ознаки. Чи можна з упевненістю говорити про те, що у даної молодій людини спостерігається посттравматичний стресовий розлад?

- дайте прогноз особистісного розвитку клієнта і опишіть можливі наслідки даної ситуації.

2. На прийомі у психолога - дівчина 20 років, яка тяжко переживає розрив відносин зі значущою для неї людиною. "Зі слів бабусі, моя мати завагітніла до заміжжя... Батьки жили погано. Батько випивав і бив маму. Через сім років вони розійшлися.

Незабаром я з мамою виїхала в іншу країну, де мама знов вийшла заміж. Відносини були більш-менш нормальні, але в матеріальному плані було дуже погано, пам'ятаю, що іноді взагалі нема чого було їсти. Мама почала випивати, з кожним місяцем усе більше і більше.

Потім ми повернулися в Україну, жили по квартирах, мама ніде не працювала, вітчим іноді працював, але постійної роботи в нього теж не було. А через якийсь час його засудили за злочин.

У 12 років мама відправила мене до бабусі на літо, а потім я залишилася там під приводом "поки вони влаштуються" і далі (до сьогоднішнього дня) я живу з бабусею (мамою мого рідного батька) і дідусем.

Маму я більше не бачила, лише деяка інформація надходила про неї іноді, доходили чутки, що вона дуже сильно п'є. Але от уже багато років я взагалі не знаю, де вона і чи жива... У 17 років я почала зустрічатися з хлопцем, я дуже до нього звикла. Узагалі ж, це був другий мій хлопець, з першим (мені тоді було 15 років) в мене не склалося відразу, і зустрічалися ми недовго, напевно, через те, що в мене є дуже багато комплексів із приводу моєї зовнішності. А з цим ми зустрічалися майже два роки, а півроку назад розлучилися. Вірніше, він кинув мене. Сказав, що більше не любить...

Перші місяці в мене були сильні істерики, я дуже важко переживала наш розрив, і чомусь мені дуже хотілося розповісти про все це мамі, хотілося, щоб вона була поруч. Але її не було... А в 39 мене не було поруч жодної людини, яка б мене по-справжньому зрозуміла.

Я дуже багато плакала, лаялася з бабусею і дідусем, дуже сильно відсторонилася від оточення, закрилася в собі...

З моменту розриву наших відносин минуло вже півроку, я все чекала, що біль відпустить, але чомусь стає все важче... В душі - порожнеча. В мене таке почуття, що жити більш нема чим, що я більш не можу довіряти людям, зовсім нікому, адже всі, кого я любила по-справжньому, зрадили мене.

Мені здається, що я відчуваю лють до всього світу. З'явилося почуття, що я більш ніколи нікого не зможу любити, що в мене ніколи не буде власної родини, такої, про яку я мріяла, раз у мене нічого не виходить із хлопцями.

Може, все це від того, що я не можу позбавитись минулого? А ще... в мене чомусь зникли всі почуття до мами, хоча всі ці роки я дуже, дуже любила її, незважаючи на всі погані звістки про неї, і завжди чекала на неї... Мені від цього страшно, я знаю, що так не повинно бути, але, крім байдужості, у моїй душі немає вже нічого..."

*Завдання:*

- охарактеризуйте психічний стан дівчини, аналізуючи його емоційні і когнітивні кореляти. Які особливості ціннісно-смыслового визначення свого життя та самої себе вказують на наявність в дівчини посттравматичної трансформації? Які мотиваційні та емоційно-когнітивні особливості свідчать про це?

- проаналізуйте психологічні та соціальні фактори, які «підготували», обумовили виникнення описаної травматичної реакції на розпад відносин?

- розробіть стратегію допомоги дівчині.

3. На прийомі у психолога - жінка Г., 46 років, зі скаргами на тривале безсоння, "важкий" (з її слів) настрій, плаксивість, дратівливість, відсутність життєвих сил. Вперше ці симптоми з'явилися 1,5 роки тому, незабаром після сварки з дочкою, виновницею якої, на думку клієнтки, є дочка. Останнім часом, за висловлюванням жінки, її стан став зовсім нестерпним: "пропав інтерес до всього", "все складніше стало просто жити - ходити, щось робити". Приводом - саме приводом, а не причиною сварки між матір'ю і дочкою, послужив той факт, що незаміжня дочка відмовилася перервати першу, незаплановану вагітність і народила дитину. Реакція матері була категоричною: "Жити разом з людиною, яка не прислухалася до материнської думки, хоча вона була їй відома, я не буду ні за яких обставин". Передісторія ж була така. Сімейне життя Г. склалося не так, як їй хотілося. Сама вона також завагітніла ще до шлюбу, а незабаром після народження дочки розлучилася з її батьком. Заміж більше не виходила, усю себе віддавши дитині. Дочку виховувала сама, відмовившись від "послуг п'яниці-батька". Жінка намагалася виховувати дочку так, щоб та "уникла її долі", намагалася її переконати в тому, що заміж можна виходити тільки за наявністю любові, а не за захопленням чи пристрастю. Одного разу, під час розмови з дочкою в день її повноліття, у відповідь на визнання дочки в особливих почуттях до хлопця, мати в ультимативній формі сказала дочці: «якщо народиш дитину поза шлюбом, будеш сама її виховувати!». Так й відбулося. У відповідь на реакцію матері дочка виїхала в інше місто, а народивши дитину, заборонила матері навіть бачитися з онукою... На прийомі у психолога Г. наполягала на тому, що вона "не може йти проти своїх принципів". "У протилежному випадку, - стверджувала вона, - я перестану поважати саму себе".

