

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**

**АТЕСТАЦІЙНИЙ ЕКЗАМЕН**

Програма атестаційного екзамену

Галузь знань — 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність — 053 Психологія

Освітньо-професійна програма — Кризова психологія

Рівень вищої освіти другий (магістерський)

Розробники:

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

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, педагогіки та філології Ігор Олександрович Віденєєв

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, педагогіки та філології Ольга Василівна Радько

Мова навчання: українська

Програму затверджено на засіданні кафедри психології, педагогіки та філології,  
Протокол № 1 від «23» серпня 2024 р.

Завідувач кафедри, д.психол.н., проф.



Анастасія БОЛЬШАКОВА

Програму затверджено на засіданні ради факультету культурології та соціальних  
комунікацій

Протокол № 1 від «26» серпня 2024 р.

Голова ради факультету



Наталя КОРЖИК

## 1. ОПИС АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

Програма атестаційного екзамену за ОПП «Кризова психологія» спеціальності 053 «Психологія» на другому (магістерському) рівні вищої освіти розроблена відповідно до нормативних вимог підготовки фахівців, викладених у законодавчих та нормативних документах про вищу освіту, державного Стандарту вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки для другого (магістерського) рівня вищої освіти (Наказ МОН України № 564 від 24.04.2019 р.).

До програми комплексного атестаційного екзамену за ОПП Кризова психологія входить програмний матеріал базових навчальних дисциплін «Психологія кризи», «Перша психологічна допомога та кризове консультування», «Психологія травматичного стресу», «Психологічна робота з наслідками травматичного стресу», «Основи травматерапії», «Арт-терапевтичні технології в травматерапії».

## 2. МЕТА АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

Комплексний атестаційний екзамен спрямований на оцінку сформованості у здобувачів загальних та професійних компетентностей, досягнення програмованих результатів навчання, зафіксованих ОПП Кризова психологія.

<b>6 – Програмні компетентності</b>	
<b>Інтегральна компетентність</b>	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 комплексністю та невизначеністю умов і вимог.
<b>Загальні компетентності (ЗК)</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. ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
<b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)</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.

	<p>СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.</p> <p>СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.</p> <p>СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.</p> <p>СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.</p> <p>СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.</p> <p>СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.</p> <p>СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.</p> <p>СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.</p> <p>СК 11. Здатність аналізувати соціокультурні процеси та явища з точки зору їх впливу на психічне благополуччя людини, зокрема у кризових умовах.</p> <p>СК 12. Здатність збирати, аналізувати, систематизувати та використовувати у практичній діяльності інформацію щодо психологічних особливостей діяльності людини у кризових умовах.</p> <p>СК 13. Здатність використовувати засоби культури та мистецтва у просвітницькій, психопрофілактичній діяльності та наданні психологічної допомоги різним верствам населення у кризових умовах життя.</p>
<b>7 – Програмні результати навчання</b>	
	<p>ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.</p> <p>ПР2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.</p> <p>ПР3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки.</p> <p>Пр4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.</p>

	<p>ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.</p> <p>ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.</p> <p>ПР7. Доступно і аргументовано представляти результати досліджень у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.</p> <p>ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.</p> <p>ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.</p> <p>ПР10. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.</p> <p>ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.</p> <p>ПР12. Розробляти та реалізовувати програми психологічного супроводу різних категорій населення у кризових умовах життєдіяльності.</p> <p>ПР13. Розробляти та реалізовувати психопрофілактичні та психокорекційні (індивідуальні та групові) програми засобами культури та мистецтва.</p> <p>ПР14. Використовувати засоби культури та мистецтва у процесі надання психологічної допомоги у кризових умовах.</p> <p>ПР15. Планувати, організовувати та проводити масові соціокультурні заходи просвітницького та психопрофілактичного характеру (арт-терапевтичні форуми, фестивалі, майстер-класи).</p>
--	---

### 3. СТРУКТУРА АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

Комплексний атестаційний екзаме́н проводиться у комплексній формі. Перша частина екзаме́ну передбачає письмову відповідь на питання екзаменаційного білету, складені відповідно до програм навчальних дисциплін, та письмове виконання завдання: складання програми здійснення психологічного супроводу за одним із напрямів професійної діяльності кризового психолога. Друга частина екзаме́ну передбачає співбесіду зі здобувачем, у процесі якої він пояснює свої письмові відповіді та відповідає на додаткові запитання.

