

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ

Факультет культурології та соціальних комунікацій  
Кафедра психології, педагогіки та філології

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
Декан факультету



Наталя КОРЖИК

**Робоча програма навчальної дисципліни**

**«ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ»**

Галузь знань — 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність — 053 Психологія

Освітньо-професійна програма — Кризова психологія

Рівень вищої освіти другий (магістерський)

Розробник:

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, педагогіки та філології Большакова Анастасія Миколаївна;

Мова навчання: українська

Робочу програму затверджено на засіданні кафедри психології, педагогіки та філології,

Протокол №1 від «23» серпня 2024 р.

Завідувач кафедри, д.психол.н., проф.



Анастасія БОЛЬШАКОВА

Робочу програму затверджено на засіданні ради факультету культурології та соціальних комунікацій

Протокол № 1 від «26» серпня 2024 р.

Голова ради факультету



Наталя КОРЖИК

## Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни		
		Денна форма	Заочна форма	
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <u>05 Соціальні та поведінкові науки</u> (шифр і назва)	Обов'язкова		
	<u>053 Психологія</u> (шифр і назва)			
Загальна кількість годин – 90  Для денної форми навчання: Аудиторних – 30 Самостійної роботи здобувача – 60  Для заочної форми навчання: Аудиторних – 8 Самостійної роботи здобувача – 82	Освітньо-професійна програма:  <u>Кризова психологія</u>	<b>Рік підготовки:</b>		
		1-й	1-й	
			<b>Семестр</b>	
			1-й	1-й
			<b>Лекції</b>	
			20 год.	6 год.
			<b>Практичні</b>	
			10 год.	2 год.
			<b>Семнарські</b>	
			0 год.	4 год.
			<b>Самостійна робота</b>	
			60 год.	82
			<b>Індивідуальні завдання: -</b>	
		Вид контролю: ЕКЗАМЕН 1 сем		

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – аудиторних / самостійної роботи 30/60

для заочної форми навчання – аудиторних / самостійної роботи 8/82

## 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

### Місце дисципліни в освітній програмі.

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Психологія травматичного стресу» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів напрямку 053 «Психологія».

Програма дисципліни визначає обсяги знань, які повинен опанувати магістр відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни. «Психологія травматичного стресу», та включає необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти. Її вивчення передбачає підвищення професійної компетентності практичних психологів та сприяє ефективній самореалізації їх, як фахівців.

**Пререквізити.** Теоретичною базою вивчення дисципліни є загальні та професійні компетентності та результати навчання, набуті на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія. Викладання дисципліни здійснюється у тісному зв'язку зі змістом дисциплін «Психологія кризи», «Основи нейропсихології травми», «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях в соціокультурній сфері», «Психологія культури та мистецтва».

**Постреквізити.** Здобутий здобувачами у ході вивчення навчальної дисципліни фрагмент професійного досвіду у вигляді загальних та професійних компетентностей, системи знань, умінь, норм і цінностей є теоретичним та практичним підґрунтям вивчення усього подальшого циклу обов'язкових та вибіркового освітніх компонентів професійної і практичної підготовки, проходження практики та виконання кваліфікаційної роботи.

### Обсяг дисципліни в кредитах ЄКТС та його розподіл

Кількість кредитів – 6. Загальна кількість годин – 90.

Аудиторних годин:

- денна форма навчання – 30;
- заочна форма навчання – 8.

Годин самостійної роботи здобувача:

- денна форма – 60;
- заочна форма – 82.

**Статус дисципліни:** обов'язкова.

**Мета курсу** – знайомство здобувачів з поняттям травматичного стресу, формування наукових уявлень про виникнення та динаміку її основних клінічних форм, розуміння соціально-психологічних механізмів та біологічних передумов посттравматичного стресового розладу та його попередження.

### Загальні та фахові компетентності, які формує дисципліна

<b>Загальні компетентності</b>
ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.
ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами
<b>Спеціальні (фахові) компетентності</b>
СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.

СК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості.
СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.
СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.
СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.
СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.
СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.
СК 11. Здатність аналізувати соціокультурні процеси та явища з точки зору їх впливу на психічне благополуччя людини, зокрема у кризових умовах.
СК 12. Здатність збирати, аналізувати, систематизувати та використовувати у практичній діяльності інформацію щодо психологічних особливостей діяльності людини у кризових умовах.