*Завдання:*

- визначте психологічні фактори, які призвели до розгортання травматичного процесу;

- побудуйте стратегію психологічної роботи з жінкою (спробуйте визначити мету і основні "мішені" роботи).

4. 23 червня 2018 року на півночі Таїланду зникла група з 12 футболістів місцевої юнацької команди віком від 12 до 16 років разом із їх 25-річним тренером. Через дев'ять діб після зникнення, британські водолази подолали вузькі проходи та мулові води й виявили 13 зниклих людей живими приблизно за 4 кілометри від входу в печеру, на піднесеному камені. Загублені хлопці

врятовані, стрес позаду, але його наслідки залишаються у розумах та підсвідомості учасників подій – так само, як після будь-якого травмуючого досвіду, навіть побутового, якому ми зазвичай не приділяємо достатньо уваги. Протягом часу у підземній пастці діти могли почуватися наляканими, збентеженими, сумними, а, може, й розлюченими або винуватими – залежно від того, як вони сприймали те, що з ними сталося. Ймовірно, час від часу вони відчували надію або безнадійність, а інколи і те, і інше одночасно.

*Завдання:* охарактеризуйте наслідки такої травматичної події?

5. На прийомі у психолога - дівчина 20 років, яка тяжко переживає розрив відносин зі значущою для неї людиною. "Зі слів бабусі, моя мати завагітніла до заміжжя.. Батьки жили погано. Батько випивав і бив маму. Через сім років вони розійшлися.

Незабаром я з мамою виїхала в іншу країну, де мама знов вийшла заміж. Відносини були більш-менш нормальні, але в матеріальному плані було дуже погано, пам'ятаю, що іноді взагалі нема чого було їсти. Мама почала випивати, з кожним місяцем усе більше і більше.

Потім ми повернулися в Україну, жили по квартирах, мама ніде не працювала, вітчим іноді працював, але постійної роботи в нього теж не було. А через якийсь час його засудили за злочинство.

У 12 років мама відправила мене до бабусі на літо, а потім я залишилася там під приводом "поки вони влаштуються" і далі (до сьогоднішнього дня) я живу з бабусею (мамою мого рідного батька) і дідусем.

Маму я більше не бачила, лише деяка інформація надходила про неї іноді, доходили чутки, що вона дуже сильно п'є. Але от уже багато років я взагалі не знаю, де вона і чи жива... У 17 років я почала зустрічатися з хлопцем, я дуже до нього звикла. Узагалі ж, це був другий мій хлопець, з першим (мені тоді було 15 років) в мене не склалося відразу, і зустрічалися ми недовго, напевно, через те, що в мене є дуже багато комплексів із приводу моєї зовнішності. А з цим ми зустрічалися майже два роки, а півроку назад розлучилися. Вірніше, він кинув мене. Сказав, що більше не любить...

Перші місяці в мене були сильні істерики, я дуже важко переживала наш розрив, і чомусь мені дуже хотілося розповісти про все це мамі, хотілося, щоб вона була поруч. Але її не було... А в 39 мене не було поруч жодної людини, яка б мене по-справжньому зрозуміла.

Я дуже багато плакала, лаялася з бабусею і дідусем, дуже сильно відсторонилася від оточення, закрилася в собі...

З моменту розриву наших відносин минуло вже півроку, я все чекала, що біль відпустить, але чомусь стає все важче... В душі - порожнеча. В мене таке почуття, що жити більш нема чим, що я більш не можу довіряти людям, зовсім нікому, адже всі, кого я любила по-справжньому, зрадили мене.

Мені здається, що я відчуваю лють до всього світу. З'явилося почуття, що я більш ніколи нікого не зможу любити, що в мене ніколи не буде власної родини, такої, про яку я мріяла, раз у мене нічого не виходить із хлопцями.

Може, все це від того, що я не можу позбавитись минулого? А ще... в мене чомусь зникли всі почуття до мами, хоча всі ці роки я дуже, дуже любила

її, незважаючи на всі погані звістки про неї, і завжди чекала на неї... Мені від цього страшно, я знаю, що так не повинно бути, але, крім байдужості, у моїй душі немає вже нічого...".

