

Міністерство освіти і науки України  
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя  
(повне найменування вищого навчального закладу)

Факультет Економіки та менеджменту  
/назва факультету/

Кафедра психології  
/назва кафедри/

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Декан факультету

Галина ЦІХ

(підпис)

(прізвище та ініціали)

« 30 » серпня 2024 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ**

/назва дисципліни/

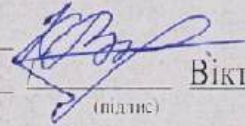
галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»  
/шифр і назва галузі знань/  
рівень вищої освіти перший (бакалаврський)  
/назва/  
спеціальність 053 «Психологія»  
/шифр і назва/  
освітня програма «Психологія»  
/назва/  
спеціалізація \_\_\_\_\_  
/назва/  
вид дисципліни обов'язкова дисципліна циклу професійної підготовки  
/обов'язкова/

Тернопіль – 2024 рік

Робоча програма з навчальної дисципліни «Психологія травмуючих ситуацій»  
(назва дисципліни)  
 для студентів факультету економіки та менеджменту  
(назва факультету)

Розробники:

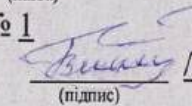
доцент кафедри психології  
 кандидат педагогічних наук, доцент  
(посада, науковий ступінь та вчене звання)



Віктор КАВЕЦЬКИЙ  
(ініціали та прізвище)

Робоча програма розглянута та схвалена на засіданні  
 кафедри психології

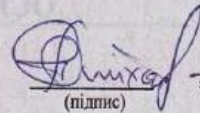
Протокол від «29» серпня 2024 року № 1  
 Завідувач кафедри



/ Василь ВИШНЬОВСЬКИЙ /  
(ініціали та прізвище)

Робоча програма розглянута та схвалена НМК  
 факультету економіки та менеджменту

Протокол від «30» серпня 2024 року № 2  
 Секретар НМК



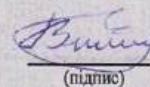
/ Оксана ПОТІХА /  
(ініціали та прізвище)

Робоча програма погоджена:

Спеціальність 053 «Психологія»  
(шифр і назва)

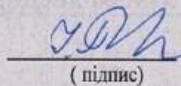
освітня програма «Психологія»  
(назва)

Завідувач випускової кафедри



/ Василь ВИШНЬОВСЬКИЙ /  
(ініціали та прізвище)

Гарант освітньої програми



/ Ірина ПЕРІГ /  
(ім'я та прізвище)

## 1. Структура навчальної дисципліни

Показник	Всього годин	
	Денна форма навчання	Заочна (дистанційна) форма навчання
Кількість кредитів/годин	5/150	5/150
Аудиторні заняття, год.	64	18
Самостійна робота, год.	86	132
Аудиторні заняття		
- лекції, год.	32	10
- лабораторні, год.	-	-
- практичні заняття, год.	32	8
- семінарські, год.	-	-
Самостійна робота		
- підготовка до лабораторних (практичних, семінарських) занять	32	8
- опрацювання окремих розділів програми, які не виносяться на лекції	10	80
- виконання контрольних завдань		
- виконання індивідуальних завдань		
- виконання курсових проектів (робіт)		
- підготовка та складання заліків, екзаменів, контрольних робіт, рефератів, есе, тестування	44	44
Залік		

Частка годин самостійної роботи студента:

- денна форма навчання – 57 %;
- заочна (дистанційна) форма навчання – 88 %.



## 2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

У сучасному світі чимдалі нагальною стає проблема подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях: під час криз, катастроф, у випадках терористичних атак, стихійних і інших лих, яких може зазнати людина. Нині, особливо актуальним є вивчення майбутніми психологами особливостей надання дієвої допомоги особистості, яка зазнала травмуючих впливів в умовах воєнного стану. Це потребує ґрунтовної підготовки фахівців – практичних психологів, які володіють методами подання допомоги у кризових та катастрофічних ситуаціях.