### Програмні результати навчання

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
ПР2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.
ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.
ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
ПР10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.
ПР13. Розробляти та реалізовувати програми психологічного супроводу різних категорій населення у кризових умовах життєдіяльності.
ПР14. Розробляти та реалізовувати психопрофілактичні та психокорекційні (індивідуальні та групові) програми засобами культури та мистецтва.
ПР15. Використовувати засоби культури та мистецтва у процесі надання психологічної допомоги у кризових умовах.
ПР16. Планувати, організовувати та проводити масові соціокультурні заходи просвітницького та психопрофілактичного характеру (арт-терапевтичні форуми, фестивалі, майстер-класи).

### Критерії оцінювання результатів навчання за 100 бальною рейтинговою шкалою.

Можлива кількість балів, набраних до підсумкової форми контролю: 60 балів.

Підсумковий контроль: екзамен (40 балів).

31-40 бал

Повністю розкрито зміст теоретичних питань. При відповіді використано термінологію предметної області в необхідній логічній послідовності. Також здобувач демонструє вільне володіння навчальним матеріалом різного ступеня складності, використовуючи при необхідності

відомості з інших навчальних дисциплін і курсів. При відповіді на додаткові питання помітне вміння розвивати систему теоретичних знань на основі самостійної роботи.

21-31 балів

При викладі фундаментальних положень основного матеріалу курсу здобувач показує володіння програмним навчальним матеріалом, у тому числі різного ступеня складності, а також вільне оперування ним у знайомій ситуації. При відповіді допускається два-три недоліки або не більше однієї помилки. Здобувач упевнено відповідає на додаткові питання, що стосуються основних положень усього досліджуваного курсу відповідно до програми.

11-20 балів

При відповіді на питання теорії виявляється не завжди усвідомлене відтворення програмного навчального матеріалу. Положення, що приводяться у відповіді, даються фрагментарно, схематично, без логічного взаємозв'язку. При відповіді на додаткові питання, що стосуються найважливіших і основних понять і фактів навчальної програми, є утруднення у використанні термінології предметної області. При відповіді здобувач не завжди може підтвердити теоретичні викладення відповідними прикладами.

0-10 балів

Відповідь здобувача демонструє лише деяке уявлення про матеріал навчального курсу. Знання практично відсутні як у теоретичній області навчальної дисципліни, так і в практичному володінні методикою аналізу.

Усього: 100 балів.

## 2. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад

Тема 2. Поняття про ПТСР як біологічну та психологічну категорію.

Тема 3. Основні теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів

Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.

Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів за МКХ-11 і DSM-

V.

Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади за МКХ-11 і DSM-V.

Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів

Тема 8. Гострий травматичний стрес. Інтервенції при гострому травматичному стресі

Тема 9. Діагностичні процедури ПТСР.

## 2. Структура навчальної дисципліни

Перелік тем (або блоків)	Разом годин	Денна форма			Заочна форма		
		лекційні	практичні	сам. робота	лекційні	практичні	сам. робота
Тема 1. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад	9	2		7	-	-	9
Тема 2. Поняття про ПТСР як біологічну та психологічну категорію	9	2	1	6	1		8
Тема 3. Основні теоретичні моделі	9	2	1	6	1		8

посттравматичних стресових розладів							
Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.	18	4	2	12	1	2	15
Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів за МКХ-11 і DSM-V.	9	2	2	5			9
Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади за МКХ-11 і DSM-V	9	2	1	6			9
Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів	9	2	1	6	1		8
Тема 8. Гострий травматичний стрес. Інтервенції при гострому травматичному стресі	9	2	1	6	1		8
Тема 9. Діагностичні процедури ПТСР.	9	2	1	6	1		8
<b>Усього</b>	<b>90</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>82</b>

#### 4. Теми семінарських / практичних занять

##### Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 2. Поняття про ПТСР як біологічну та психологічну категорію	1	
2	Тема 3. Основні теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів	1	
3	Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.	2	2
4	Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів за МКХ-11 і DSM-V.	2	
5	Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади за МКХ-11 і DSM-V	1	
6	Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів	1	
7	Тема 8. Гострий травматичний стрес. Інтервенції при	1	