*Завдання:*

- *охарактеризуйте психічний стан дівчини, аналізуючи його емоційні і когнітивні кореляти. Які особливості ціннісно-смыслового визначення свого життя та самої себе вказують на наявність в дівчини посттравматичної трансформації? Які мотиваційні та емоційно-когнітивні особливості свідчать про це?*

- *проаналізуйте психологічні та соціальні фактори, які «підготували», обумовили виникнення описаної травматичної реакції на розпад відносин?*

- *розробіть стратегію допомоги дівчині.*

6. На прийомі у психолога дівчина 20 років, яка тяжко переживає розрив стосунків з важливою для неї людиною. "Зі слів бабусі, моя мати завагітніла до заміжжя... Батьки жили погано. Батько випивав і бив маму. Через сім років вони розлучилися. Незабаром я з мамою виїхала в іншу країну, де мама знову вийшла заміж. Стосунки були більш-менш нормальними, але в матеріальному плані було дуже складно, пам'ятаю, що іноді взагалі не було чого їсти. Мама почала випивати з кожним місяцем усе більше і більше. Потім ми повернулися в Україну, жили по квартирах, мама ніде не працювала, вітчим іноді працював, але постійної роботи в нього теж не було. Проте згодом його засудили за злочинство. У 12 років мама відправила мене до бабусі на літо, а потім я залишилася там під приводом "поки вони влаштуються", і далі (до сьогодні) я живу з бабусею (мамою мого рідного батька) і дідусем. Маму я більше не бачила, лише іноді доходили чутки, що вона дуже сильно п'є. Але от уже багато років я взагалі не знаю, де вона і чи жива...

У 17 років я почала зустрічатися з хлопцем, я дуже до нього звикла. Це був другий мій хлопець, з першим (мені тоді було 15 років) у мене не склалося відразу, і зустрічалися ми недовго, мабуть, тому, що в мене є дуже багато комплексів з приводу моєї зовнішності. А з цим ми зустрічалися майже два роки, а півроку як розлучилися. Вірніше, він покинув мене. Сказав, що більше не любить...

У перші місяці в мене були сильні істерики, я дуже важко переживала наш розрив, і чомусь мені дуже хотілося розповісти про все це мамі, хотілося, щоб вона була поруч. Але її не було...

А в мене не було поруч жодної людини, яка б мене по справжньому зрозуміла. Я дуже багато плакала, лаялася з бабусею і дідусем, дуже сильно відсторонилася від оточення, закрилася в собі... З моменту розриву наших відносин минуло вже півроку, я все чекала, що біль відпустить, але чомусь стає все важче... В душі — порожнеча.

У мене таке відчуття, що жити більше не варто, що я більше не можу довіряти людям, зовсім нікому, адже всі, кого я любила по-справжньому, зрадили мене. Мені здається, що я відчуваю лють до всього світу. З'явилося відчуття, що я більше ніколи нікого не зможу любити, що в мене ніколи не буде власної родини, такої, про яку я мріяла, якщо у мене нічого не виходить із хлопцями. Можливо, все це від того, що я не можу позбавитись минулого? А ще... в мене чомусь зникли всі почуття до мамі, хоча всі ці роки я дуже, дуже любила її, незважаючи на всі погані звістки про неї, і

завжди чекала на неї... Мені від цього страшно, я знаю, що так не повинно бути, але, крім байдужості, у моїй душі немає вже нічого...”.

*Завдання:*

- *схарактеризуйте психічний стан дівчини, аналізуючи його емоційні і когнітивні кореляти. Які особливості ціннісно-сміслового визначення свого життя та самої себе вказують на наявність у дівчини посттравматичної трансформації? Які мотиваційні та емоційно-когнітивні особливості свідчать про це?*

- *проаналізуйте психологічні та соціальні фактори, які “підготували”, зумовили виникнення описаної травматичної реакції на розпад відносин?*

- *розробіть стратегію допомоги дівчині.*

7. Уважно прочитайте ситуацію, виконайте поставлені завдання. На прийомі у психолога жінка Г., 46 років, зі скаргами на тривале безсоння, “важкий” (з її слів) настрій, плаксивість, дратівливість, відсутність життєвих сил.

Вперше ці симптоми з’явилися 1,5 роки тому, незабаром після сварки з дочкою, винною в якій, на думку клієнтки, є дочка. Останнім часом, за висловлюванням жінки, її стан став зовсім нестерпним: “пропав інтерес до всього”, “все складніше стало просто жити, ходити, щось робити”.

Приводом — саме приводом, а не причиною сварки між матір’ю і дочкою, став той факт, що незаміжня дочка відмовилася перервати першу, незаплановану вагітність і народила дитину.

Реакція матері була категоричною: “Жити разом з людиною, яка не прислухалася до материнської думки, хоча вона була їй відома, я не буду ні за яких обставин”.