Метою викладання навчальної дисципліни є забезпечення підготовки студентів у систематизації та ефективному використанні психологічних знань для допомоги особистості в життєвих травмуючих ситуаціях.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Психологія травмуючих ситуацій» є:

- розуміння студентами предметної області травмуючих ситуацій;
- обізнаність щодо основних концепцій психології травми
- поінформованість про типи екстремальних та травмуючих ситуацій;
- наявність знань про первинні реакції та поведінка людини (групи людей) в екстремальних ситуаціях;
- обізнаність про симптоми посттравматичних стресових порушень;
- поінформованість про основні принципи та критерії діагностики порушень психіки та поведінки людини внаслідок екстремальних ситуацій;
- володіння навичками психодіагностики травмуючих станів;
- наявність умінь надавати психологічну допомогу і підтримку;
- готовність до вибору стратегії психологічної допомоги людині в екстремальній ситуації.

За результатами вивчення дисципліни студент повинен продемонструвати такі результати навчання:

ПР1. Визначати, аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2. Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань в т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

ПР12 Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до запиту

ПР13. Емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові особливості.

ПР16. Знати та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР18. Розуміти важливість збереження здоров'я (власного й навколишніх) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів компетентностей:

- інтегральної:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів, та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

- загальних:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та професійної діяльності.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

- фахових:

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК 13. Вміння застосовувати професійні знання в різних галузях психологічної практики, реалізуючи принцип професійної мобільності.

### 3. Опис навчальної дисципліни

#### 3.1. Лекційні заняття

№	Тема заняття та короткий зміст	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	2	3	4
	<b>Модуль 1. МОДУЛЬ І. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ЗМІСТ ПСИХОЛОГІЇ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ</b>	<b>16</b>	<b>4</b>
	<b>ТЕМА 1. ПСИХОЛОГІЧНА ТРАВМА</b> Історичні аспекти проблеми психічної травми. Психіатричні і неврологічні дослідження ХІХ століття Дослідження військових стресових реакцій другої світової війни. Ліндеман – синдром «патологічного горя». Поняття «психологічна травма» у рамках теорії посттравматичного розладу. Підходи та пояснювальні системи в розумінні травми. Різновиди подій, що можуть стати травмуючими. Головний зміст психологічної травми. Психофізіологія травми. Класифікація психотравм. Кількісні критерії класифікації (сила дії, тривалість). Класифікація психотравм за змістом. Класифікація психотравм за джерелами. Ознаки і наслідки психологічної травми. Основні способи, якими людина виходить з травмуючої ситуації. Ознаки психотравми за діагностичними критеріями Американської психіатричної асоціації. Клінічні симптоми психотравми за Б. Колодзіним.	4	2
	<b>ТЕМА 2. ПОНЯТТЯ ТА ВИДИ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ</b> Поняття психотравмуючої ситуації. Визначення психотравмуючої ситуації в рамках теорії адаптації. Процес проходження людиною психотравмуючих ситуацій. Типологія психотравмуючих ситуацій. Критичні життєві ситуації (кризові ситуації, конфліктні ситуації, ситуації фрустрації). Визначення критичної ситуації за Ф.Е. Василюком. Критерії диференціації та параметри критичних життєвих ситуацій. Поняття «життєвої кризи», або «кризової ситуації». Конфлікт – як критична ситуація. Ситуація фрустрації. Екстремальні ситуації. Визначення, види екстремальних ситуацій. Класифікації реакцій на травматичні події. Посттравматичний стресовий розлад. Хронічні психотравмуючі ситуації (повсякденні	2	1