	гострому травматичному стресі		
8	Тема 9. Діагностичні процедури ПТСР.	1	
	Усього:	<b>10</b>	<b>2</b>

### 5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад	7	9
2	Тема 2. Поняття про ПТСР як біологічну та психологічну категорію	6	8
3	Тема 3. Основні теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів	6	8
4	Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.	12	15
5	Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів за МКХ-11 і DSM-V.	5	9
6	Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади за МКХ-11 і DSM-V	6	9
7	Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів	6	8
8	Тема 8. Гострий травматичний стрес. Інтервенції при гострому травматичному стресі	6	8
	Тема 9. Діагностичні процедури ПТСР.	6	8
	Усього:	<b>90</b>	<b>82</b>

### 6. Форми та види навчальних занять; методи, засоби, технології навчання.

#### Форми поточного та підсумкового контролю

**Форми:** навчальні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

**Види:** лекційні та практичні заняття.

**Методи:** Проблемний виклад, пояснювально-ілюстративний (візуальний супровід – демонстрація ілюстрацій, відео та аудіофрагментів), частково-пошуковий (пошук та аналіз джерел, фахової літератури, відео та аудіоматеріалів з відповідної теми тощо); проектно-орієнтований – підготовка повідомлення/доповіді (презентації) з відповідними посиланнями на використані джерела та літературу, Інтернет-ресурси

Для самостійної роботи використовується також дослідницький метод: підготовка доповіді з презентацією; створення опитувальників, есе та ін. до відповідних тем; пошук візуального матеріалу в Інтернеті за тематикою навчальної дисципліни.

У процесі підготовки фахівців застосовується також комбінування традиційних інформативних і нових соціально-психологічних методів – дискусійних методів, ігрових методів (рольові ігри), методи активного навчання (аналіз конкретних ситуацій, розв'язання проблемних задач, інтерактивні методи, технологія «мозкового штурму» тощо.

**Засоби:** Слово викладача, підручники та посібники, аудіовізуальні засоби, інтерактивні дошки, мультимедійні проєктори, інтерактивні презентації, метафоричні асоціативні карти, пісочниця для пісочної терапії з колекцією мініатюр.

**Технології:** інформаційні технології, технології дистанційного навчання, технології ситуаційного навчання, технології дослідницького (евристичного) навчання, імітаційно-моделюючі технології навчання, ігрові технології, технології самоосвіти.



**Форми поточного контролю:** виконання завдань до лекційного матеріалу; виконання практичного завдання; підготовка та презентація майстер-класу; участь у діловій (моделюючій / психологічній грі); виконання вправи; усне опитування; письмове опитування; есе-рефлексія; підготовка та виступ з рефератом; - підготовка та виступ з презентацією; участь у колективному проекті; виконання індивідуального проекту, зарахування результатів неформальної освіти.

**Форма підсумкового контролю:** екзамен.

### 7. Розподіл балів, які отримують здобувачі

Поточна успішність									Екзамен	Усього
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9		
6	6	6	7	7	7	7	7	7	40	100

Розподіл балів за формами контролю:

- виконання вправи – 1-3;
- усне опитування – 1-3;
- письмове опитування – 1-3;
- есе-рефлексія – 1-4;
- підготовка та виступ з рефератом – 1-3;
- підготовка та виступ з презентацією – 1-3;
- виконання індивідуального проекту – 1-3;
- зарахування результатів неформальної освіти – за рішенням кафедри на основі заяви здобувача та наданих даних (до 10% загальної кількості балів, відведених на поточний контроль).

Можлива кількість балів, набраних до підсумкової форми контролю: 60 балів.

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82 – 89	<b>B</b>	добре	
74 – 81	<b>C</b>		
64 – 73	<b>D</b>	задовільно	
60 – 63	<b>E</b>		
35 – 59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### 8. Методичне забезпечення

Робоча програма та силабус дисципліни, конспект лекцій, наочні схема-конспекти (презентації).