Передісторія ж була така. Сімейне життя Г. склалося не так, як їй хотілося. Сама вона також завагітніла ще до шлюбу, а незабаром після народження дочки розлучилася з її батьком. Заміж більше не виходила, всю себе віддавши дитині. Дочку виховувала сама, відмовившись від “послуг п’яниці-батька”. Жінка намагалася виховувати дочку так, щоб та “уникла її долі”, намагалася її переконати в тому, що заміж можна виходити тільки з любові, а не за захопленням чи пристрастю. Одного разу, під час розмови з дочкою в день її повноліття, у відповідь на зізнання дочки в особливих почуттях до хлопця мати в ультимативній формі сказала: “Якщо народиш дитину поза шлюбом, будеш сама її виховувати!”

Так і сталося. У відповідь на реакцію матері дочка виїхала в інше місто, а народивши дитину, заборонила матері навіть бачитися з онукою... На прийомі у психолога Г. наполягала на тому, що вона “не може піти проти своїх принципів”. “Інакше, стверджувала вона, я перестану поважати саму себе”.

*Завдання:*

- *який тип психічної травми описаний у ситуаційному завданні? Визначте психологічні фактори, які призвели до розгортання травматичного процесу;*

- *побудуйте стратегію психологічної роботи з жінкою (спробуйте визначити мету і основні “мішені” роботи).*

## **Форми та методи навчання і викладання**

Вивчення навчальної дисципліни реалізується в таких формах: навчальні заняття за видами, виконання індивідуальних завдань, консультації, контрольні заходи, самостійна робота.

В навчальній дисципліні використовуються такі методи навчання і викладання:

1. методи навчання за джерелами набуття знань: словесні методи навчання (лекція, пояснення, бесіда); наочні методи навчання (ілюстрація, демонстрація, спостереження); практичні методи навчання (аналіз кейсів, рольове моделювання психотерапевтичної взаємодії, супервізійне обговорення практичних вправ);

2. методи навчання за характером логіки пізнання: аналітичний; синтетичний; індуктивний; дедуктивний;

3. методи навчання за рівнем самостійної розумової діяльності тих, хто навчається: проблемний виклад; частково-пошуковий; дослідницький;

4. інноваційні методи навчання: робота з навчально-методичною літературою та відео метод; навчання з використанням технічних ресурсів; інтерактивні методи; методи організації навчального процесу, що формують соціальні навички;

5. науково-дослідна робота;

6. самостійна робота.

## **Засоби оцінювання**

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: залік, стандартизовані тести, наскрізні та командні проекти, аналітичні звіти, есе, презентація власних досліджень, виконання ситуаційних завдань.

## **Критерії оцінювання**

Оцінювання рівня навчальних досягнень здобувачів з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті цивільного захисту України за 100-бальною шкалою.

## **Форми поточного та підсумкового контролю**

Поточний контроль результатів навчання здобувачів освіти проводиться у формі: фронтального та індивідуального опитування, виконання письмових завдань, практичних завдань, проєктної роботи тощо.

Підсумковий контроль проводиться у формі заліку.

**Розподіл балів, які отримують здобувачі очної форми навчання, за результатами опанування навчальної дисципліни, формою підсумкового контролю якого є: залік**

Розподіл балів										
Модуль 1										
Поточний контроль та самостійна робота								Індивідуальні завдання	Модульна контрольна робота	Сума балів
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	до 35	T.T. 1-8	100
до 5	до 5	до 5	до 5	до 5	до 5	до 5+5	до 5+5		до 15	

**Розподіл балів, які отримують здобувачі заочної форми навчання, за результатами опанування навчальної дисципліни, формою підсумкового контролю якого є: залік**

Розподіл балів											
Модуль 1											
Поточний контроль та самостійна робота								Індивідуальні завдання	Модульна контрольна робота	Залік	Сума балів
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	до 45	T.T. 1-8	до 30	100
					до 5		до 5		до 15		

**Поточний контроль** проводиться на кожному семінарському занятті. Він передбачає оцінювання теоретичних знань та практичних умінь здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу).

*Критерії поточного оцінювання знань здобувачів на семінарському занятті дисципліни здійснюється в діапазоні від 0 до 5 балів:*

5 балів – завдання виконане, відповідь вірна, наведено переконливу аргументацію.

4 бали – завдання виконане, відповідь вірна, але обґрунтування відповіді недостатнє.

3 бали – завдання виконане, але обґрунтування відповіді недостатнє, допущені незначні помилки.

2 бали – завдання виконане частково, допущені значні помилки.

1 бал – завдання виконане на рівні окремих фрагментів.

0 балів – завдання не виконане.

Викладачем оцінюється повнота розкриття питання, цілісність, системність, логічна послідовність, вміння формулювати висновки, акуратність оформлення письмової роботи, самостійність виконання. При виконанні практичних завдань оцінюється вміння правильно підібрати психодіагностичний комплекс, технології психологічної допомоги та вміння їх застосовувати на практиці.

*Підсумкова модульна робота* є складовою підсумкового контролю і здійснюється шляхом проведення письмової контрольної роботи у межах залікового модулю дисципліни.