	<p>перевантаження).</p> <p>Дослідження Р. Лазаруса. Визначення та зміст повсякденних перевантажень. Поняття робочих стресів (конфлікти на роботі і т. д.), міжособистісних та соціальних перевантажень (конфлікти, непорозуміння, лицемірство і т. д.), ролевих перевантажень.</p> <p>Ситуації депривації. Соціальна депривація, сенсорна депривація. Індивідуальна (самотність) та групова ізоляція. Фактор ув'язнення.</p>		
3	<p align="center"><b>ТЕМА 3. ПЕРЕЖИВАННЯ ПСИХОТРАВМУЮЧОЇ СИТУАЦІЇ. ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ</b></p> <p>Типи ставлення до психотравмуючої ситуації та особливості її подолання. Типи ставлення людини до дисгармонії свого психічного світу. Концепція переживання як діяльності Ф.Е. Василюка. Принципи переживання особистісного життєвого світу.</p> <p>Особистісні зміни в психотравмуючій ситуації. Полюси прояву психотравмуючої ситуації. Процес змін у внутрішньому світі особистості. Результат роботи переживання. Тенденції в емоційній самозміні особистості. Переживання втрати. Основні підходи. Форми переживання.</p> <p>Переживання горя дітьми. Фази дитячого горя. Неуспішне горе у дітей. Відмінності в дитячих реакціях на смерть в залежності від періоду розвитку.</p> <p>Самосвідомість і проблеми, що виникають в горі. Алгоритм дії при переживанні горя.</p>	2	1
4	<p align="center"><b>ТЕМА 4. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТРЕСУ.</b></p> <p>Стрес як неспецифічна реакція організму. Дослідження стресу Г. Сельє. Характеристики еустресу і дистресу. Поняття психологічного (емоційного) стресу. Специфічні особливості психологічного стресу.</p> <p>Форми прояви стресу і критерії його оцінки. Зміна емоційних процесів при стресі. Стадії у формуванні переживань тривоги (тривожний ряд) за Ф.Б. Березіним. Зміна інтелектуальних процесів при стресі. Зміна поведінкових процесів при стресі. Оцінка рівня стресу.</p> <p>Прогноз рівня стресу. Інтенсивність стресу. Тривалість стресу. Індивідуальна чутливість до стресора. Стресостійкість. Адаптаційні резерви.</p> <p>Причини виникнення психологічного стресу. Фактори, що впливають на розвиток стресу. Вроджені особливості організму і ранній дитячий досвід. Соціальні умови і умови праці. Близьке соціальне оточення.</p>	2	

	Когнітивні чинники. Професійний стрес. Емоційне вигорання. Хронічна втома Травматичний стрес.		
5	<p><b>ТЕМА 5. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕАКЦІЇ ЛЮДИНИ НА ТРАВМУЮЧІ ПОДІЇ ЖИТТЯ</b></p> <p>Особливості особистості як опосередковуючі фактори реакції людини на психотравмуючі події життя. Емоційна стабільність. «Душевне здоров'я». Витривалість. Концепція захисних механізмів.</p> <p>Концепції подолання стресу. Когнітивно-феноменологічний підхід Р. Лазаруса. Копінг-стратегії та копінг-ресурси особистості. Ознаки соціального оточення як модератори стресу. Соціальна мережа та соціальна підтримка.</p>	2	
6	<p><b>ТЕМА 6. ЕКСТРЕМАЛЬНІ СИТУАЦІЇ ЯК ОСОБЛИВИЙ КЛАС КРИТИЧНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ</b></p> <p>Поняття і типи екстремальній ситуації. Ситуації соціальної ізоляції, сенсорної ізоляції та гіперактивації.</p> <p>Психосоматичні прояви впливу екстремальної ситуації. Психосоматичні наслідки впливу екстремальних ситуацій на людину. Психопатологічні зміни після травм. Особистісно-орієнтовані форми поведінки жертв екстремальній ситуації. Психогенії. Неврози. Особистісно-орієнтовані форми поведінки рятувальників в екстремальних ситуаціях.</p>	2	
7	<p><b>ТЕМА 7. ПОНЯТТЯ ТА ХАРАКТЕРИСТИКИ КРИЗИ ЯК ПСИХОЛОГО-ОНТОЛОГІЧНОГО ЯВИЩА</b></p> <p>Криза і основні поняття кризових ситуацій. Особистісна криза. Кризовий стан. Кризова особистість.. Динамічні характеристики стану кризи. Рівні розвитку кризи.</p> <p>Процес подолання кризи за Ф.Е. Василюком. Типи переживань: гедоністичне, реалістичне, ціннісне, творче. Схеми аналізу кризи. Типологія криз особистості. Травматичні кризи, кризи психічного розвитку, професійні кризи, життєві кризи.</p>	2	
	<b>Модуль 2. Особливості надання допомоги у психотравмуючих ситуаціях.</b>	<b>16</b>	<b>6</b>
8	<p><b>ТЕМА 8. ПСИХОЛОГІЯ ТЕРОРИЗМУ</b></p> <p>Поняття «терору». Джерела тероризму і екстремізму. Основні сфери тероризму. Формула терору. Розуміння тероризму як форми масового спілкування.</p> <p>Психологія особистості терориста. Головні якості особистості терориста. Моделі особистості терориста. Основні синдроми терористів. Терористичні групи. Мотиви</p>	2	<b>1</b>



