

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ

Факультет культурології та соціальних комунікацій  
Кафедра психології, педагогіки та філології

**Силабус**  
**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)

Харків - 2024

Силабус склали:

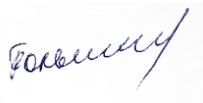
доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, педагогіки та філології Большакова Анастасія Миколаївна

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

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

Завідувач кафедри психології, педагогіки та філології,

д.психол.н., професор



Анастасія БОЛЬШАКОВА

Силабус затверджено на засіданні ради факультету культурології та соціальних комунікацій

Протокол № 1 від «26» серпня 2024 р.

Голова ради факультету



Наталя КОРЖИК

## 1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО КУРС

Назва курсу	<i>Психологія травматичного стресу</i>
Викладач)	<i>БОЛЬШАКОВА Анастасія Миколаївна</i> <i>ВИДЕНЄЄВ Ігор Олександрович</i>
Профіль викладачів	<a href="https://ic.ac.kharkov.ua/nauk_rob/naukometr/profile/b/bolshakova_A1.pdf">https://ic.ac.kharkov.ua/nauk_rob/naukometr/profile/b/bolshakova_A1.pdf</a> <a href="https://ic.ac.kharkov.ua/navchannya/ksk/ppf/videneev.html">https://ic.ac.kharkov.ua/navchannya/ksk/ppf/videneev.html</a>
Контактний телефон та емейл	+380 50 555 85 17 <a href="mailto:bolshakova777@ukr.net">bolshakova777@ukr.net</a> +38 0983795540 <a href="mailto:viden150@ukr.net">viden150@ukr.net</a>
Інформація про консультації	онлайн-консультації – час за узгодженням здобувача вищої освіти та викладача
Логіка вивчення курсу	<b>Пререквізити.</b> 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». <b>Постреквізити.</b> 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.

## 2. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

Дисципліна «*Психологія травматичного стресу*» націлена на підготовку другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки спеціальності 053 Психологія. «Психологія травматичного стресу» навчальна дисципліна, яка в контексті сучасних досягнень психологічної науки створює початкову базу теоретичної та практичної професійної підготовки магістрів психології. Дисципліна покликана допомогти здобувачеві досягнути розуміння сутності кризової психології та феномену травматичного стресу в соціокультурному житті людства.

## 3. МЕТА НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ

**Мета вивчення дисципліни** – 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.

## 4. 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).

## 5. КОМПЕТЕНТНОСТІ

<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.

## 6. ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАННЯ

<b>Ознаки курсу</b>	<i>Основна освітня компонента</i>
<b>Формат курсу</b>	<i>Денна форма навчання, 1 семестр Заочна форма навчання – 1 семестр</i>
<b>Обсяг курсу</b>	Кількість кредитів – 3 Загальна кількість годин – 90 <i>Аудиторних</i> Денна форма навчання – 30 Заочна форма навчання – 8 <i>Самостійної роботи здобувача</i> Денна форма – 60 Заочна форма – 82
<b>Технічне і програмне забезпечення</b>	<i>мультимедійний комплекс, ПК/ноутбук, корпоративний сервіс для дистанційного навчання Google Workspace for Education</i>
<b>Форми та види навчальних занять; методи, засоби, технології навчання</b>	<p><b>Форми:</b> навчальні заняття, самостійна робота, контрольні заходи</p> <p><b>Види:</b> лекційні та практичні заняття</p> <p><b>Методи:</b> 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); проєктно-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.</p> <p><b>Засоби:</b> Слово викладача, підручники та посібники, аудіовізуальні засоби, інтерактивні дошки, мультимедійні проєктори, інтерактивні презентації, метафоричні асоціативні карти, пісочниця для пісочної терапії з колекцією мініатюр.</p> <p><b>Технології:</b> інформаційні технології, технології дистанційного навчання, технології ситуаційного навчання, технології дослідницького (евристичного) навчання, імітаційно-моделюючі технології навчання, ігрові технології, технології самоосвіти.</p>
<b>Поточний контроль</b>	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 проєкті; виконання індивідуального проєкту, зарахування результатів неформальної освіти.