Виконання студентами завдань комплексного державного екзаме́ну повинно мати виключно самостійний характер. Використання додаткових джерел, крім указаних у екзаменаційному білеті не передбачено.

**4. ПОЛІТИКА АКАДЕМІЧНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА ДОБРОЧЕСНОСТІ:** конфліктні ситуації мають відкрито обговорюватись, необхідно бути взаємно толерантним, поважати думку іншого. Недопустимі підказки і списування, користування мобільним телефоном забороняється. Використання додаткових джерел, крім указаних у екзаменаційному білеті забороняється.

## **5. ПРОГРАМА АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ**

### **5.1. ПСИХОЛОГІЯ КРИЗИ**

#### **Тема 1. Поняття та сутність кризової психології**

1. Предмет та завдання кризової психології.
2. Основні поняття кризової психології.
3. Криза –сутність, динаміка та типології.
3. Відмінності поняття кризи від споріднених понять

#### **Тема 2. Професійні компетенції кризового психолога**

1. Сфера діяльності та завдання кризового психолога.
2. Форми психологічної допомоги кризового психолога.
3. Професійні обов'язки кризового психолога.
4. Принципи роботи кризового психолога.
5. Професійні компетенції кризового психолога.
6. Підготовка (освіта) кризового психолога.
7. Участь кризового психолога у проєктах відновлення ті підтримки психічного здоров'я населення.

#### **Тема 3. Вторинна травматизація у роботі кризового психолога**

1. Поняття вторинної психічної травми.
2. Симптоми та ознаки вторинної травматизації.
3. Причини та провокуючі фактори вторинної травматизації.
4. Профілактика вторинної травматизації.

#### **Тема 4. Психологія стресу**

1. Розуміння стресу. Стресові процеси.
2. Стресори. Види стресорів.
3. Еустрес та дистрес.
4. Стрес та загальний адаптаційний синдром.
5. Субсиндроми стрессу.
6. Динаміка успішного протікання стресу.
7. Копінгова поведінка.
8. Поведінка у стресі: типи А, В, D.

#### **Тема 5. Психологія травматичного стресу**

1. Поняття психічної травми. Психологічне та медичне розуміння психотравми. Види важких стресорів.
2. Класифікації реакцій на травматичний стрес.

3. Гостра стресова реакція у психотравмуючій ситуації.
4. Діагностичні критерії ПТСР.
5. Діагностичні критерії КПТСР.
6. Діагностичні критерії розладу прив'язаності.
7. Діагностичні критерії ускладненої реакції горювання.

#### **Тема 6. Перша психологічна допомога у психотравмуючій ситуації**

1. «Піраміда» надання психологічної допомоги щодо психотравмуючої ситуації.
2. Сутність та завдання першої психологічної допомоги.
3. Принципи та правила надання першої психологічної допомоги.
4. Алгоритм надання першої психологічної допомоги.

#### **Тема 7. Психологія вікових криз**

1. Вікова криза як нормативна криза індивідуального життя.
2. Вікові кризи: класифікація Виготського-Ельконіна.
3. Вікові кризи: класифікація Е. Еріксона.

#### **Тема 8. Психологія сімейних криз**

1. Цикл розвитку сім'ї.
2. Загальне уявлення про сімейну кризу.
3. Нормативні сімейні кризи.
4. Ненормативні сімейні кризи (подружня зрада, розлучення).