	<p>терористів. Характерні світоглядні складові і передумови, властиві людям, що чинять теракти.</p> <p>Психологія взаємодії терористів і заручників. Психологія заручників. Реакції заручників на стресову подію. Психологічний механізм «стокгольмського синдрому». Рекомендації психолога людині, що потрапила в заручники.</p>		
9	<p><b>ТЕМА 9. ХВОРОБА ЯК КРИЗОВА СИТУАЦІЯ.</b></p> <p>Хвороба у житті людини. Психологічний зміст хвороби. Внутрішня картина хвороби. Важка хвороба як ненормативна криза сім'ї. Стадії прийняття хвороби за Кюблер- Рос. Особливості психологічної підтримки хворого у сім'ї.</p> <p>Психологічна підтримка дитини, що хворіє. Психологічна допомога, рекомендована дітям та підліткам. Методики експериментально-психологічного дослідження соматичних хворих. Визначення внутрішньої картини хвороби.</p>	2	1
10	<p><b>ТЕМА 10. ПСИХОЛОГІЧНІ КРИЗИ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН</b></p> <p>Поняття «сімейної кризи». Характеристики сімейної кризи. Критичні точки у розвитку сім'ї за Ст. Сатіром.</p> <p>Нормативні сімейні кризи. Криза прийняття на себе подружніх зобов'язань. Криза освоєння подружжям батьківських ролей та прийняття факту появи нового члена. Криза включення дітей у зовнішні соціальні структури. Криза прийняття факту вступу дитини у підлітковий вік. Криза сім'ї, в якій доросла дитина залишає будинок. Криза сім'ї, яка в основному виконала свою батьківську функцію.</p> <p>Ненормативні сімейні кризи. Фактори, що призводять до виникнення ненормативних сімейних криз. Сімейна криза, пов'язана зі зрадою. Сімейна криза, пов'язана з важкою хворобою одного з членів сім'ї. Сімейна криза, пов'язана з інцестом. Сімейна криза, пов'язана зі смертю члена сім'ї. Критичні періоди у сімейному житті.</p>	2	1
11	<p><b>ТЕМА 11. ТОТАЛІТАРНІ СЕКТИ ТА ЇХ ВЛИВ НА ПСИХІКУ</b></p> <p>Групи осіб, які поповнюють тоталітарні секти. Аспекти при вабливості тоталітарних сект. Обмеження, що накладаються сектою на особистість. Прийоми зміни психіки неофіта. Основні засоби управління психікою людини (за М. Т. Сінгер і Р. Д. Ліфтоном). Проблеми реабілітації осіб, які потрапили у тоталітарні секти.</p>	2	1
12	<p><b>ТЕМА 12. ПІДХОДИ ДО НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ,</b></p>	6	1