<b>Підсумковий контроль</b>	екзамен
<b>Політика курсу</b>	<p>Обов'язковими умовами опанування навчальної дисципліни «Психологія травматичного стресу» є:</p> <p><b>Політика виставлення оцінок:</b> кожна оцінка виставляється відповідно до розроблених викладачем та заздалегідь оголошених здобувачам критеріїв, а також мотивується в індивідуальному порядку на вимогу здобувача.</p> <p><b>Політика академічної поведінки та доброчесності</b> (плагіат, поведінка в аудиторії): конфліктні ситуації мають відкрито обговорюватись в академічних групах з викладачем, необхідно бути взаємно толерантним, поважати думку іншого. Дотримання «Правил внутрішнього розпорядку для осіб, які здобувають вищу освіту в Харківській державній академії культури» (<a href="https://ic.ac.kharkov.ua/norm_base/pvr/pravila_s_20.pdf">https://ic.ac.kharkov.ua/norm_base/pvr/pravila_s_20.pdf</a>).</p> <p>Плагіат та інші форми нечесної роботи неприпустимі. Недопустимі підказки і списування у ході семінарських занять, контрольних роботах, на іспиті.</p> <p>Дотримання академічної доброчесності (інформація щодо академічної доброчесності – сайт ХДАК – <a href="https://ic.ac.kharkov.ua/public_inf/acad_dobr/acad_dobr.html">https://ic.ac.kharkov.ua/public_inf/acad_dobr/acad_dobr.html</a>).</p> <p>Норми академічної етики: дисциплінованість; дотримання субординації; чесність; відповідальність; робота в аудиторії з відключеними мобільними телефонами.</p> <p><b>Можливість перезарахування результатів неформальної освіти відповідно до Положення про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти у Харківській державній академії культури</b> (<a href="https://ic.ac.kharkov.ua/public_inf/pologen/pologen/pologen_pvrn_23.pdf">https://ic.ac.kharkov.ua/public_inf/pologen/pologen/pologen_pvrn_23.pdf</a>)</p>

## 7. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Перелік тем (або блоків)	Разом годин	Денна форма			Заочна форма		
		лекційні	практичні	сам. робота	лекційні	практичні	сам. робота
<b>Тема 1. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад</b> Особливості прояву емоційних станів особистості. Проблеми професійної діяльності практичного психолога, що потребують роботи з психічною травмою клієнта.	9	2		7	-	-	9

<p>Психоедукаційна діяльність психолога щодо сутності травматичного стресу та ПТСР у межах проєктів, спрямованих на поновлення та збереження психічного здоров'я населення.</p>							
<p><b>Тема 2. Поняття про ПТСР як біологічну та психологічну категорію.</b>  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.</p>	9	2	1	6	1		8
<p><b>Тема 3. Основні теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів</b>  Біхевіористичний підхід в роботі з наслідками психотравми. Психодинамічний підхід в роботі з</p>	9	2	1	6	1		8

наслідками психотравми . Екзистенційний підхід в роботі з наслідками психотравми. Гуманістичний напрямок в роботі з наслідками психотравми							
<b>Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.</b>	18	4	2	12	1	2	15
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							
<b>Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів</b> Основні ознаки ПТСР зв МКХ-10 і DSM-V. Характеристика ознак ПТСР за Б. Колодзіним. Характеристика ознак ПТСР за Ф. Пюселіком.	9	2	2	5			9
<b>Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади</b> Визначення дисоціації за МКХ-10. Визначення дисоціації за DSM V. Дисоціативні розлади в психології та психіатрії.	9	2	1	6			9
<b>Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів</b> Метод спостереження в діагностиці ПТСР Метод клінічного інтерв'ю в діагностиці ПТСР Метод тестів в	9	2	1	6	1		8

діагностиці ПТСР.							
<b>Тема 8.</b> <b>Гострий</b> <b>травматичний</b> <b>стрес.</b> <b>Інтервенції</b> <b>при гострому</b> <b>травматичном</b> <b>у стресі</b> Психологія травми та гостра реакція на стрес. Правила першої психологічної допомоги. Дослідження ГТС. Гострі симптоми та ризику 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.	9	2	1	6	1		8
<b>Тема 9.</b> <b>Діагностичні</b> <b>процедури ПТСР.</b> Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР. Первинний скринінг посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Опитувальник травматичного	9	2	1	6	1		8