Кожен варіант підсумкової модульної роботи для здобувачів очної форми навчання складається з блоку тестових та одного ситуаційного завдання; для здобувачів заочної форми навчання двох теоретичних завдань та одного ситуаційного.

Відповіді на поставленні завдання повинні відображати вільне володіння обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміння застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки.

*Критерії оцінювання знань здобувачів очної форми навчання при виконанні модульної роботи.*

Підсумкова модульна робота оцінюється в діапазоні від 0 до 15 балів: тестові завдання: вага одного правильно вирішеного тестового завдання становить 1 бал, максимальна кількість балів за правильне вирішення усіх тестових завдань становить 10 балів. Ситуаційне завдання: максимальна кількість балів за вирішення ситуаційного завдання становить 5 балів. При вирішенні даного завдання оцінюється особиста позиція на проблемну ситуацію (до 2 балів), чіткість та лаконічність відповіді (до 1 бала) та творчий підхід (до 2 балів).

*Критерії оцінювання знань здобувачів заочної форми навчання при виконанні модульної роботи.*

Підсумкова модульна робота оцінюється в діапазоні від 0 до 15 балів: максимальна сума балів за правильне виконання теоретичних завдань складає 10 балів. Вага одного правильно вирішеного теоретичного завдання складає 5 балів: 5 балів – завдання виконане в повному обсязі, відповідь вірна; 4 бала – завдання виконане вірно, допущені незначні помилки; 3 бали – завдання виконане уцілому вірно, допущені помилки; 2 бала – завдання виконане частково, допущені значні помилки; 1 бал – завдання виконане на рівні окремих фрагментів; 0 балів – завдання не виконане.

Максимальна сума балів за виконання ситуаційного завдання складає 5 балів. При його оцінюванні береться до уваги: вміння застосовувати знання на практиці – до 2 балів; вміння оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки – до 2 балів; вміння виявляючи особисту позицію, вміло використовувати міжпредметні зв'язки – до 1 бала.

**Підсумковим контролем** успішності з дисципліни є диференційний залік, який полягає в накопичувальній оцінці в балах із засвоєння здобувачами навчального матеріалу дисципліни на підставі результатів виконаних індивідуальних завдань, різних видів навчальних робіт на семінарських заняттях, визначених робочою програмою.

Складання заліку здобувачами заочної форми навчання відбувається у формі розв'язання 30 тестових завдань та виставлення підсумкових балів (з урахуванням накопичених балів за виконанні індивідуальні завдання, контрольну роботу) за навчальну дисципліну. Вага одного правильно вирішеного тестового завдання становить 1 бал, максимальна кількість балів за правильне вирішення усіх тестових завдань становить 30 балів.

*У разі не згоди із результатом підсумкового контролю або порушенням процедури його проведення здобувач має право на їхнє оскарження. Порядок такого оскарження викладений у Положенні про організацію освітнього процесу в Національному університеті цивільного захисту України.*

**Оцінювання самостійної роботи.** Результати самостійної роботи спеціально не оцінюються, але виявляються під час діагностики знань з навчальної дисципліни. Навчальний матеріал дисципліни, засвоєний у процесі самостійної роботи, виноситься на підсумковий контроль, передбачений робочим навчальним планом, разом з іншим навчальним матеріалом дисципліни і оцінюється за критеріями відповідного підсумкового контролю.

**Оцінювання індивідуальних завдань** здійснюється під час поточного контролю теми на відповідному аудиторному занятті. Оцінювання тем, які виносяться лише на самостійну роботу і не входять до тем аудиторних занять, навчальних практик/практичних занять, контролюється під час модульного та підсумкового контролів. Оцінювання індивідуальних завдань здобувачів залежать від форми виконання індивідуального завдання, наприклад:

*Реферат, доповідь:* 3 бали – у роботі здобувачі правильно виокремили основні положення з різних джерел, логічно та структурно об'єднали їх, коротко проаналізували та зробили ґрунтовні узагальнюючі висновки. Дотримано усі вимоги щодо структурної побудови роботи. Робота містить список використаної літератури, що включає вітчизняні та іноземні літературні джерела;

2 бали – у роботі здобувачі в цілому правильно виокремили основні положення кожного з джерела, але не зробили їх відповідного аналізу та узагальнюючих висновків. Дотримано більшість вимог щодо структурної побудови роботи. Робота містить список використаної літератури, що складається лише з вітчизняних літературних джерел;

1 бал – у роботі здобувачі фрагментарно виокремили основні положення кожного з джерела, не зробили їх відповідного аналізу та узагальнюючих висновків. Не дотримано вимог щодо структурної побудови роботи. Список використаної літератури оформлений не вірно або відсутній;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлено факти академічної недобросовісності.

