

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Центральноукраїнський державний  
університет імені Володимира Винниченка

Факультет педагогіки, психології та мистецтв  
Кафедра психології та соціальної роботи

«ЗАТВЕРДЖУЮ»  
Завідувач кафедри



Гейко Є.В

«4» серпня 2023 року



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Психологія посттравматичної реабілітації**

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки


Спеціальність: 053 Психологія

Освітня програма Психологія (практична психологія) (перехресний вступ)

Форма навчання Денна / Заочна

2023 – 2024 навчальний рік


Робоча програма навчальної дисципліни Психологія посттравматичної реабілітації, розроблена на основі освітньо-професійної програми Психологія (практична психологія) (перехресний вступ), навчального плану підготовки здобувачів вищої освіти освітнього ступеня магістр за спеціальністю 053 Психологія

Розробники:  канд. психол. наук, доцент Мельничук І.Я.  
(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні кафедри

Протокол від « 4 » серпня 2023 року № 1

Завідувач кафедри

  
(підпис)

Гейко Є.В.  
(прізвище та ініціали)

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія посттравматичної реабілітації» для студентів спеціальності 053 Психологія за другим (магістерським) рівнем вищої освіти. ЦДУ імені В. Винниченка, 2023. 13с.

© Мельничук І.Я., 2023 рік  
© ЦДУ імені В. Винниченка,  
2023 рік

# 1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

## 1.1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни		
		денна форма навчання	заочна форма навчання	
Кількість кредитів – 5	Галузь знань <u>05 Соціальні та поведінкові науки</u> (шифр і назва)	Нормативна		
Індивідуальне навчально-дослідне завдання	Спеціальність: <u>053 Психологія</u> (шифр і назва)	Рік підготовки		
		2-й	2-й	
Загальна кількість годин – 150		Семестр		
		3-й	3-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 8	Освітня програма: <u>Психологія (практична психологія)</u> (перехресний вступ)	28 год.	8 год.	
		Практичні, семінарські		
		20 год.	4 год.	
		Лабораторні		
		Рівень вищої освіти: <u>другий (магістерський)</u>		
			Самостійна робота	
			102 год.	138 год.
			Індивідуальні завдання:	
			год.	
			Вид контролю:	
Залік	Залік			

## 1.2. Мета та завдання навчальної дисципліни

*Мета* засвоєння знань про критерії, основні принципи та методики діагностики та надання психологічної допомоги при ПТСР, формування вмінь з психологічної реабілітації при посттравматичних стресових розладах.

*Завдання:*

- опрацювання основних теоретичних підходів надання психологічної допомоги на різних стадіях травматичного стресу;
- здійснення аналізу критеріїв і проявів ПТСР у клієнтів різного віку;
- вироблення навичок психологічної діагностики ПТСР;
- формування вміння попереджувати виникнення ПТСР;

- формування уміння планувати і проводити реабілітаційну індивідуальну та групову роботу при ПТСР;
- формування уміння володіти методами і техніками психологічної реабілітації при ПТСР.

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студента мають бути сформовані такі *компетентності*:

загальні	фахові
<p><i>Інтегральна компетентність.</i> Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується невизначеністю умов і вимог.</p> <p><i>Загальні компетентності.</i> ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК 4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК 5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. ЗК 6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК 7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p>	<p>СК 1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та практики. СК 3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та доказові методики і техніки практичної діяльності. СК 4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну) з використанням науково верифікованих методів та технік. СК 7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності. СК 9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.</p>

### 1.3. Очікувані програмні результати навчання:

ПР 1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР 2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.

ПР 3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки.

ПР 5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР 9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на етичні принципи та загальнолюдські цінності.

## **2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади посттравматичної стресової реабілітації**

**Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога.**

Класифікація розладів психіки, що виникають в наслідок екстремальних ситуацій. Фактори, від яких залежить вплив психотравмуючих подій.

Особливості стресових реакцій в учасників бойових дій: психологічні реакції, дезадаптивні реакції, гострі афективні реакції, невротичні реакції, патохарактерологічні реакції, гострі реактивні психози. Особливості надання первинної психологічної допомоги на різних етапах травматичного стресу. Дебрифінг.

**Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу**

Основні симптоми та критерії ПТСР. Додаткові симптоми ПТСР. Теоретичні концепції ПТСР: психофізіологічна, психодинамічна, когнітивна та інформаційна. Можливі вікові реагування на кризову ситуацію. Реакції дітей на надзвичайні ситуації.

### **Змістовий модуль 2. Науково-практичні аспекти психології посттравматичної стресової реабілітації**

**Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.**

Принципи психологічної діагностики при ПТСР. Методики психодіагностики ПТСР «Метод структурованого клінічного інтерв'ю», «Шкала для клінічної діагностики ПТСР», «Опитувальник травматичного стресу», «Шкала оцінки тяжкості впливу травмуючої події», «Додаткова шкала PTSDMMPI».

**Тема 4. Пост-травматична стресова реабілітація**

Принципи надання психологічної допомоги особам, які перебували надзвичайних ситуаціях. Рівні психологічної допомоги при ПТСР. Створення «Безпечного місця». Кризове консультування. Десенсибілізація та переробка інформації посттравматичного синдрому за допомогою рухів очей (ДПРО). Психокорекція страхів і тривожності.

**Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами**

Техніки, що використовуються при роботі з психологічною травмою. Психологічні інструменти у роботі з інтрузивними спогадами. Робота з униканням і тригерами. Альтернативні вправи на релаксацію. Техніки зцілення та активації цінностей. Техніки і вправи розвитку резилієнтності.

### 3. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви розділів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд.	СРС		л	п	лаб.	інд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Розділ 1/Модуль 1. Теоретико-методологічні засади посттравматичної стресової реабілітації</b>												
Тема 1. Пост-травматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	23	6	2			15	22	2				20
Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	23	6	2			15	27	2				25
Разом за Розділом 1	46	12	4			30	49	4				45
<b>Розділ 1/Модуль 2. Науково-практичні аспекти психології посттравматичної стресової реабілітації</b>												
Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.	30	4	4			22	33	2	1			30
Тема 4. Пост-травматична стресова реабілітація	32	6	6			20	33	2	1			30
Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	42	6	6			30	35		2			33
Разом за Розділом 2	104	16	16			72	101	4	4			93
<b>Усього годин</b>	<b>150</b>	<b>28</b>	<b>20</b>			<b>102</b>	<b>150</b>	<b>8</b>	<b>4</b>			<b>138</b>

## 4. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### 4.1. Теми лекційних занять

#### 4.1.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	6
2	Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	6
3	Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.	4
4	Тема 4. Посттравматична стресова реабілітація	6
5	Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	6

#### 4.1.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	2
2	Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	2
3	Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.	2
4	Тема 4. Посттравматична стресова реабілітація	2
5	Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	

### 4.2. Теми семінарських (практичних) занять

#### 4.2.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	2
2	Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	2
3	Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.	4
4	Тема 4. Посттравматична стресова реабілітація	6
5	Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	6

#### 4.2.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	
2	Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	
3	Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному	1

	стресовому розладі.	
4	Тема 4. Посттравматична стресова реабілітація	1
5	Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	2

#### 4.4. Завдання для самостійної роботи

##### 4.4.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	15
2	Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	15
3	Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.	22
4	Тема 4. Посттравматична стресова реабілітація	20
5	Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	30

##### 4.4.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та первинна психологічна допомога	20
2	Тема 2. Поняття та критерії посттравматичного стресового розладу	25
3	Тема 3. Особливості діагностування при посттравматичному стресовому розладі.	30
4	Тема 4. Посттравматична стресова реабілітація	30
5	Тема 5. Методи та техніки надання психологічної допомоги особам з посттравматичними стресовими розладами	33

#### 4.6. Методи навчання

Під час вивчення дисципліни «Психологія посттравматичної стресової реабілітації» передбачено комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяє розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця, з урахуванням індивідуальних особливостей учасників освітнього процесу.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання. Це – комп'ютерна підтримка освітнього процесу, впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, мозковий штурм, ситуативне моделювання, опрацювання дискусійних питань, кейс-метод, проектний метод тощо).

За джерелами знань на заняттях використовуються словесні (розповідь, бесіда, лекція) та практичні методи.

За рівнем самостійної розумової діяльності використовуються проблемно-інформаційний, проектно-пошуковий, дослідницький методи.



Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

1) Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна-лекція);
- наочні (презентація, демонстрування);
- практичні методи (вправи; практичні завдання).

2) Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- метод проблемного викладу матеріалу;
- моделювання життєвих ситуацій;
- мозковий штурм;
- метод опори на життєвий досвід;
- навчальної дискусії.

3) Методи контролю й самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності:

- усного контролю;
- письмового контролю;
- самоконтролю та взаємоконтролю;
- рецензування відповідей.

#### **4.7. Засоби діагностики результатів навчання здобувачів освіти.**

##### **Порядок та критерії виставлення балів**

Контрольні заходи здійснюються з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, системності, всебічності.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання можуть бути:

- залік;
- стандартизовані тести;
- наскрізні проєкти;
- аналітичні звіти, реферати, есе;
- розрахункові та розрахунково-графічні роботи;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
- студентські презентації та виступи на наукових заходах;
- розрахункові роботи;
- завдання на лабораторному обладнанні, реальних об'єктах тощо;
- інші види індивідуальних та групових завдань.

Використовуються такі методи контролю (усний, письмовий), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів до навчально-пізнавальної діяльності.

**Поточний контроль.** *Завданням поточного контролю* є перевірка розуміння та засвоєння певної частини учбового матеріалу, рівня сформованості навичок, умінь самостійно опрацьовувати навчальний матеріал, здатності осмислити зміст теми.

*Об'єктами поточного контролю знань студента* є систематичність та активність роботи на заняттях; виконання завдань для самостійної роботи. Оцінюванню можуть підлягати: рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах на практичних/семінарських заняттях; активність при обговоренні питань практичного/семінарського/лабораторного заняття; результати тестування тощо.

У разі невиконання завдань поточного контролю студент має право скласти їх індивідуально до останнього практичного заняття за дозволом завідувача кафедри. Порядок такого контролю регламентований викладачем.

Підсумковий контроль. **Завданням підсумкового контролю** є перевірка розуміння студентом програмного матеріалу в цілому, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання накопичених знань, уміння сформулювати своє ставлення до певної проблеми навчальної дисципліни тощо.

#### **4.8. Перелік програмових питань для самоконтролю:**

1. Класифікація розладів психіки, що виникають в наслідок екстремальних ситуацій. Фактори, від яких залежить вплив психотравмуючих подій.
2. Особливості стресових реакцій в учасників бойових дій: психологічні реакції, дезадаптивні реакції, гострі афективні реакції, невротичні реакції, патохарактерологічні реакції, гострі реактивні психози.
3. Особливості надання первинної психологічної допомоги на різних етапах травматичного стресу.
4. Психологічний дебрифінг як метод надання психологічної допомоги при ПТСР.
5. Основні завдання психологічного дебрифінгу.
6. Частина і фази психологічного дебрифінгу.
7. Основні симптоми та критерії ПТСР.
5. Додаткові симптоми ПТСР.
6. Психофізіологічна теоретична концепція ПТСР.
7. Психофізіологічна теоретична концепція ПТСР
8. Психодинамічна теоретична концепція ПТСР
9. Когнітивна теоретична концепція ПТСР
10. Інформаційна теоретична концепція ПТСР
11. Можливі вікові реагування на кризову ситуацію.
12. Реакції дітей на надзвичайні ситуації.
13. Принципи психологічної діагностики при ПТСР.
14. Характеристика методик психодіагностики ПТСР.
15. Принципи надання психологічної допомоги особам, які перебували надзвичайних ситуаціях.
16. Рівні психологічної допомоги при ПТСР.
17. Створення «Безпечного місця».
18. Десенсибілізація та переробка інформації посттравматичного синдрому за допомогою рухів очей (ДПРО).
19. Психокорекція страхів і тривожності.
20. Техніки, що використовуються при роботі з психологічною травмою.
21. Психологічні інструменти у роботі з інтрузивними спогадами.
22. Робота з униканням і тригерами.
23. Альтернативні вправи на релаксацію. Техніки зцілення та активації цінностей.
24. Техніки і вправи розвитку резильєнтності.

#### 4.9. Схема нарахування балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота							Сума	
Розділ 1		Розділ 2			Контрольна робота	Разом	Макс. - 100	100
T1	T2	T3	T4	T5				
10	15	15	15	15	30	100		

T1, T2 ... T6 – теми розділів.

#### Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73		
60-63	задовільно	
35-59	незадовільно	незараховано
1-34	незадовільно	незараховано

### 5. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

#### 5.1. Рекомендована література

##### Основна:

1. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник для студентів вищих медичних навчальних закладів МОЗ України / О.П. Венгер [та ін.]. Тернопіль: Укрмедкнига, 2016. 260 с.
2. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Ніка-Центр, 2009. 580 с.
3. Мельничук І.Я., Цапенко ОВ. Психологічна допомога особистості з посттравматичним синдромом. Кіровоград: Видавництво КОІППО імені Василя Сухомлинського, 2006. 52с
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник / ред. Н. Пророк. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
5. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. Х.: Изд-во Гуманитарный центр, 2008. 292 с.

## Допоміжна:

1. Ващенко І.В., Антонова О.Г. Конфлікт. Посттравматичний стрес: шляхи їх подолання. К.: Знання, 1998. 289 с.
2. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. К.: ІНКОС, 2002. 272 с.
3. Корольчук М.С. Актуальні проблеми психофізіології військової діяльності: Навчальний посібник. К.: КВГІ, 1996. 164 с.
4. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. Х.: Изд-во Гуманитарный центр, 2008. 292 с.
5. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: Навч. посібник. К.: Либідь, 1996. 264 с.

## Інформаційні ресурси

1. Досвід надання допомоги дітям і сім'ям - жертвам військового конфлікту : практ. посіб. / І.О.Корнієнко, І. М. Лісовецька, Ю. А. Луценко, Д. Д. Романовська. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. 152 с. <http://surl.li/kzlvvr>
2. Корнієнко І.О. Огляд життя як метод корекції опановувальної поведінки літніх. *Генеза буття особистості*. К. 2017. С. 87-88 <http://surl.li/kzlvw>
3. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / авт. кол ; заг. ред. В. Г. Панок, І. І. Ткачук. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с. <http://surl.li/axnzk>
4. Корольчук О.Л., Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні <http://surl.li/kpqjm>
5. ПТСР. Коло сім'ї. <https://k-s.org.ua/ptsd/>
6. Ларіна Т.О. Соціально-психологічна реабілітація особистості: покрокове набуття життєздатності. *Проблеми соціально-психологічної реабілітації* <http://surl.li/kpqdw>
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник / ред. Н. Пророк. Том 1. Київ, 2018. 208 с. <http://surl.li/kpqll>
8. Посттравматичний стресовий розлад в умовах воєнних дій: методи лікування <http://surl.li/kpqsy>
9. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник для студентів вищих медичних навчальних закладів МОЗ України / О.П. Венгер [та ін.]. Тернопіль: Укрмедкнига, 2016. 260 с. <http://surl.li/kpqnl>
10. Посттравматичний стресовий розлад в умовах війни: роз'яснення психологів <http://surl.li/dydri>
11. Протокол з діагностики та терапії ПТСР Національного інституту клінічної майстерності Великобританії (NICE). Львів. 2015 <http://surl.li/ggfgl>
12. Радчук Г. Психологічна підтримка педагогів під час війни. *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки:*

Збірник тез III Міжнародної наукової конференції, 20-21 квітня 2023 р..  
Упорядники: А.А. Криськов, Н.В. Габрусєва. Тернопіль: ФОП Паляниця В. А.,  
2023. С. 30-32 <http://surl.li/kzlwf>

13. Ушакова І.М., Чернова О.В. Проблема психологічної реабілітації працівників ДСНСУ, які виконувати свої професійні обов'язки в зоні збройного конфлікту. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2016. Вип. 19 <http://surl.li/kpqeq>
14. Чеклист: 8 кроків, як допомогти близькій людині подолати ПТСР <http://surl.li/kpqwx>
15. Як відновитись після пережитих травмуючих подій. Мінветеранів видало довідник «Невидимі наслідки війни» <http://surl.li/ktksh>

## **6. ПОЛІТИКА ЩОДО АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ**

Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральнотернопільському державному педагогічному університеті імені Володимира Винниченка» (затверджене вченою радою, протокол №2 від 30.09.2019; №10 від 07.02.2022).