#### **Література:**

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. О.В.Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
2. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. / Загальна редакція: Н. Пророк. Київ, 2018. 208 с.
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Загальна редакція: Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. Загальна редакція: Л. Гридковець. Київ, 2018. 236 с.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
7. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. / Шевченко О.Т. К., 2005. 120 с.

## **5.2. ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ТА КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ**

### **Тема 1. Теоретичні засади надання першої психологічної допомоги в стресових ситуаціях.**

1. Поняття про стрес. Ознаки гострого стресу.
2. Структура надання першої психологічної допомоги.
3. Принципи та етичні правила надання першої психологічної допомоги.
4. Особливості надання першої психологічної допомоги.
5. Організація та реалізація проєктів з навчання першій психологічній допомозі різних верств населення.

### **Тема 2. Поняття кризи та кризової ситуації. Життєві кризи та можливості їх опанування.**

1. Поняття про кризу й критичну ситуацію.
2. Кризова подія та психічна травма.
3. Поняття про кризовий стан.
4. Психологічний зміст переживання.
5. Вражаючі фактори в кризовій ситуації, їх види.
6. Поняття життєвої кризи та її види.
7. Теорії нормативних криз.
8. Поняття про вікові кризи та періодизацію вікового розвитку.
9. Типи відношення до кризи.
10. Техніки життєдіяльності у складних життєвих ситуаціях.

### **Тема 3. Протоколи надання першої психологічної допомоги в стресових ситуаціях.**

1. Модель індивідуального кризисного втручання (Дж. С. Еверлі).
2. Протокол надання першої психологічної допомоги (Н. Агазаде).
3. Протокол надання першої психологічної допомоги (Б. Рафаель).
4. Протокол надання ППД в гострих стресових ситуаціях (О. Гершанов).
5. Перша психологічна допомога. Покрокове керівництво для членів загону швидкого реагування Товариства Червоного Хреста України.
6. Протокол надання першої психологічної допомоги (І. Пінчук).
7. Перша ментальна допомога в стресовій ситуації (М. Фархі).
8. Структура першої психологічної допомоги військовослужбовцю при негативних психічних реакціях та станах (О. Колесніченко, Я. Мацегора, І. Приходько).
9. Протокол ЯАЛОМ. Перша психологічна допомога на полі бою.

### **Тема 4. Особливості надання першої психологічної допомоги особам, які пережили стресову подію.**

1. Надання ППД особам з агресивною поведінкою.
2. Надання ППД особам з ознаками ступору.
3. Надання ППД особам з ознаками апатії.
4. Надання ППД особам із ознаками рухового збудження, дезорієнтації.
5. Надання ППД особам з ознаками страху.



6. Надання ППД особам з ознаками паніки.
7. Надання ППД особам з ознаками нервового тремтіння.
8. Надання ППД особам з ознаками галюцинацій та марення.
9. Надання ППД особам з ознаками плачу.
10. Надання ППД особам з ознаками істерики.
11. Надання ППД особам з ознаками горя.
12. Надання ППД особі зі спробою вчинити суїцид.
13. Техніки та вправи для емоційної регуляції та саморегуляції станів.

**Тема 5. Особливості психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам, дітям з тимчасово переселених родин, клієнтам із психосоматичними розладами та депресією.**

1. Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам.
2. Психологічна допомога дітям з тимчасово переселених родин.
3. Психологічна допомога при насиллі в сім'ї.
4. Психологічна допомога клієнтам із психосоматичними розладами.
5. Психологічна допомога клієнтам із депресією.
6. Особливості психосоціальної підтримки людей похилого віку.