стресу Котеньова. Міссісіпська для оцінки посттравматичних реакцій (військовий варіант). Шкала оцінки впливу травматичної події.	I.O.							
<b>Усього</b>		<b>90</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>82</b>

## 8.СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ

Виконання завдань до лекційного матеріалу – 0-4 балів;

Розподіл балів за методами поточного контролю:

- виконання практичного завдання – 1-3;
- підготовка та презентація майстер-класу – 1-4;
- участь у діловій (моделюючій / психологічній грі) – 1-2;
- виконання вправи – 1-2;
- 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;
- участь у колективному проєкті – 1-2;
- виконання індивідуального проєкту – 1-4;
- зарахування результатів неформальної освіти – за рішенням кафедри на основі заяви здобувача та наданих даних (до 10% загальної кількості балів, відведених на поточний контроль).

У якості теми реферату чи презентації рекомендовано самостійно обирати проблему, яка відповідає змісту тематичного плану, але не входить до переліку питань, які розглядаються на лекції (практичному).

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

Підсумковий контроль – 40 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.**

### Розподіл балів, які отримують здобувачі освіти

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

### 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

## 9. ПЛАНИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

(денна форма)

№ з/п	Назва	Хід виконання роботи (питання, які будуть розглянуті на занятті)	Рекомендована література для підготовки (повний бібліографічний опис або за нумерацією відповідно до розділу 13)	Кількість балів, які може отримати здобувач
2	<b>Тема 2. Поняття про ПТСР як біологічну та психологічну категорію</b>	<p>Мета: Ознайомлення з загальними визначеннями категорії стрес, ПТСР.</p> <p>1. Диференціація понять стрес, травматичний стрес, посттравматичний стрес.</p> <p>2. Теорія загального адаптаційного синдрому Г. Сельє.</p> <p>3. Основні фізіологічні механізми й прояви ПТСР.</p>	1 – 5, 7, 17, 18,19	2

		<p>4. Дія стресора на організм.</p> <p>5. Роль нервової системи в розвитку стресу.</p> <p>6. Еустрес і дистрес. Ознаки виразності дистресу.</p> <p>7. Травматичний стрес. Клінічні прояви ПТСР.</p> <p>8. Основні фактори, що впливають на ПТСР. Причини стресової напруги.</p> <p>9. Особливості ПТСР.</p>		
3	<b>Тема 3. Основні теоретичні моделі посттравматичних стресових розладів</b>	<p>Мета: ознайомлення з методологічними підходами в визначенні ПТСР.</p> <p>1. Біхевіористичний підхід в роботі з наслідками психотравми.</p> <p>2. Психодинамічний підхід в роботі з наслідками психотравми.</p> <p>3. Екзистенційний підхід в роботі з наслідками психотравми.</p> <p>4. Гуманістичний напрямок в роботі з наслідками психотравми</p>	2 – 6, 11, 13, 15, 18	2
4-5	<b>Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.</b>	<p>Мета: Ознайомити здобувачів із основними чинниками формування та розвитку ПТСР..</p> <p>1. Суб'єктивні причини виникнення психологічного стресу.</p> <p>2. Невідповідність генетичних програм сучасним умовам.</p> <p>3. Стрес від реалізації негативних батьківських програм.</p> <p>4. Стрес, викликаний когнітивним дисонансом і механізми психологічного захисту.</p> <p>5. Стрес, пов'язаний з неадекватними установками й переконаннями особистості. Неможливість реалізації актуальної потреби.</p> <p>6. Стрес, пов'язаний з неправильною комунікацією.</p> <p>7. Об'єктивні причини виникнення психологічного стресу.</p> <p>8. Умови життя й роботи (постійні компоненти існування). Взаємодія з іншими людьми.</p> <p>9. Політичні й економічні фактори.</p> <p>10. Вплив психотравми на рівень ПТСР.</p> <p>11. Соціальні, етнокультурні,</p>	2 – 6, 11 – 13, 15, 16, 18	4

