Львівський університет бізнесу та права	**СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЯ ПСИХОТРАВМИ» ОК 09**	
	Рівень вищої освіти	**другий (магістерський)**
	Спеціальність	**С4 Психологія**
	Освітньо-професійна програма	**Практична психологія**
	Кваліфікація	**Магістр з психології**
	Рік навчання	**1**
	Семестр	**1**
	Форма навчання	**денна**
	Кількість кредитів ЄКТС	**3**
	Мова викладання	**українська**

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення дисципліни «Психологія психотравми» є набуття здобувачами психологічних знань і практичних умінь щодо роботи психолога в умовах екстремальних і кризових ситуацій, а також у разі переживання травматичних подій. Основні завдання дисципліни:

- **Теоретичні засади:** специфіка предмета психології кризових і травмуючих ситуацій; поняття «криза», «травма», «стрес», їх відмінності та види.
- **Діагностика та механізми:** нейропсихологічні механізми стресу та психічної травми, діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу (ПТСР).
- **Кризові ситуації та групи:** вікові та професійні кризи, суїцидальні тенденції, наслідки насильства, кризові ситуації в медицині, допомога дітям і підліткам.
- **Професійна діяльність:** кризові та травмуючі ситуації в роботі психолога, поняття супервізії та інтервізії.

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема	Години (лек./ прак./ сам.)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
Тема 1. Вступ до кризової психології. Стрес та його наслідки, стратегії подолання.	2/2/-	**Знати:** поняття «життєва криза», стрес, його стадії та емоційні прояви, копінг-стратегії, основні підходи до подолання стресу. **Вміти:** розрізняти стрес, кризу й травму, визначати ресурси та копінг-стратегії особистості.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Тема 2. Поняття «травма» в психології. Посттравматичний стресовий розлад.	2/2/-	**Знати:** психологію травми, класифікацію травматичних ситуацій, діагностичні критерії ПТСР, основні психологічні маркери переживання травми. **Вміти:** розпізнавати ознаки травматичного стресу та ПТСР.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5

Тема	Години (лек./ прак./ сам.)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
Тема 3. Втрата як травматична ситуація.	2/2/-	**Знати:** реакції гострого горювання, його стадії, роль скорботи в процесі подолання втрати. **Вміти:** підтримувати особу, яка переживає втрату, розрізняти нормативне та ускладнене горювання.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Тема 4. Вікові кризи.	2/2/-	**Знати:** особливості кризи середини життя, зрілості та похилого віку, смисложиттєвої кризи, напрями психологічної підтримки. **Вміти:** аналізувати вікову кризу й добирати форми підтримки.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Тема 5. Суїцидальні тенденції та суїцидальна поведінка.	2/2/-	**Знати:** причини та види суїцидальної поведінки, діагностику суїцидальних тенденцій, чинники ризику й захисту. **Вміти:** оцінювати ризик суїциду та діяти за протоколом первинної допомоги, скеровувати до фахівця.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Тема 6. Насильство як травматична ситуація.	2/2/-	**Знати:** ознаки та види насильства, поняття віктимності, гіпер- та гіповіктимності, норми безпечної поведінки, національну правову базу. **Вміти:** розпізнавати ознаки насильства та надавати первинну психологічну підтримку постраждалим.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Тема 7. Кризові ситуації в медицині.	2/2/-	**Знати:** вплив гострої та хронічної хвороби на психіку, психологічний аспект болю, особливості роботи психолога з термінальними хворими. **Вміти:** планувати психологічний супровід пацієнта й родини в ситуації тяжкої хвороби.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Тема 8. Кризові ситуації в професійній діяльності.	2/2/-	**Знати:** особливості криз професійної діяльності, джерела стресу на роботі, мобінг і харасмент, поняття супервізії та інтервізії. **Вміти:** аналізувати професійні ризики та визначати шляхи самодопомоги й профілактики вигорання.	Питання, тести, практичні завдання, виконання самостійної роботи	5
Теми для самостійного вивчення	-/-/58	Історія вивчення психічної травми. Нейробіологічні механізми стресу та травми. Класифікація ПТСР і комплексного ПТСР за МКХ-11 та DSM-5. Психологічні наслідки війни для цивільного населення й військовослужбовців. Психологічна допомога дітям і підліткам, які пережили травматичні події. Домашнє насильство: види, наслідки, допомога. Посттравматичне зростання та резильєнтність. Вторинна травматизація й професійне вигорання фахівців, які працюють із травмою. Арт-терапія та EMDR у роботі з психотравмою. Супервізія як ресурс психолога.		
Всього	**16/16/58**			