**Література:**

1. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях. Навчально-практичний посібник. / за заг. ред. д-ра юрид. наук, проф. О.А. Моргунов ; [О.І. Федоренко, Н.Е. Мілорадова, С.В. Харченко та ін.]; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. - Х.: ХНУВС, 2022. - 84 с.
2. Заушнікова М.Ю. Кризове консультування. Конспект лекцій. МФУ, Ірпінський державний податковий університет. – І.: ІДПУ, 2021. - 284 с.
3. Керівництво з надання першої психологічної допомоги. Головні редактори: Louise Vinther-Larsen (Луїза Вінтер-Ларсен) та Nana Wiedemann (Нана Відеманн). Психосоціальний центр. Копенгаген, Данія. 2018. 104 с.
4. Перша психологічна допомога : посіб. для тренера / уклад. : Чернобровкіна В. А., Гірник А. М. Київ : Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 96 с.
5. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / І.О. Черезова. – Бердянськ, БДПУ, 2016. – 193 с.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Л. Г. Царенко; за ред. З. Г. Кісарчук. – К. : ТОВ “Видавництво “Логос”, 2015. – 207 с.
7. Кризова психологія: навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
8. Алімов О.Ф., Афанасьєва Н.Є. Психологічне консультування в екстремальних та кризових умовах. Навчальний посібник. – Х.: УЦЗУ, 2008. – 122 с.
9. Максименко С.Д. Психологічна допомога тяжким соматично хворим : навч. посіб. / С.Д. Максименко, Н.Ф. Шевченко. – К. : Ін-т психології імені Г.С. Костюка; Ніжин : Міланік, 2007. – 115 с.

10. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. Модульнорейтинговий курс: Навчальний посібник. – К: ВД «Професіонал», 2005. – 656 с.

### **5.3. ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ**

**Тема 1. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад**  
Особливості прояву емоційних станів особистості.

Проблеми професійної діяльності практичного психолога, що потребують роботи з психічною травмою клієнта.

Психоедукаційна діяльність психолога щодо сутності травматичного стресу та ПТСР у межах проєктів, спрямованих на поновлення та збереження психічного здоров'я населення.

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

Диференціація понять стрес, травматичний стрес, посттравматичний стрес. Теорія загального адаптаційного синдрому Г. Сельє. Основні фізіологічні механізми й прояви ПТСР. Дія стресора на організм. Роль нервової системи в розвитку стресу. Еустрес і дистрес. Ознаки виразності дистресу. Травматичний стрес. Клінічні прояви ПТСР. Основні фактори, що впливають на ПТСР. Причини стресової напруги. Особливості ПТСР.

**Тема 3. Основні теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів**

Біхевіористичний підхід в роботі з наслідками психотравми.

Психодинамічний підхід в роботі з наслідками психотравми.

Екзистенційний підхід в роботі з наслідками психотравми.

Гуманістичний напрямок в роботі з наслідками психотравми.

**Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.**

Суб'єктивні причини виникнення психологічного стресу. Невідповідність генетичних програм сучасним умовам. Стрес від реалізації негативних батьківських програм. Стрес, викликаний когнітивним дисонансом і механізми психологічного захисту.

Стрес, пов'язаний з неадекватними установками й переконаннями особистості. Неможливість реалізації актуальної потреби. Стрес, пов'язаний з неправильною комунікацією. Об'єктивні причини виникнення психологічного стресу. Умови життя й роботи (постійні компоненти існування). Взаємодія з іншими людьми. Політичні й економічні фактори. Вплив психотравми на рівень ПТСР. Соціальні, етнокультурні, демографічні фактори, що впливають на розвиток ПТСР. Вроджені особливості організму й ранній дитячий досвід. Когнітивні фактори. Негативні наслідки медичного фактора. Особистісні й поведінкові розлади і ПТСР. Посттравматичний синдром.

**Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів**

Основні ознаки ПТСР з МКХ-10 і DSM-V.

Характеристика ознак ПТСР за Б. Колодзіним.

Характеристика ознак ПТСР за Ф. Пюселіком.

### **Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади**

Визначення дисоціації за МКХ-10.

Визначення дисоціації за DSM V.

Дисоціативні розлади в психології та психіатрії.

### **Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів**

Метод спостереження в діагностиці ПТСР

Метод клінічного інтерв'ю в діагностиці ПТСР

Метод тестів в діагностиці ПТСР.