		демографічні фактори, що впливають на розвиток ПТСР. 12. Вроджені особливості організму й ранній дитячий досвід. 13. Когнітивні фактори. Негативні наслідки медичного 14. фактора. 15. Особистісні й поведінкові розлади і ПТСР. Посттравматичний синдром		
6	<b>Тема 5. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів</b>	Мета: Ознайомити здобувачів з основними критеріями діагностики ПТСР. 1. Основні ознаки ПТСР зв МКХ-10 і DSM-V. 2. Характеристика ознак ПТСР за Б. Колодзіним. 3. Характеристика ознак ПТСР за Ф. Пюселіком.	2 – 6, 9, 11 – 13, 15, 16, 18, 20	2
7	<b>Тема 6. Дисоціація та посттравматичні стресові розлади</b>	Мета: ознайомити учасників з визначенням та критеріями діагностики дисоціативних розладів. 1. Визначення дисоціації за МКХ-10. 2. Визначення дисоціації за DSM V. 3. Дисоціативні розлади в психології та психіатрії.	3 – 6, 11, 12, 14, 15, 18	2
8	<b>Тема 7. Методи діагностики посттравматичних стресових розладів</b>	Мета: Розглянути основні методи діагностики посттравматичних стресових розладів. 1. Метод спостереження в діагностиці ПТСР 2. Метод клінічного інтерв'ю в діагностиці ПТСР 3. Метод тестів в діагностиці ПТСР.	2, 7, 8, 10, 16, 18, 20	2
9	<b>Тема 8. Гострий травматичний стрес. Інтервенції при гострому травматичному стресі</b>	Мета: розглянути особливості травми та гостра реакція на стрес, інтервенції та втручання. 1. Психологія травми та гостра реакція на стрес. 2. Правила першої психологічної допомоги. Дослідження ГТС. 3. Гострі симптоми та ризики виникнення ПТСР. 4. Інтервенції при гострій травмі: зняття напруги, перша психологічна допомога; 5. Когнітивно-поведінкові втручання. 6. Дебрифінг стресу, пов'язаному	2, 7, 8, 10, 16, 18, 19, 21	2

		з травматичною подією. 7. Модель «Наближеності, невідкладності, надії». 8. Інтервенції при гострому травматичному стресі.		
10	<b>Тема 9. Діагностичні процедури ПТСР.</b>	Мета: розглянути особливості діагностичних процедур ПТСР. 1. Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР. 2. Первинний скринінг посттравматичного стресового розладу (ПТСР). 3. Опитувальник травматичного стресу І.О. Котеньова. 4. Місисіпська шкала для оцінки посттравматичних реакцій (військовий варіант). 5. Шкала оцінки впливу травматичної події.	2 – 6, 9, 11 – 13, 15, 16, 18, 20	4
<b>Усього:</b>				<b>20</b>

(заочна форма)

<i>№ з/п</i>	<b>Назва</b>	<b>Хід виконання роботи (питання, які будуть розглянуті на занятті)</b>	<b>Рекомендована література для підготовки</b> (повний бібліографічний опис або за нумерацією відповідно до розділу 13)	<b>Кількість балів, які може отримати здобувач</b>
1	<b>Тема 4. Фактори розвитку ПТСР.</b>	Мета: Ознайомити здобувачів із основними чинниками формування та розвитку ПТСР.. 16. Суб'єктивні причини виникнення психологічного стресу. 17. Невідповідність генетичних програм сучасним умовам. 18. Стрес від реалізації негативних батьківських програм. 19. Стрес, викликаний когнітивним дисонансом і механізми психологічного захисту. 20. Стрес, пов'язаний з неадекватними установками й переконаннями особистості. Неможливість реалізації актуальної потреби. 21. Стрес, пов'язаний з неправильною комунікацією. 22. Об'єктивні причини виникнення психологічного стресу. 23. Умови життя й роботи (постійні компоненти існування).	2 – 6, 11 – 13, 15, 16, 18, 21	7