Тема	Години (лек./ прак./ сам.)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
Всього балів за поточний контроль				**40**
Екзаменаційна оцінка				**60**
Всього				**100**

ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Інтегральна компетентність	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.
Загальні компетентності (ЗК)	**ЗК1.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. **ЗК7.** Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	**СК1.** Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики. **СК4.** Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік. **СК7.** Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
Програмні результати навчання (ПРН)	**ПРН3.** Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки. **ПРН4.** Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій. **ПРН5.** Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість. **ПРН8.** Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад: лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності	Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад: хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ

Оцінка за національною шкалою	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS
відмінно	90 – 100	A
добре	82 – 89	B
	74 – 81	C

задовільно	64 – 73	D
	60 – 63	E
незадовільно (з можливістю повторного складання)	35 – 59	FX
незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	0 – 34	F

ЛІТЕРАТУРА ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ДЖЕРЕЛА

Основна література / Додаткова література / Інформаційні ресурси

Основна література:

1. Гостра реакція на стрес. Посттравматичний стресовий розлад. Порушення адаптації : клінічна настанова, заснована на доказах. Київ : Державний експертний центр МОЗ України, 2024. URL: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2024/07/kn_2024_ptsr.pdf
2. Герасименко Л. О., Скрипніков А. М., Ісаков Р. І. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад : навч. посіб. Київ : ВСВ «Медицина», 2023. 120 с. URL: https://emed.library.gov.ua/suchasna-medytsyna/reaktsiia-na-vazhkyy-stres-ta-rozlady-adaptatsii-posttravmatychnyy-stresovyy-rozlad-2/
3. Омельченко Я. М., Кісарчук З. Г., Гурлєва Т. С., Лазос Г. П. та ін. Застосування психотерапевтичних технологій у наданні допомоги постраждалим з проявами посттравматичного стресового розладу : практ. посіб. / за ред. Я. М. Омельченко. Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 256 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/736404/
4. Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с. URL: https://uu.edu.ua/upload/Nauka/naukovi_vydannia/psihologija_stresy_2023_compressed.pdf

Додаткова література:

1. Щирук І. А. Психологічні особливості негативних наслідків посттравматичного стресового розладу й травмування у військовослужбовців та осіб, постраждалих на бойовий стрес. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 3. С. 87–93. URL: https://journals.cusu.in.ua/index.php/psychology/article/view/563
2. Готич В. О. Кількісні та якісні показники посттравматичного зростання студентів в умовах війни. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 1. С. 55–59. URL: https://journals.cusu.in.ua/index.php/psychology/article/view/337
3. Kurapov A., Kalaitzaki A. et al. The mental health impact of the ongoing Russian-Ukrainian war 6 months after the Russian invasion of Ukraine. Frontiers in Psychiatry. 2023. Vol. 14. Art. 1134780. URL: https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsyt.2023.1134780/full
4. Реагування на домашнє насильство : посіб. для церков і релігійних організацій / ред.-упоряд. М. Васін, Т. Калениченко, М. Васіна. Київ : Пугач О. В., 2022. 52 с. URL: https://irs.in.ua/files/publications/2022-IRF-handbook-on-domestic-violence-response.pdf

Інформаційні джерела:

1. World Health Organization. Mental health in emergencies : fact sheet (6 May 2025) (дата звернення: 05.10.2026). URL: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies
2. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». Гарячі лінії психологічної допомоги (дата звернення: 05.10.2026). URL: https://howareu.com/hot-lines
3. Міністерство охорони здоров'я України : офіційний сайт (дата звернення: 05.10.2026). URL: https://moz.gov.ua/