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

Психологія травми та гостра реакція на стрес. Правила першої психологічної допомоги. Дослідження ГТС. Гострі симптоми та ризики виникнення ПТСР. Інтервенції при гострій травмі: зняття напруги, перша психологічна допомога; Когнітивно-поведінкові втручання. Дебрифінг стресу, пов'язаному з травматичною подією. Модель «Наближеності, невідкладності, надії». Інтервенції при гострому травматичному стресі.

### **Тема 9. Діагностичні процедури ПТСР.**

Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР. Первинний скринінг посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Опитувальник травматичного стресу І.О. Котеньова. Місисіпська шкала для оцінки посттравматичних реакцій (військовий варіант). Шкала оцінки впливу травматичної події.

#### **Обов'язкова:**

1. Бондарчук О. І. Психологія травматичного стресу . К.: МАУП, 2006.
2. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. О.В.Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
3. 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., Соловійова В.В. / за заг. ред. Богданов С.О., Панок В.Г.] Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. 208 с.
4. Кризова психологія: Навчальний посібник / За ред. Тімченка О.В. Х.: НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. 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.
6. 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.
7. 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.

8. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер. Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. 120 с.
9. 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.
10. 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.
11. Психологічна підтримка в умовах екстремальних ситуацій: підхід резилієнс: навч.- метод. посіб. / [Н.Гусак, В.Чернобривкіна, В. Чернобривкін, А. Макименко, С. Богданов, О.Бойко; за заг. ред. Н. Гусак]; Нац. Ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. 92 с.
12. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Титаренко Т.М.– К.: Либідь, 2003. 376 с.
13. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів: Навч. посіб. / Шевченко О.Т. К., 2005. 120 с.
14. 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.

#### **5.4. ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З НАСЛІДКАМИ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ**

##### **Тема 1. Основні принципи психологічної роботи з наслідками кризової ситуації**

1. Поняття психічної травми. Психологічне та медичне розуміння психотравми. Види важких стресорів.
2. Класифікації реакцій на кризу та травматичний стрес.
3. «Піраміда» психологічної допомоги постраждалим від кризових та психотравмуючих ситуацій.
4. Основні складові комплексної системи турботи про психічне благополуччя постраждалих.
5. Реалізація проєктів навчання технікам психологічного відновлення, спрямованих на поновлення та збереження психічного здоров'я населення.
5. Протокол виявлення ризиків психотравматизації (TRIM) при первинному психологічному обстеженні.

##### **Тема 2. Основи полівагальної теорії у роботі з наслідками кризових ситуацій та травматичного стресу.**

1. Основні принципи полівагальної теорії стресу.
2. Нейроцепція як механізм сприйняття інформації.
3. Нейроцептивні сигнали та режими.
4. Використання концептів полівагальної теорії у роботі з наслідками кризових ситуацій та травматичного стресу.
5. Спостереження за режимами нейроцепції: сутність та практична користь.

### **Тема 3. Кризова ситуація та порушення безперервностей життя**

1. Поняття безперервності. Види безперервностей.
2. Кризова ситуація як детермінанта порушення безперервностей життя. Види «розривів»
3. Психологічна допомога у відновленні безперервностей життя.

### **Тема 4. Стабілізація у роботі з наслідками кризових та психотравмуючих ситуацій**

1. Сутність стабілізації у роботі з наслідками кризових та психотравмуючих ситуацій.
2. Фізична, сенсорна та когнітивна стабілізація.
3. Принципи застосування релаксаційних технік стабілізації.
4. Дихальні вправи як стабілізаційні техніки.
5. Сенсорні стабілізаційні техніки.
6. Когнітивні стабілізаційні техніки

### **Тема 5. Ресурсування у роботі з наслідками кризових та психотравмуючих ситуацій**

1. Ресурсування у практичній роботі з наслідками кризових та психотравмуючих ситуацій. Загальний огляд концепції особистісних ресурсів.
2. Концепція ресурсів особистості BASIC Ph (М. Лахад). Теоретичне підґрунтя та сутність моделі, практична робота за моделлю BASIC Ph.
3. Опитувальник за ресурсною моделлю BASIC Ph (М. Лахад).
4. Ар-терапевтичні ресурсоорієнтовані техніки (малюнкові, МАК...).