	<p>Взаємодія з іншими людьми.</p> <p>24. Політичні й економічні фактори.</p> <p>25. Вплив психотравми на рівень ПТСР.</p> <p>26. Соціальні, етнокультурні, демографічні фактори, що впливають на розвиток ПТСР.</p> <p>27. Вроджені особливості організму й ранній дитячий досвід.</p> <p>28. Когнітивні фактори.</p> <p>Негативні наслідки медичного</p> <p>29. фактора.</p> <p>30. Особистісні й поведінкові розлади і ПТСР.</p> <p>Посттравматичний синдром</p>		
<b>Усього:</b>			<b>7</b>

#### 4. ПИТАННЯ ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

1. Визначення травматичного стресу та його основні характеристики.
2. Основні причини виникнення травматичного стресу.
3. Симптоми та ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР).
4. Види травматичних подій, які можуть спричинити ПТСР.
5. Вплив травматичного стресу на психологічне здоров'я людини.
6. Механізми розвитку травматичного стресу.
7. Роль підтримки соціального оточення у подоланні травматичного стресу.
8. Відмінності між гострим стресовим розладом і посттравматичним стресовим розладом.
9. Методи діагностики травматичного стресу.
10. Психотерапевтичні підходи до лікування ПТСР.
11. Вплив дитячих травм на розвиток ПТСР у дорослому віці.
12. Фактори ризику розвитку ПТСР.
13. Превентивні заходи для запобігання травматичному стресу.
14. Роль когнітивно-поведінкової терапії у подоланні травматичного стресу.
15. Вплив травматичного стресу на сімейні та міжособистісні стосунки.
16. Психологічні захисні механізми при травматичному стресі.
17. Етапи та процес адаптації до травматичного досвіду.
18. Травматичний стрес у військовослужбовців: причини, симптоми та лікування.
19. Методи релаксації та їх роль у зниженні травматичного стресу.
20. Профілактика професійного вигорання у працівників, які працюють з травматичними подіями.
21. Вплив культури та соціальних норм на переживання травматичного стресу.
22. Психологічна допомога дітям, що пережили травматичні події.
23. Роль психологічної реабілітації у відновленні після травматичного стресу.
24. Вплив повторних травматичних подій на психологічний стан людини.
25. Поняття "резилієнс" та його значення у подоланні травматичного стресу.
26. Вплив медіа на сприйняття та переживання травматичних подій.
27. Гендерні особливості переживання та подолання травматичного стресу.
28. Травматичний стрес у професійній діяльності рятувальників та медичних працівників.
29. Вплив травматичного стресу на фізичне здоров'я людини.

#### 11. ПИТАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ ФОРМИ КОНТРОЛЮ (ЕКЗАМЕН)



1. Диференціація понять стрес травматичний стрес посттравматичний стрес.
2. Теорія загального адаптаційного синдрому Р. Сельє.
3. Основні фізіологічні механізми і прояви ПТСР.
4. Дія стресора на організм.
5. Роль нервової системи у розвитку стресу.
6. Еустрес і дистрес.
7. Ознаки виразності дистресу.
8. Травматичний стрес.
9. Клінічні прояви ПТСР.
10. Основні фактори, що впливають на ПТСР.
11. Причини стресової напруги.
12. Особливості ПТСР.
13. Форми прояви ПТСР.
14. Стадії ПТСР.
15. Зміна сприйняття при стресі.
16. Стресова стійкість.
17. Зміна поведінкових реакцій при стресі.
18. Зміна інтелектуальних процесів при стресі.
19. Зміна фізіологічних процесів при стресі.
20. Емоційні прояви стресу.
21. Об'єктивні методи оцінки рівня стресу.
22. Суб'єктивні методи оцінки рівня стресу
23. Діагностика та класифікація психічних і поведінкових розладів
24. Традиційне розподіл психічних розладів: органічні та функціональні.
25. Розподіл психічних розладів за факторами виникнення: екзогенні (вплив зовнішніх факторів) і ендогенні (вплив внутрішніх факторів).
26. Перша версія Міжнародної класифікації хвороб та причин смерті (МКХ). Класифікація психічних і поведінкових розладів МКХ-10.
27. Класифікація психічних станів дезадаптації, що виникають в екстремальних умовах, розроблена Ю. А. Олександрівським.
28. Непатологічні невротичні прояви (адаптаційні стану).
29. Психогенні розлади з непсихотичною симптоматикою (психогенні реакції, невротичні стани).
30. Психогенні розлади з психотичною симптоматикою (реактивні психози - гострі і затяжні).
31. Патохарактерологічні розлади (неврозоподібні, невротичні, посттравматичні стресові; невротичні й психопатоподібний розвиток особистості та ін)
32. Теоретичні моделі посттравматичного стресового розладу
33. Психодинамічна модель посттравматичного стресового розладу.
34. Психічна травма як центральне поняття психоаналітичної інтерпретації ПТСР (З. Фрейд, А. Фрейд, Д. Виннікотт, М. Хан).
35. Когнітивна модель посттравматичного стресового розладу.
36. Дослідження стресу (Р. Лазарус) та страху (А. Бек, Р. Емері) у формуванні когнітивного напрямку вивчення ПТСР.
37. Психічна травма як детермінанта виникнення ПТСР.
38. Психічна травма як зміна базисних переконань особистості (концепція Р. Янофф-Бульман).
39. Психосоціальна модель посттравматичного стресового розладу.
40. Соціальні фактори (соціальні умови та механізми соціальної адаптації) в розвитку посттравматичного стресу.
41. Біологічна модель посттравматичного стресового розладу.
42. Аналіз психофізіологічних, біохімічних та генетичних досліджень, який підкреслює біологічну схильність у формуванні посттравматичного стресового розладу