*Підготовка огляду певної наукової проблеми/аналізу ситуації:*

5 балів – робота виконана у повному обсязі із чітким дотриманням визначеної структури. Робота містить ґрунтовний аналіз, висновки та рекомендації з порушеної проблеми;

4 бали – робота виконана у повному обсязі із дотриманням визначеної структури за виключенням деяких елементів. Робота містить аналіз, висновки та рекомендації з порушеної проблеми;

3 бали – робота виконана частково із дотриманням визначеної структури, що містить більшість необхідних елементів. Робота містить поверхневий аналіз, висновки та окремі рекомендації з порушеної проблеми;

2 бали – робота виконана частково. Структура роботи недотримана. Робота містить поверхневий аналіз, окремі висновки. Рекомендації з порушеної проблеми відсутні;

1 бал – робота виконана на рівні окремих фрагментів. Структура роботи недотримана. Робота містить поверхневий аналіз, висновки зроблені не вірно. Рекомендації з порушеної проблеми відсутні;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлено факти академічної недоброчесності.

*Есе:* 3 бали – здобувач створює оригінальний за думкою та оформленням письмовий твір відповідно до навчальної ситуації; повно, вичерпно висвітлює тему; вправно формулює тезу; аналізує різні погляди на той самий предмет, наводить доречні аргументи, використовує набуту з різних джерел інформацію для розв'язання певних психологічних проблем; приклади переконливі, конкретизовані; цілісний, послідовний і несуперечливий розвиток думки (логічність і послідовність викладу); висновок відповідає запропонованій темі й органічно впливає зі сформульованої тези, аргументів і прикладів;

2 бали – здобувач самостійно будує послідовний, повний, логічно викладений текст; формулює тезу, що відповідає запропонованій темі; загалом розкриває тему, висловлює основну думку; наводить доречні аргументи; висновок відповідає запропонованій темі; у роботі виявлені недоліки за двома показниками: тезу чітко не сформульовано, відсутність виразної особистісної позиції, належної її аргументації;

1 бал – побудований текст характеризується фрагментарністю; сформульована теза не відповідає запропонованій темі; наведені аргументи не є доречними; прикладів немає або вони не є доречними;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлено факти академічної недоброчесності.

*Групова презентація:* 3 бали – усі ідеї подані таким чином, що демонструють глибокі знання здобувачів про предмет дослідження і здатність мислити логічно. Тема презентації чітко визначена і добре розроблена. Презентація має зрозумілу і логічну структуру, організована. Дотримані прийняті норми культури презентації, автори творчо підійшли до її оформлення. Робота не переобтяжена текстом. Наявні гіперпосилання працюють коректно. Усі учасники групи беруть активну участь у висвітленні презентації;

2 бали – більша частина ідей подані таким чином, що демонструють значні знання здобувачів про предмет дослідження і здатність мислити логічно. Тема презентації доволі чітко визначена і задовільно розроблена. Презентація має зрозумілу і логічну структуру, у достатній мірі організована. Дотримані прийняті норми культури презентації. Робота дещо переобтяжена текстом, що ускладнює її сприйняття. Наявні гіперпосилання працюють. Переважна більшість учасників групи беруть участь у висвітленні презентації;

1 бал – більшість ідей у презентації виражені нечітко. Тема визначена нечітко і розроблена з помилками. Презентація має порушену структуру або взагалі її не має. Зустрічається багато порушень прийнятих норм культури проведення презентації. Окремі учасники групи або лише один з них може пояснити викладені ідеї;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлені факти академічної не доброчесності;

*Проектна діяльність:* 5 балів – робота виконана у повному обсязі на актуальну та практично значущу тему. Наявний творчий підхід до вирішення проблеми. У роботі правильно визначено об'єкт та предмет дослідження. Обґрунтовано використано доцільні методи. Містяться відповідні висновки з якісними і кількісними даними. Презентація проекту містить необхідний ілюстраційний матеріал, доповідач вільно орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання;

4 бали – робота виконана у повному обсязі на актуальну та практично значущу тему. У роботі правильно визначено об'єкт та предмет дослідження. Доцільно використано методи. Містяться відповідні висновки. Презентація проекту містить необхідний ілюстраційний матеріал, доповідач орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання з незначними помилками;

3 бали – робота виконана. У роботі визначено об'єкт та предмет дослідження, що потребують уточнення. Доцільно використано методи. Містяться відповідні висновки. Презентація проекту містить ілюстраційний матеріал, дещо перевантажений текстом, доповідач переважно орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання з помилками.

2 бали – робота виконана частково. У роботі невірно визначено об'єкт та предмет дослідження. Використані методи переважно вжито доцільно. Містяться часткові висновки. Презентація проекту перевантажена текстом, доповідач слабо орієнтується у поданому матеріалі, відповідає на поставлені запитання з грубими помилками;

1 бал – робота виконана на рівні окремих фрагментів. У роботі невірно визначено об'єкт та предмет дослідження або вони відсутні. Використані методи недоцільні. Містяться часткові висновки. Презентація проекту відсутня, доповідач не орієнтується у поданому матеріалі;

0 балів – завдання не виконано або у роботі виявлені факти академічної не доброчесності.