### **Тема 6. Тренінг діалектико-поведінкових навичок та навичок відновлення у подоланні наслідків кризових та психотравмуючих ситуацій.**

1. Діалектико-поведінкові навички, орієнтовані на прийняття: усвідомлюваність (mindfulness).
2. Діалектико-поведінкові навички, орієнтовані на прийняття: стресостійкість та прийняття.
3. Діалектико-поведінкові навички, орієнтовані на зміни: міжособистісна ефективність.
4. Діалектико-поведінкові навички, орієнтовані на зміни: управління емоціями.
5. Модулі тренінгу навичок ДПТ.

### **Тема 7. Робота з суїцидальним ризиком у психологічній допомозі при наслідках кризових та травмуючих ситуацій**

1. Причини та фактори суїцидальності.
2. Основні принципи роботи з суїцидальністю.
3. Оцінка факторів ризик суїциду. Рівні суїцидального ризику.
4. Протокол допомоги при суїцидальному ризику. Антисуїцидальний психологічний протокол
5. Робота з суїцидальністю: протокол дій у кризових ситуаціях.

## **Література:**

1. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. / Загальна редакція: Н. Пророк. Київ. 2018. 208 с.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Загальна редакція: Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. Загальна редакція: Л. Гридковець. Київ, 2018. 236 с.
4. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 207 с.

## **5.5. ОСНОВИ ТРАВМАТЕРАПІЇ**

### **Тема 1. Загальна модель психотерапії травми**

1. Травматерапія: сутність та завдання.
2. Загальні принципи травматерапії.
3. Трифазна модель травматерапії.
4. Перша фаза роботи з травмою – стабілізація и безпека
5. Друга фаза – робота з травмою
6. Ознаки готовності до роботи з травматичним досвідом.
7. Протипокази до роботи з опрацювання травматичного досвіду.
8. Критерії опрацювання психотравми.

### **Тема 2. Офіційні рекомендації та протоколи у сфері травматерапії**

1. Поняття доказових терапевтичних підходів.
2. Перелік методів психотерапії з доведеною ефективністю у роботі з психотравмою (Лист МОЗ України).
3. Основні положення протоколу медичної допомоги при ПТСР МОЗ України (2016).
4. Основні положення протоколу NICE (Національного інституту клінічної майстерності Великобританії) з діагностики та терапії ПТСР.

### **Тема 3. Процес обстеження у травматерапії**

1. Цілі обстеження у травматерапії.
2. Збирання травмофокусованого анамнезу.
3. Загальна характеристика процесу обстеження.
4. Процес обстеження: вступна частина.
5. Процес обстеження: дослідження проблеми.
6. Процес обстеження: дослідження особистості та теперішнього життя.
7. Процес обстеження: скрінінг.
8. Процес обстеження: дослідження минулого.
9. Рекомендовані психодіагностичні методики у травматерапії (за протоколом МОЗ).

#### **Тема 4. Рекомендовані доказові травмафокусовані підходи: травмофокусована КПТ**

1. Загальна характеристика травмофокусованої КПТ.
2. Травмофокусована КПТ: психоедукація.
3. Травмофокусована КПТ: рекомендації по побудові стосунків з клієнтом.
4. Травмофокусована КПТ: копінг симптомів ПТСР.
5. Травмофокусована КПТ: вирішення проблем, накопичення ресурсів.
6. Травмофокусована КПТ: опрацювання травматичного досвіду.
7. Травмофокусована КПТ: фаза створення «нового життя».

#### **Тема 5. Рекомендовані доказові травмафокусовані підходи: EMDR (десенсибілізація та переробка швидкими рухами очей)**

1. EMDR: обґрунтування та загальна характеристика методу.
2. Покази та протипокази для EMDR.
3. Загальна характеристика стандартного протоколу EMDR.

