

## СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

### ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМИ

<b>Рівень вищої освіти</b>	Другий (магістерський) рівень
<b>Освітньо-професійна програма</b>	Психологія забезпечення ментального здоров'я
<b>Кафедра</b>	Клінічної психології
<b>Кількість кредитів</b>	4.0 кредити ЄКТС
<b>Форма контролю</b>	Залік
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Розробники курсу</b>	Катерина Мілютіна
<b>Контактна інформація</b>	katerinamilutina1963@gmail.com

#### ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

	<p>Курс присвячений вивченню психологічної травми як комплексного феномену, що впливає на емоційну, когнітивну та поведінкову сфери особистості. Розглядаються види та механізми формування психічної травми, особливості травматичного досвіду, його коротко- й довгострокові наслідки, а також основні підходи до психологічної допомоги й підтримки. Особлива увага приділяється питанням безпечної роботи з травматичним досвідом, етичним принципам, межам професійної компетенції та ролі психолога в процесі відновлення й адаптації.</p>
	<p>Метою освітнього компонента є: формування професійних компетентностей для роботи з наслідками травматичного досвіду, що поєднують теоретичні знання про природу ПТСР та посттравматичного зростання та практичні навички психологічного консультування потерпілих від травматичного досвіду.</p>

#### ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

##### Тема 1. Травматичний досвід та його наслідки

###### **Лекція 1. Визначення понять “травма”, ПТСР, КПТСР**

Травматичний досвід. Типи травми. Гостра реакція на стрес. Чинники постстресового розладу. Ознаки ПТСР. Динаміка ПТСР протягом життя. Поняття комплексної травми. Наслідки дитячої травми в дорослому житті.

###### **Лекція 2. Травма в дитячому віці.**

Типи дитячих травм. Травма прив'язаності. Травма свідка. Дитинство з ненадійними батьками. Гострий травматичний досвід. Кроки подолання травматичного досвіду. Ознаки реакцій адаптації в дітей. Ігрова терапія Лендрета. Терапія розладів за В. Оклендер.



### **Лекція 3. Дорослі, які були травмовані в дитинстві**

Дорослі діти алкоголіків. Розлади та порядок народження. Проблеми парентифікації. Таблиця наслідків дитячої травми в дорослому житті. Віктимність та ідентифікація з агресором.

### **Лекція 4. Трансгенераційна травма та трансгенераційний досвід**

Травматичний досвід поколінь. Досвід світових війн. Холокост та його наслідки. Голодомор, як трансгенераційна травма. Досвід виживання як ресурс.

## **Тема 2. Гострий травматичний досвід та горювання**

### **Лекція 5. Гостра травма і ризики ПТСР**

Ознаки гострої травми. Травма ризик менеджмент. Оцінка ризиків ПТСР при активному слуханні. ІНТЕК, оцінка необхідності допомоги і прояснення цілей клієнта. Допомога при гострій травмі. Заземлення. Стабілізація. Не інвалідизація.

### **Лекція 6. Втрата та горювання.**

Типи втрати. Перинатальна втрата. Переживання смерті та вмирання. Стадії горювання. Психологічний супровід в процесі горювання. Групи підтримки. Індивідуальна терапія при горюванні. Невизначена втрата. Допомога при невизначеній втраті.

### **Лекція 7. Заборонене горе**

Виявлення патології вагітності. Проблеми переривання вагітності і психологічна підтримка. Народження дитини з вадами розвитку. Стадії проживання забороненого горя. Психологічна підтримка батьків дітей з проблемами розвитку. Розробка корекційних програм та програм батьківського супроводу.

## **Тема 3. Травма від війни**

### **Лекція 8. Потерпілі від полону**

Проблеми в осіб, що перебували в полоні. Фізичне та сексуалізоване насильство. Наслідки тортур. Потреба у фізичній та психологічній реабілітації. Ресоціалізація.