## Перелік завдань для підготовки до модульної контрольної роботи

1. Здійснить теоретико-методологічний аналіз поняття психічної травми у сучасній психологічній науці.
2. Проаналізуйте наукові підходи до визначення та класифікації травматичних ситуацій.
3. Розкрийте сутність, ознаки та психологічні маркери психічної травми.
4. Охарактеризуйте психофізіологічні механізми переживання психічної травми.
5. Проаналізуйте етапи реакцій особистості на психічну травму.
6. Охарактеризуйте психологічні, психосоматичні та соціальні наслідки психічної травми.
7. Розкрийте сучасні підходи до подолання психічної травми та її наслідків.
8. Проаналізуйте психотравмуючий потенціал критичних життєвих ситуацій.
9. Визначте та обґрунтуйте фактори стійкості особистості до психотравмуючих впливів.
10. Систематизуйте наукові підходи до класифікації психотравм та критерії їх диференціації.
11. Проаналізуйте феномени гострої, хронічної психотравми та накопиченого травматичного стресу.
12. Охарактеризуйте психосоціальні проблеми особистості в посттравматичний період.
13. Розкрийте діагностичні критерії та психологічні ознаки посттравматичного стресового розладу.
14. Проаналізуйте типи травмуючих ситуацій та відповідні посттравматичні стресові реакції.
15. Охарактеризуйте психологічні особливості травмованої особистості.
16. Проаналізуйте вплив психотравмуючих ситуацій із персоніфікованим джерелом травматизації.
17. Розкрийте сутність і основні форми емоційного насильства як чинника психічної травматизації.
18. Проаналізуйте типи та види психотравмуючих партнерських і батьківсько-дитячих взаємин.
19. Охарактеризуйте особливості реагування дітей і підлітків на травмуючі ситуації.
20. Проаналізуйте специфіку перебігу посттравматичних стресових розладів у дітей та підлітків.
21. Розкрийте особливості психологічної та соціально-педагогічної допомоги дітям і підліткам, які пережили психотравму.
22. Охарактеризуйте психологічні особливості переживання дітьми горя як особливого виду психотравми.
23. Проаналізуйте трансформацію внутрішнього простору особистості після пережитої психотравмуючої ситуації.

24. Охарактеризуйте особливості функціонування Его-системи після психотравми.

25. Розкрийте можливості гештальт-підходу у роботі з травмуючими ситуаціями.

26. Проаналізуйте потенціал екзистенційної психотерапії у подоланні наслідків травмуючих ситуацій.

27. Розкрийте особливості біхевіорального підходу у роботі з психотравмами.

28. Проаналізуйте специфіку арттерапії у психологічній допомозі особам, які пережили психотравму.

29. Розкрийте практичні можливості технік ОТІ, ВКД і метафоричних асоціативних карт у роботі з психотравмою.

30. Здійсніть порівняльний аналіз сучасних психотерапевтичних підходів і технік у роботі з наслідками психотравматизації.

### **Політика викладання навчальної дисципліни**

1. Активна участь в обговоренні навчальних завдань, попередня підготовка до семінарських занять за рекомендованою літературою, якісне і своєчасне виконання завдань.

2. Беззастережне дотримання під час занять правил безпеки, вимог охорони праці, санітарно-гігієнічних норм та протиепідемічних заходів.

3. Сумлінне виконання розкладу занять з навчальної дисципліни (здобувачі освіти, які запізнилися на заняття, до заняття не допускаються).

4. Здобувачі освіти мають право на визнання результатів навчання з дисципліни, набутих у неформальній та/або інформальній освіті.

5. Здобувачі освіти мають право на оскарження результатів підсумкового контролю з дисципліни або процедури його проведення.

6. Здобувачі освіти мають право на самостійний вибір форм і проблематики індивідуальних завдань.

7. При виконанні індивідуальної роботи здобувачі освіти зобов'язані дотримуватись політики академічної доброчесності. У разі виявлення фактів порушення політики здобувачі несуть персональну відповідальність згідно із законодавством України та нормативними документами НУЦЗ України.

### **Рекомендовані джерела інформації**

#### **Базова література**

1. Блінов О. А. Психологія бойової психічної травми: монографія. Київ : Талком, 2016. 246 с.