	<p><b>ЯКА ЗНАХОДИТЬСЯ В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ.</b></p> <p>Психодинамічний підхід щодо подання психологічної допомоги. Аналітична індивідуальна психологія А. Адлера. Соціальний психоаналіз Хорні. Концепція кризи ідентичності Е. Еріксона. Сценарний аналіз за Е. Берном. Біхевіористський напрям у психології травмуючих ситуацій. Теорія реципрокного гальмування Д. Вольпе. Імагометод І. Вольперта. Гуманістичний підхід до процесу подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях.</p> <p>Клієнтцентрована терапія К. Роджерса. Активне слухання і метод терапевтичного дзеркала. Гуманістичний підхід Р. Мея. Логотерапія В. Франкла. Принципи подання психологічної допомоги у травмуючих ситуаціях у парадигмі гуманістичної концепції.</p> <p>Гештальтпідхід щодо подання допомоги у психотравмуючих ситуаціях. Гештальттерапія Ф. Перлза. Поняття про три зони усвідомлювання (за Ф. Перлзом). Застосування принципу “тут і тепер” у психологічній допомозі у психотравмуючих ситуаціях. Техніки гештальттерапії у психологічній практиці. Екзистенційний підхід щодо психології травмуючих ситуацій. Позитивна психотерапія як засіб допомоги клієнтам. Когнітивний напрям у психології травм.</p> <p>Основні техніки когнітивної терапії А. Бека. А. Бек про емоційні розлади. Техніка декатастрофізації. ABCDтерапія А. Елліса.</p>		
13	<p><b>ТЕМА 13. ГРУПОВІ МЕТОДИ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ДОПОМОЗІ.</b></p> <p>Групи зустрічей. Психодрама. Групи психоаналізу. Гештальтгрупи. Групи сімейної терапії. Групи арттерапії. Групи тілесної і танцювальної терапії. Застосування груп казкотерапії у травмуючих ситуаціях.</p>	2	1
<b>Усього годин:</b>		<b>32</b>	<b>10</b>

### 3.2. Практичні заняття

№	Тема заняття	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	2	3	4
	<b>Модуль 1. Методологія та зміст психології травмуючих ситуацій</b>	<b>16</b>	<b>4</b>
1	Психологічна травма	4	2
2	Поняття та види травмуючих ситуацій	2	1
3	Переживання психотравмуючої ситуації. Переживання втрати	2	1

4	Особливості психологічного стресу	2	
5	Психологічні реакції людини на травмуючі події життя	2	
6	Екстремальні ситуації як особливий клас критичних життєвих ситуацій	2	
7	Поняття та характеристики кризи як психолого-онтологічного явища	2	
	<b>Модуль 2. Особливості надання допомоги у психотравмуючих ситуаціях.</b>	<b>16</b>	<b>4</b>
8	Психологія тероризму	2	
9	Хвороба як кризова ситуація	2	
10	Психологічні кризи сімейних відносин	2	
11	Тоталітарні секти та їх вплив на психіку	2	
12	Підходи до надання психологічної допомоги особистості, яка знаходиться в кризовій ситуації	6	2
13	Групові методи у психологічній допомозі	2	2
<b>Усього годин:</b>		<b>32</b>	<b>8</b>

### 3.3. Самостійна робота

№	Найменування робіт	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
1	2	3	4
1	Підготовка до практичних занять та опрацювання лекційного матеріалу	32	8
2	Опрацювання окремих розділів програми, які не виносяться на лекційні заняття:		
3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологічні особливості жертв соціальної дискримінації.</li> <li>2. Психологічна криза в контексті духовного зростання особистості.</li> <li>3. Особливості травматичного досвіду в різних соціальних ситуаціях</li> <li>4. Можливості психокорекційної роботи з травмованими особами</li> <li>5. Мотиваційні, ціннісні та світоглядні чинники і ресурси в переживанні психологічної кризи.</li> <li>6. Духовність особистості у переживанні нею психологічної кризи.</li> <li>7. Основи тілесної та арт-терапії.</li> <li>8. Способи активації прихованих внутрішніх ресурсів особистості.</li> <li>9. Творчість як чинник подолання психологічної кризи особистості.</li> <li>10. Психологія переживання в травмуючій ситуації.</li> </ol>	10	80