#### **Література:**

1. EMDR. Терапія наслідків травми. Практичний посібник / за редакцією Арне Гофманна. Львів: Свічадо, 2017. 260 с.
2. Бріер Д., Скот К. Основи травмофокусованої психотерапії. Львів: Свічадо, 2015. 448 с.
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. / Загальна редакція: Н. Пророк. Київ. 2018. 208 с.
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Загальна редакція: Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. Загальна редакція: Л. Гридковець. Київ, 2018. 236 с.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / за ред. З. Г. Кісарчук. К.: ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 207 с.

### **5.6. АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ТРАВМАТЕРАПІЇ**

#### **Тема 1. Теоретико-методологічні засади арт-терапії**

1. Арт-терапія в системі терапії мистецтвом.
2. Арт-терапія та образотворча діяльність.
3. Види арт-терапії.
4. Галузі застосування арт-терапії та її обмеження.

#### **Тема 2. Гуманістична та психодинамічна терапія мистецтвом**

1. Основні положення гуманістичної психології.
2. Феноменологічне поле у арт-терапевтичному процесі.

3. Особистісно-орієнтований підхід у арт-терапевтичній практиці.
4. Роль психоаналізу у розвитку арт-терапевтичної теорії.

### **Тема 3. Використання технологій арт-терапії в кризовій психології**

1. Характеристика кризової психології.
2. Класифікація психотравмуючих ситуацій.
3. Кризові стани особистості та технології їх подолання.
4. Арт-терапевтичні технології в роботі з кризою.

### **Тема 4. Терапевтичні та діагностичні можливості методу арт-терапії**

1. Межі арт-терапевтичної діагностики.
2. Проективний малюнок і арт-терапія.
3. Символ, малюнок, колір.
4. Природа та функції символу.

### **Тема 5. Організація арт-терапевтичного простору**

1. Арт-терапевтичний кабінет та його оснащення.
2. Види арт-терапевтичної роботи: індивідуальна та групова терапії.
3. Етапи арт-терапевтичної сесії.
4. Способи реєстрації й оцінки арт-терапевтичної роботи.

### **Тема 6. Арт-терапевтичні технології в роботі з кризовими подіями**

1. Арт-терапія з військовими, що повернулися з зони бойових дій.
2. Арт-терапевтичні технології в роботі з літніми контингентом клієнтів.
3. Арт-терапевтичні технології в роботі з сім'ями, що пережили травмуючі події.
4. Арт-терапевтична допомога в роботі з дітьми, що пережили травмуючі події.

### **Тема 7. Арт-терапевтичні технології в подоланні невизначеності життєвого шляху.**

1. Арт-терапія як метод зцілення.
2. Арт-терапія з вимушеними переселенцями.
3. Арт-терапія як допоміжний спосіб роботи в умовах війни.
4. Арт-терапевтичні технології в роботі з ресурсами особистості.

### **Тема 8. Особливості роботи із переживаннями важкої втрати в арт-терапії**

1. Арт-терапевтичні технології фасилітації висловлення клієнтом почуттів, пов'язаних з втратою.
2. Арт-терапевтичні технології роботи з клієнтами напередодні річниць втрати.
3. Стратегії полегшення переживання спонтанних проявів горя.
4. Арт-терапевтичні технології роботи з почуттям провини.

### **Тема 9. Арт-терапевтичні технології у роботі з травмою**

1. Арт-терапія в роботі з настроями, відчуттями, почуттями.
2. Арт-терапевтична робота с травмами раннього дитинства.



3. Психотерапевтичні можливості роботи з тілом.
4. Психологічні межі: визначеність границь тіла та простору.