2. Герасименко Л.О., А.М. Скрипніков, Р.І. Ісаков. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник, 2-е видання. Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2025.
3. Ерфорд Бредлі Т. 45 основних технік для психологічного консультування. Київ. : «Науковий світ», 2024. 590 с.
4. Вознесенська О. Л., Сидоркіна М. Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми: Практичний посібник. Київ: Золоті ворота, 2015. 202 с.
5. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів, Видавництво Старого Лева, 2015. 424 с.
6. Маккей М., Феннінг П., Пул Е., Зуріта О. Зцілення емоційного болю. Техніки процесно-орієнтованої КПТ для подолання смутку, страху, тривоги й сорому та досягнення спокою та життєстійкості. Робочий зошит. Київ.: «Науковий світ», 2025. 272 с.
7. Малхазов О. Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 215 с.
8. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації. Миколаїв: Іліон, 2016. 224 с.
9. Мішиєв В.Д., Михайлов Б.В., Гриневич Є.Г., Омелянович В.Ю. Розлади психічної сфери внаслідок бойових дій: навчальний посібник 2-е видання. Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2024.
10. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник. К. : ТОВ «Видавництво «Логос», 2015.
11. Психологія травмуючих ситуацій : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
12. Розов В.І. Психологія екстремальних ситуацій. Київ : КНТ. 3-тє видання, 2024. 712 с.

### **Допоміжна література**

1. Євдокимова Н. О., Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Особистість у кризових ситуаціях : огляд сучасних психодіагностичних методик : навчальний посібник. Миколаїв : Іліон, 2016. 342 с.
2. Коен Д., Маннаріно Е., Деблінджер Е. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату. Львів : Свічадо, 2016. 264 с.
3. Кириленко Т. С. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студентів ВНЗ. К. : Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка, 2014. 135 с.
4. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію. Львів: Видавництво Українського католицького університету: Свічадо, 2014. 120 с.
5. Посттравматичний стресовий розлад : адаптована клінічна настанова, заснована на доказах / Державний експертний центр Міністерства охорони здоров'я України; Асоціація психіатрів України; Всеукраїнське громадське об'єднання родин загиблих та безвісти зниклих, учасників антитерористичної

операції, ветеранів війни та активістів волонтерського руху «Крила 8 сотні». 2016. 164 с.

6. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти. Методичний посібник / Упор. : Д. Романовська, О. Ілащук. Чернівці : Технодрук, 2014. 133 с.

7. Сабліна Н. Психологічне консультування та психотерапія складних запитів: травма, ПТСР, насильство, зґвалтування, горе, втрата. Робота з дітьми, підлітками, дорослими, військовими і їх сім'ями. Навчально-терапевтичний посібник / укл. Сабліна Н.В. – Вінниця: ТВОРИ, 2024. 224 с.

8. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ.навч. закл. К.: ДП Вид. Дім Персонал, 2017. 160 с.

9. Шевченко Н. Ф. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях : навчальний посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2021.

10. Cannon K.E. Suicide: Phenomenology and Neurobiology / Cannon K.E., Hudzik T.J. (eds.). Springer, 2014. 309 p.

11. Мохнар Л.І. Психологія діяльності в особливих умовах : навч.посіб. / Л.І. Мохнар, М.В. Фомич, Г.С. Грибенюк, О.М. Дячкова та ін.; за заг. ред. проф. М.А. Кришталя. Черкаси: видавець Третяков О.М., 2021. 120 с.

12. Фомич, М., Мохнар, Л. Екстрена психологічна допомога постраждалим внаслідок ракетного удару по ТЦ «АМСТОР» у місті Кременчуці. *Вісник Національного університету оборони України*. 76 (6), 2023. 193–199.

13. Фомич М., Мохнар Л. Досвід надання екстреної психологічної допомоги постраждалим внаслідок ракетного удару по житловому будинку в місті Умані Проблеми психології діяльності в особливих умовах: Матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф., м. Черкаси, 23 квітня 2024 р., 2024. С. 320.

14. Фомич М., Мохнар Л. Особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах війни (на прикладі роботи психологів ДСНС у м. Кременчук та м. Умань). Особистість в екстремальних умовах: матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції (24 травня 2024 р., м. Львів). Львів, 2024. С. 104.

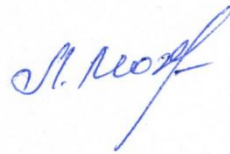
15. Vovk N. P., Mokhnar L. I., Diachkova O. M. Psychological aspects of communication improvement in the emergencies. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 35 (74) № 6, 2024.

### **Інформаційні ресурси**

1. Бібліометрика української науки. URL : <https://nbuviar.gov.ua>.
2. Електронна бібліотека закладів вищої освіти ДСНС. URL: <https://elibrary.net.ua>.
3. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL : <http://www.nbuv.gov.ua>
4. Цифровий репозитарій наукових праць НУЦЗ України URL : <http://repositsc.nuczu.edu.ua>.
5. Open Library. Режим доступу: <https://openlibrary.org>

6. Open Science in Ukraine (OSU). Режим доступу: <https://openscience.in.ua>.
7. ORCID. URL : <https://orcid.org>.
8. ResearchGate. URL : <https://www.researchgate.net>.
9. Scopus. URL : <https://www.scopus.com>.
10. Web of Science. URL : <https://access.clarivate.com>.

Розробник:  
доцент кафедри психології  
діяльності в особливих умовах  
кандидат педагогічних наук



Людмила МОХНАР