43. Фактори розвитку ПТСР
44. Суб'єктивні причини виникнення психологічного стресу.
45. Невідповідність генетичних програм сучасним умовам.
46. Стрес від реалізації негативних батьківських програм.
47. Стрес, викликаний когнітивним дисонансом і механізми психологічного захисту.
48. Стрес, пов'язаний з неадекватними установками і переконаннями особистості.  
Неможливість реалізації актуальної потреби.
49. Стрес, пов'язаний з неправильною комунікацією.
50. Об'єктивні причини виникнення психологічного стресу.
51. Умови життя і роботи (постійні компоненти існування).
52. Взаємодія з іншими людьми.
53. Політичні та економічні чинники.
54. Вплив психотравми на рівень ПТСР.
55. Соціальні, етнокультурні, демографічні фактори, що впливають на розвиток ПТСР.
56. Вроджені особливості організму і ранній дитячий досвід.
57. Когнітивні фактори.
58. Негативні наслідки медичного фактора.
59. Особистісні та поведінкові розлади та ПТСР.
60. Посттравматичний синдром
61. Діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу
62. Понятійний апарат дисципліни.
63. Диференціація понять стрес травматичний стрес посттравматичний стрес.
64. Історичний аспект оформлення досліджень з психології ПТСР.
65. Критерії діагностики посттравматичного стресового розладу.
66. Діагностичні критерії ПТСР в класифікаціях психічних і поведінкових розладів:  
критерії ПТСР за МКХ-10, ВОЗ та DSM-IV.
67. Епідеміологія ПТСР.
68. Феноменологія посттравматичного стресового розладу.
69. Психологічна картина ПТСР.
70. Роль і значення травматичних ситуацій у формуванні ПТСР.
71. Типи травматичних ситуацій
72. Методи корекції і психотерапії ПТСР

## **12. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ДО КУРСУ**

### **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.

#### **Додаткова:**

15. Дорожевець А. Когнітивні механізми адаптації до кризових подій // Психолог. 2004. №17 (травень). С.20-29.
16. Гриценко Л. Посттравматичний стресовий розлад у дітей: вікові особливості // Психолог. 2004. № 19 (травень). С. 10-16.
17. Миронець С.М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах екстремальної ситуації: Монографія К.: Консультант, 2008. 232 с.
18. Клінічна психодіагностика: Практикум / Ред.-упор. М.В.Миколайський. Івано- Франківськ: Місто НВ, 2006. 228 с.
19. Корнієнко І. Психологічна допомога дітям, що зазнали травми внаслідок катастрофи // Психолог. 2004. № 46 (грудень). С.8-12.
20. 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.
21. 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> –  
 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/>