### **Тема 10. Арт-терапевтичні техніки в роботі з ПТСР**

1. Характеристика та діагностика ПТСР.
2. Арт-терапевтичні прийоми початкової та подальшої психологічної стабілізації.
3. Арт-терапевтичні прийоми, спрямовані на змістовну переробку травматичного досвіду та пов'язаних із ним емоційних станів.
4. Арт-терапевтичні прийоми, спрямовані на переоцінку травматичного досвіду, самосприйняття та картини світу.

### **Література:**

1. Бурлачук Л. Ф. Дослідження особистості в психосоматиці. К.: Вища школа, 2014. - 176 с.
2. Власюк, М. Арт-терапія: лікування мистецтвом. Відкритий урок: розробки, технології, досвід. 2008. № 7/8. С. 90.
3. Психологія тілесності: навч.-метод. посіб. / О. М. Хлівна, Л. І. Магдисюк. – Луцьк: Вежа-Друк. – 2022. – 192 с.
4. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
5. Шебанова В.І. Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2017 б. 136 с.
6. Бендерська, Г. М. Використання казкотерапії в роботі з особливими дітьми / Г. М. Бендерська // Дитина з особливими потребами. Інклюзивна освіта. Дефектологія. Корекційна педагогіка. – 2016. – № 2. – С. 24–26.
7. Белогурова, М. Арт-терапевтичний супровід дошкільників. Психолог дошкілля. 2013. № 4. С. 1–16.
8. Вознесенська, О. Арт-терапії сім'ї. Психолог. Шкільний світ. 2005. № 39. С. 9–14.

### **6. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ:**

«Відмінно», оцінка ECTS «А», 90 – 100 балів. Здобувач засвоїв матеріал в повному обсязі та вміє його застосовувати для вирішення практичних питань. Володіє термінами, логічно та послідовно викладає матеріал.

«Добре», оцінка ECTS «В», 82 – 89 балів. Здобувач достатньо повно володіє змістом дисципліни, але допускає окремі помилки при логічному викладенні матеріалу, що, тим не менш, дозволяє вільно користуватися надбаними навичками на практиці, приймати відповідні рішення.

«Добре», оцінка ECTS «С», 74 – 81 бал. Здобувач засвоїв основну частину теоретичного змісту дисципліни, але робить окремі помилки в викладенні матеріалу, в змісті теорії, окремих термінів. Завдання-рішення приймаються з незначними помилками.

«Задовільно», оцінка ECTS «Д», 64 – 73 бали. Здобувач засвоїв теоретичний матеріал, але має неточності в розумінні окремих тем та питань, що ускладнює йому пошук вірних відповідей при прийнятті рішень-завдань. Допускає окремі помилки у визначенні термінів.

«Задовільно», оцінка ECTS «Е», 60 – 63 бали. Здобувач не в повному обсязі засвоїв теоретичний матеріал, має складності з його практичним застосуванням, робить окремі помилки у викладенні базового матеріалу, у визначенні термінів. Але прийняття рішень здійснює у вірному напрямку, з окремими помилками.

«Незадовільно з можливістю повторного складання», оцінка ECTS «FX», 35 – 59 балів. Здобувач засвоїв половину теоретичного матеріалу, набув окремі навички його практичного застосування, але не достатньо для прийняття відповідних рішень з поставлених перед ним питань, робить помилки в термінах.

«Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни», оцінка ECTS «F», 0-34 бали. Здобувач засвоїв значно менше половини теоретичного матеріалу, не має навичок його практичного застосування за відсутністю відповідних знань.

Відповідь на теоретичне питання вважається повною, якщо її зміст повністю відповідає програмі та містить всі необхідні теоретичні факти та висновки.

Грубими помилками є:

- незнання визначень основних понять предметної області й формулювань, передбачених програмою дисциплін;

- незнання сутності основних методів і прийомів отримання необхідних результатів.

- Помилками вважаються:

- неточності визначень понять предметної області, формулювань;

- неволодіння одним з умінь і навичок, передбачених програмою, але таких, що не відносяться до грубих помилок.

- Недоліками є:

- непослідовний виклад матеріалу.