### **Лекція 9. Вимушена міграція**

Вимушено переміщені особи. Втрата соціального статусу. Культурні розбіжності. Проблеми вивчення мови та культури. Втрата ідентичності. Адаптація та збереження особистості.

### **Лекція 10. Вікарна травма та самопомога**

Визначення поняття вікарної травми та травми свідка. Емоційне вигорання психолога. Самоаналіз складних випадків. Самопомога. Необхідність супервізії. Групова супервізія та інтервізія. Балінтівські групи.

## ПОЛІТИКА КУРСУ

Курс реалізується у дистанційному форматі з поєднанням асинхронної роботи та обов'язкових практичних контактних занять. Усі навчальні матеріали курсу, зокрема лекції, методичні рекомендації, тестові та самостійні завдання, розміщуються на платформі MOODLE і є обов'язковими для опрацювання впродовж семестру.

У межах курсу передбачено прослуховування десяти лекцій, які подаються у записаному форматі. Обов'язковою умовою опанування дисципліни є повне ознайомлення з усіма лекційними матеріалами та супровідними ресурсами.

Контроль засвоєння теоретичного матеріалу здійснюється за допомогою тестування. Тестування проводиться у визначені терміни з чітким дотриманням дедлайнів, установлених на платформі MOODLE. Порушення строків виконання тестових завдань може призводити до зниження балів або, у разі систематичних порушень, до обмеження доступу до підсумкового контролю.

Важливою складовою курсу є практичні контактні заняття, присутність на яких є обов'язковою. Практичні заняття спрямовані на закріплення теоретичних знань, аналіз клінічних і професійних ситуацій, розвиток навичок професійного мислення та міжособистісної взаємодії. Пропуски практичних занять без поважної причини негативно впливають на підсумкову оцінку. У разі наявності поважної причини пропущене заняття може бути відпрацьоване шляхом виконання індивідуального завдання за погодженням із викладачем.

Під час контактних занять і онлайн-комунікації здобувачі зобов'язані дотримуватися правил академічної етики, коректної професійної поведінки та принципів взаємної поваги. У процесі навчання забороняється плагіат, використання сторонньої допомоги під час тестування та передача власних відповідей іншим здобувачам. Порушення принципів академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність відповідно до чинних нормативних документів закладу вищої освіти.

## ОЦІНЮВАННЯ

*Методи поточного контролю:* Проводиться з метою оцінювання результатів навчання протягом семестру і включає систематичний моніторинг навчальних досягнень здобувачів. Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять у формі виконання практичних завдань, розв'язання кейсів, проходження тестів та активної участі в обговореннях, в обсязі навчального матеріалу, визначеному для кожного заняття.

- *практичні завдання* (у письмовій роботі здобувачеві необхідно показати і теоретичні знання, і вміння застосовувати їх для розв'язування конкретних задач, психологічних проблем);

- *контактні заняття* ((опрацювання рекомендованої літератури, підготовка запропонованих завдань та участь в обговоренні).

*Методи підсумкового контролю:* Проводиться з метою оцінювання результатів навчання наприкінці семестру, відповідно до навчального плану у вигляді семестрового заліку, в терміни, встановлені графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою дисципліни.

- *контрольний тест* (набір стандартизованих завдань з визначеного матеріалу, який встановлює ступінь засвоєння його студентами);

*Форми поточного контролю:*

Практичні завдання Максимальна оцінка за виконання практичного завдання становить 10 балів. На вибір пропонується виконати одне із запропонованих завдань.

Контактні заняття. За активну участь в обговоренні запропонованих тем нараховується 10 балів.

*Форма підсумкового семестрового контролю:*

Контрольний тест. Тест включає 10 питань, які орієнтовані на глибоке засвоєння матеріалу, що вивчається. Час виконання тестового завдання – 20 хв. Максимальна сума балів – 40 (**4 бали:** за кожну правильну відповідь). Допуск до підсумкового контролю – 40 балів за курс.

## МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Курс буде викладений у формі лекцій (22 год.), практичних (семінарських) (6 год.) та практичних контактних занять (6 год.), організації самостійної роботи студентів (86 год.).

Під час викладання дисципліни використовуються наступні методи навчання: словесні (лекція, пояснення, бесіда), наочні (ілюстрація, демонстрація), практичні (аналіз кейсів, виконання практичних завдань), а також інтерактивні техніки та методики.

## РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

### **Підручники:**

1. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.

### **Навчальні посібники:**

2. Neimeyer R.A. Techniques of grief therapy: Assessment and intervention. Терапія горя /переклад та адаптація В.Зливков, С.Лукомська. Київ. 2021. 259 с.
3. Schut, H. A. W., Stroebe, M. S. Effects of social support, counselling, and therapy before and after the loss: Can we really help bereaved people? Psychologica Belgica, 2010. 50. P. 89-102.
4. Schut, M. S. H. The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. Death studies, 1999. 23(3), 197-224.
5. Аврамчук О. Клініко-психологічні аспекти переживання втрати та діагностики ускладненого горювання. Проблеми сучасної психології. 2019. Вип. 45. С. 11-39.
6. Блінов, О.А. (2019). Бойова психічна травма. Київ : Талком.
7. Власенко І.А., Винник Н.Д. Переживання втрати: специфіка, конфлікт, трансценденція, подолання. Теорія та практика сучасної психології. 2019. № 3, Т. 1. С. 33-39.
8. Войтович М.В. Психологічні особливості горювання. Актуальні проблеми психології. 2019. Том V. Випуск 19.С. 10-24
9. Герман, Дж. (2019). Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів : Вид-во Старого Лева.
10. Горностай, П. (2021). Травма жертви і травма агресора в міжгрупових конфліктах. Проблеми політичної психології, 10 (24), 114-133. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-68>
11. Діденко, Г. О. (2017). Етапи дослідження травматичних подій в психологічній науці. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, 51 (112), 65-68.
12. Коқун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Олійник В.О., Хоружий С.М., Ларіонов С.О., Сириця М.В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. К. : 7БЦ, 2023. 175 с.

13. Лесков В. О., Грязнов І. О. Сутність і причини виникнення нервовопсихічних розладів у військовослужбовців після проходження служби в умовах бойових дій. Збірник наукових праць інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2006. Т. VIII. Вип. 3. С. 91–97.
14. Ліпатов І. І., Шестопалова Л. Ф., Афанасенко В. С. Психологічна адаптація військовослужбовців діяльності : навч. посіб. Х. : ХВУ, 1999. 148 с. до бойової
15. Люта О. Посттравматичний стресовий розлад у військовослужбовців – учасників бойових дій. URL: <https://narkosumy.lie.org.ua/statti/posttravmatychnyj-stresovyj-rozladu-vijskovosluzhbovtiv-uchasnykiv-bojovyh-dij>
16. Лютий В. П. Нехімічні адикції як предмет соціальної роботи. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Луганськ. 2013. № 11 (270). С. 158–166.
17. Мачерет Є. Л., Чуприна Г. М., Морозова О. Г., Коркушко О. О. та ін. Патогенез, методи дослідження та лікування больових синдромів : посіб. Х. : ВПЦ Контраст, 2006. 168 с.
18. Основи психотерапії: навчальний посібник / За ред. К. В. Седих, О. О. Фільц. К.: Академвидав, 2016. 192 с.
19. Романовська Д.Д. Профілактика та корекція посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти: навч. посібник. Чернівці : Технодрук, 2014. 133 с. 4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи Навчальний посібник. Том 3.; заг. редакція: Л. Гридковець. Київ, 2018.– 236 с. <https://www.osce.org/files/f/documents/4/d/430841.pdf>.
20. Сулятицький І., Островська К., Осьодло В. Психолого-корекційний практикум травм війни: навчальний посібник. Львів:ЛНУ імені Івана Франка, 2019. 396 с.
21. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навчальний посібник К.: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017. 160 с.