	11. Діяльнісний підхід до подолання психологічної кризи. 12. Способи запобігання виникненню деструктивних кризових переживань.		
4	Підготовка та складання тестових модульних контролів, контрольних робіт, рефератів, есе, тестування.	44	44
Усього годин:		86	132

#### 4. Критерії оцінювання результатів навчання студентів Форма підсумкового контролю – залік

Модуль 1			Модуль 2			Підсумковий контроль	Разом з дисципліни
Аудиторна та самостійна			Аудиторна та самостійна робота				
Теоретичний курс (тестування)	Практична робота		Теоретичний курс (тестування)	Практична робота			
<b>20</b>	<b>17</b>		<b>20</b>	<b>18</b>		<b>25</b>	<b>100</b>
Лекції	Вид робіт	Бал	Лекції	Вид робіт	Бал	за кожних три бали семестрової оцінки студент отримує 1 бал підсумкової семестрової оцінки автоматично	
Лекція №1	Практичне заняття №1	3	Лекція №8	Практичне заняття №9	2		
Лекція №2	Практичне заняття №2	2	Лекція №9	Практичне заняття №10	3		
Лекція №3	Практичне заняття №3	2	Лекція №10	Практичне заняття №11	2		
Лекція №4	Практичне заняття №4	2	Лекція №11	Практичне заняття №12	2		
Лекція №5	Практичне заняття №5	2	Лекція №12	Практичне заняття №13	2		
Лекція №6	Практичне заняття №6	2	Лекція №13	Практичне заняття №14	2		
Лекція №7	Практичне заняття №7	2		Практичне заняття №15	2		
	Практичне заняття №8	2		Практичне заняття №16	3		

## 5. Навчально-методичне забезпечення

Дистанційний курс Психологія травмуючих ситуацій (ID 2110)

<https://dl.tntu.edu.ua/index.php>

## 6. Рекомендована література

### Базова

1. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості: навч. посібник / Булах І.С. – Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 110 с.
2. Гаврилець І. Г. Психофізіологія людини в екстремальних ситуаціях: навчальний посібник. К.:ЗАТ «Віпол», 2016. 188 с.
3. Екстремальна психологія: підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Х.: УЦЗУ, 2017. 502 с.
4. Кавецький В.Є. Формування готовності педагогів до психолого-соціальної самопідтримки та підтримки учасників освітнього процесу в кризових ситуаціях. *Організація безпечного освітнього середовища – виклик сучасності: перспективи та рішення (м. Тернопіль, Україна, 03 березня 2023 року). Науковий, методичний, інформаційний збірник Тернопільського обласного комунального інституту післядипломної педагогічної освіти / Редколегія: О. М. Петровський, В. С. Мисик, І. М. Вітенко, О. І. Когут, Ю. Ч. Шайнюк, Т. В. Магера, Ф. І. Полянський, Н. Б. Стрийвус, Г. І. Герасимчук. Тернопіль: ТОКШПО, 2023. С. 163-169.*
5. Кавецький В.Є. Психологічна самопідтримка педагога в умовах війни. *Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика : матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції (Харків, 16 – 18 березня 2023 р.) / Харк. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди. С.1075-1078.*
6. Кризова психологія.: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Х.: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2010. 383 с.
7. Мюллер Мартіна Якщо Ви пережили психотравмуючу подію. Львів: Вида-во Українського католицького університету: Свічадо, 2014. 120 с.
8. Оверченко А.І. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. К.: Нац. акад.. внутр. справ, 2014. 160 с.
9. Оліфіровіч Н.І. Психологія сімейних криз. К: Вид-во Мова, 2016. 360 с.
10. Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / За ред. Т.М.Титаренко. К.: Міленіум, 2015. 336 с.
11. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблем групи Л. М. Вольнова. К. 2012. 275 с.
12. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017. 160 с.