## 9. Рекомендована література

### Обов'язкова:

8. Бондарчук О. І. Психологія травматичного стресу . — К.: МАУП, 2006.
9. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. О.В.Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
10. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посібник / [Богданов .О., Гніда Т.Б., Залеська О.В., Лунченко Н.В., Панок В.Г., Соловйова В.В. / за заг. ред. Богданов С.О., Панок В.Г.] Київ: НаУКМА, ГЛПФ Медіа, 2017. 208 с.
11. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
12. Кулеша-Любінець М.М. Техніки психологічної допомоги та самопомоги особі у екстремальній ситуації: навчально-методичний посібник / М.М.Кулеша-Любінець. Івано-Франківськ: Кушнір Г. М., 2017. 72 с.
13. Левченко К.Б. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник / Левченко К.Б., Панок В.Г., Трубавіна І.М. К. : Агентство “Україна”. 2015. 176 с.
14. Лефтеров В.О. Психологічні детермінанти загибелі та поранень працівників органів внутрішніх справ: монографія / Лефтеров В.О., Тімченко О.В. Донецьк: ДІВС МВС України, 2002. 324 с.
15. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер. Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. 120 с.
16. Панок В.Г. Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи / Центр. соц. експертиз і прогнозів ін.-ту соціол. НАН України та ін. К., 1999. 104 с.
17. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін. за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. 207 с.
18. Психологічна підтримка в умовах екстремальних ситуацій: підхід резилієнс: навч.-метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобрівкіна, В. Чернобрівкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. 92 с.
19. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Титаренко Т.М.– К.: Либідь, 2003. 376 с.
20. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. / Шевченко О.Т. К., 2005. 120 с.
21. Яковенко С.І. Соціально-психологічна допомога при екстремальних ситуаціях та критичних інцидентах / Яковенко С.І., Лисенко В.І.; НАН України. Ін-т соціології. Центр соціал. експертиз і прогнозів. К., 1999. 224 с.

### Додаткова:

22. Дорожевець А. Когнітивні механізми адаптації до кризових подій // Психолог. 2004. №17 (травень). С.20-29.
23. Гриценок Л. Посттравматичний стресовий розлад у дітей: вікові особливості // Психолог. 2004. № 19 (травень). С. 10-16.
24. Миронець С.М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах екстремальної ситуації: Монографія К.: Консультант, 2008. 232 с.
25. Клінічна психодіагностика: Практикум / Ред.-упор. М.В.Миколайський. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2006. 228 с.

26. Корнієнко І. Психологічна допомога дітям, що зазнали травми внаслідок катастрофи // Психолог. 2004. № 46 (грудень). С.8-12.
27. Кулеша-Любінець М.М. Психологічне благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту // Актуальні проблеми практичної психології: збірник статей III Всеукраїнської науково-практичної конференції (Глухів, 10-11 листопада 2016 року) / МОНУ, ГНПУ ім. О.Довженка [та ін.]; відп. ред. В.М.Поліщук. Глухів : РВВ ГНПУ ім. О.Довженка, 2016. С.104-108.
28. Овсяннікова Я.О. Психологічна допомога дітям, які пережили психічну травму внаслідок екстремальної ситуації // Право і безпека. 2012. №1 (43). С. 317-321.

### **Інформаційні ресурси Інтернет:**

Законодавство України — <https://rada.gov.ua/news/zak>

Наукова періодика України — <http://nbuv.gov.ua/taxonomy/term/334> –.

Електронні підручники онлайн «Педагогіка і психологія» — <http://chitalka.info/psy.html>.

Вісник психології і соціальної педагогіки — <http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/lang-1/referat-109/referatpart-4/index.html> –.

БД Освіта. ua. — <http://osvita.ua/school/psychology>.

Психологія UA <http://psychologiya.org.ua/>

Студентська бібліотека <http://studentbooks.com.ua/>

Електронна бібліотека КНЕУ [http://lib.kneu.edu.ua/ua/e\\_resours\\_bibl/elek\\_bibl\\_litr/](http://lib.kneu.edu.ua/ua/e_resours_bibl/elek_bibl_litr/)

Всеукраїнська електронна бібліотека <http://youalib.com/>