### Додаткова:

1. Байер О.О. Життєві кризи особистості: навч. посібник / О. О. Байер. Д.: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 244 с.
2. Болтоносів, С.В. Особливості клінічних проявів посттравматичного стресового розладу в учасників бойових дій на сході України, що вживають алкоголь. *Арх. психіатрії*. Том 24, N 2, 2018. 77–80.
3. Варбан Є.О Життєва криза: поняття, концепції та прояви. *Проблеми сучасної психології*. Вип. 8. 2010. С. 120-133.
4. Гапонов, К.Д. Особливості аддиктивних і афективних станів, асоційованих з розладами, пов'язаними із вживанням алкоголю, у хворих з різним рівнем психосоціального стресу. *Здобутки клінічної і експериментальної медицини*. № 1, 2019. С. 40–52.
5. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів: Видавництва Старого Лева, 2015. 416 с.
6. Кавецький В.Є. Життєстійкість особистості педагога в умовах нових суспільних викликів. *Інновації в освіті: реалії та перспективи розвитку : матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Тернопіль, 11 травня 2023 р.). Тернопіль : ЗУНУ, 2023. С. 267-272.
7. Кісарчук З.Г., Омельченко Я.М. Специфіка перебігу кризових станів, психотравми та посттравматичного стресового розладу у дітей. *Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки: методичний посібник* / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, І.М. Біла, Г.П. Лазос; за ред. З.Г. Кісарчук. К., 2016. С. 9–21.
8. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців Київ, 2020. 192 с.
9. 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. Київ: ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.
10. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій: зб. статей / Ін-т соціальної та політичної психології ; Представництво Польської академії наук у м. Києві ; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. К. : Міленіум, 2015. 150 С.
11. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій: Збірник статей / Науковий редактор випуску Т.М.Титаренко. Київ, 2015. 150 с
12. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації. Методичний посібник. / Уклад. : Г.Б.Растроста. Суми. НВВ КЗ СОППО : 2018. 64с.



## Інформаційні ресурси

1. Сторінка курсу в А-Tutor, ID: Дистанційний курс Психологія травмуючих ситуацій (ID 2110)  
<https://dl.tntu.edu.ua/index.php>
2. Психологія травми: електрон. метод. рекомендації до семінарських занять та самостійної роботи до курсу за спеціальністю 053 «Психологія» для здобувачів першого (бакалавр.) рівня вищої освіти / уклад.: С. Л. Чачко. Одеса: Одес. нац. ун-т ім. І.І. Мечникова, 2024. 21 с. URL:  
[https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni\\_materialy/metodychne\\_zabezpechenya/053\\_bakalavr/\\_MR\\_Psykholohiia\\_travmy.pdf](https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni_materialy/metodychne_zabezpechenya/053_bakalavr/_MR_Psykholohiia_travmy.pdf)
3. Empathic Listening URL:<https://www.family-institute.org/behavioral-health-resources/talking-kids-youlove/empathic-listening>
4. Valuing their words URL: <https://www.family-institute.org/behavioral-health-resources/talking-kids-youlove/valuing-their-words>
5. Building confidence URL: <https://www.family-institute.org/behavioral-health-resources/talking-kids-youlove/building-confidence>
6. Офіційний сайт Наукової бібліотеки ім. Вернадського  
<http://www.nbu.gov.ua>
7. Офіційний сайт Електронної бібліотеки <http://www.lib.com.ua>
8. Безкоштовні електронні підручники онлайн  
(<https://stud.com.ua/psihologiya/>)
9. Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>
10. Пошукова система Base <https://www.base-search.net/>
11. Система пошуку наукової інформації у відкритих архівах України (SSM)  
<https://oai.org.ua/>