

НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.О. БОГОМОЛЬЦЯ  
Кафедра загальної і медичної психології

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з науково-педагогічної та  
навчальної роботи  
професор О.М. Власенко



« 4 » березня 2024р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМИ»

Освітній рівень	<u>другий (магістерський) рівень</u>
Галузь знань	<u>22 «Охорона здоров'я»</u>
Спеціальність	<u>221 «Стоматологія»</u>
Освітня програма	<u>Стоматологія</u>

Робоча програма навчальної дисципліни «**Феноменологія психічної травми**» підготовки на другому (магістерському) рівні, галузі знань 22 Охорона здоров'я, спеціальності 221 Стоматологія, для студентів 2 курсу стоматологічного факультету.

**Матяш М.М.** професор кафедри загальної і медичної психології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, д.мед.н.,

**Жук О.В.** викладач кафедри загальної і медичної психології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної та медичної психології

Протокол від «13» червня 2024 року №22

Завідувач кафедри, професор \_\_\_\_\_ М.М. Матяш

Робочу програму схвалено на засіданні Циклової методичної комісії з психологічних дисциплін для лікарських спеціальностей

Протокол №1 від «30» серпня 2024 року

Голова комісії, професор \_\_\_\_\_ М.М. Матяш

**Перезатверджено:**

На 20\_\_-20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ р. Протокол № \_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_-20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ р. Протокол № \_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_-20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ р. Протокол № \_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_-20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ р. Протокол № \_\_\_\_  
(підпис) (ПІБ)

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		Денна форма навчання
Кількість кредитів 3 кредити	Галузь знань: 22 Охорона здоров'я	Вибіркова
Модулів - 1	Спеціальність: 221 Стоматологія	Рік підготовки: 2
Змістових модулів - 1		Семестр: 3-4
Індивідуальне науково-дослідне завдання: Психологічна допомога постраждалим внаслідок військових конфліктів		Лекції: 10 годин
Загальна кількість годин - 90		Практичні заняття: 20 годин
Тижневих годин:- аудиторних – 2, самостійна робота студента - 6	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «магістр»	Самостійна робота: 60 год
		Вид контролю: диференційований залік

## 2. МЕТА, ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

**Метою** навчальної дисципліни «Феноменологія психічної травми» є ознайомити студентів з основними поняттями і проблемами, пов'язаних з процесом психічної травми, виокремлюючи такі травмуючі ситуації: військові дії, природні катаклізми, екологічні та техногенні катастрофи, пожежі, терористичні акти, присутність під час насильницької смерті інших, нещасні випадки, сексуальне насильство, раптова поява загрозливих життю захворювань, нападу. Формувати у студентів уявлення про сучасні та актуальні підходи до змісту понять психічної травми та травматичної ситуації; всебічне вивчення ознак травматичної ситуації та психічної травми, формування здатності до аналізу теоретичних і емпіричних досліджень з проблеми психології травми, розглядання теоретичних підходів до розуміння психічної травми як необхідної умови для розуміння причин, механізмів формування та феноменологічних особливостей явища.

**Основними завданнями** навчальної дисципліни «Феноменологія психічної травми» є: визначення поняття психічної травми, феноменологію психічної травми, особливості сучасного психологічного дискурсу, знайомство з історією вчення про травму – психотравматологію, сучасні концепції психотравми, основи дитячої психотравматології, травми розвитку. Принципи роботи із психічною травмою, основи травмофокусу, перша психологічна допомога та техніки роботи з психотравмою.

**Здатність продемонструвати:** розв'язання типових та складних задач і проблем у певній галузі професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій та характеризується невизначеністю умов і вимог.

**Володіти навичками:** аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання; навичку вибору способів вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, прийняття та аргументації власних рішень щодо їх розв'язання; доступно формулювати думку, дискутувати, обстоювати власну позицію, тощо.

**Самостійно вирішувати:** завдання, пов'язані з пошуком інформації з різних джерел, для вирішення професійних завдань; практичні задачі, пов'язані з професійним самовдосконаленням; завдання розробки програми з даного курсу тощо.

**Компетентності та результати** навчання, формуванню яких сприяє дисципліна «Феноменологія психічної травми».

Згідно з вимогами Стандарту вищої освіти України другий (магістерський) рівень вищої освіти забезпечує набуття студентами наступних компетентностей:

**Загальні:**

ЗК 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 3. Здатність застосовувати знання у практичній діяльності.

ЗК 7. Здатність до пошуку, опрацювання та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 8. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК 9. Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

**Спеціальні:**

ФК 1. Спроможність збирати медичну інформацію про пацієнта і аналізувати клінічні данні.

ФК 10. Спроможність до організації та проведення лікувально-евакуаційних заходів.

ФК 11. Спроможність до визначення тактики, методів та надання екстреної медичної допомоги.

ФК 13. Спроможність оцінювати вплив навколишнього середовища на стан здоров'я населення (індивідуальне, сімейне, популяційне).

ФК 15. Опрацювання державної, соціальної та медичної інформації.

ФК 16. Спроможність до організації і проведення реабілітаційних заходів та догляду у пацієнтів із захворюваннями органів ротової порожнини та ЩЛО.

ФК 18. Спроможність надавати домедичну допомогу за протоколами тактичної медицини.

**Результати навчання з дисципліни:**

ПРН 1. Виділяти та ідентифікувати провідні клінічні симптоми та синдроми; за стандартними методиками, використовуючи попередні дані анамнезу хворого, дані огляду хворого, знання про людину, її органи та системи, встановлювати вірогідний нозологічний або синдромний попередній клінічний діагноз стоматологічного захворювання.

ПРН 13. Визначати тактику надання екстреної медичної допомоги, використовуючи рекомендовані алгоритми, за будь-яких обставин на підставі діагнозу невідкладного стану в умовах обмеженого часу

ПРН 14. Аналізувати та оцінювати державну, соціальну та медичну інформацію з використанням стандартних підходів та комп'ютерних інформаційних технологій.

### **3. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ**

#### **Модуль 1. Феноменологія психічної травми.**

##### **Тема 1. Поняття психічної травми. Історія вчення про травму.**

Історичні аспекти проблеми психічної травми, дослідження XIX століття, дослідження військових стресових реакцій другої світової війни. Поняття «психологічна травма». Підходи та пояснювальні системи в розумінні травми. Феномен психічної травми та явищ, які з нею пов'язані. Можливості творів давньогрецької міфології та героїчні епоси у дослідях появи перших знань про психічну травму та її прояв в звичайному житті.

##### **Тема 2. Травмуючі ситуації, ознаки та різновиди.**

Сучасна реальність є невичерпним джерелом травмуючих ситуацій, під якими розуміють такі екстремальні критичні події, ситуації загрози, які потужно і негативно впливають на індивіда та вимагають екстраординарних зусиль для подолання наслідків цього впливу. Вони можуть набирати форми незвичайних обставин чи якихось подій, які піддають індивіда екстремальному, інтенсивному, надзвичайному впливу загрози для життя чи здоров'я як його самого, так і близьких, та докорінно порушують відчуття безпеки. Вивчення травмуючих ситуацій полягає в тому, що їх число і джерела багатомірні. Тому вони визначаються як ситуації, що загрожують життю людини або можуть призвести до серйозної фізичної травми або поранення; взаємопов'язані зі сприйняттям фізичного насильства щодо інших людей; мають відношення до впливу або інформації про вплив шкідливих факторів середовища.

### **Тема 3. Переживання травмуючих ситуацій.**

Витіснення, уникнення спогадів і емоцій, пов'язаних з нею; форми переживання: відхід від нагадувань про подію, зловживання наркотиками або алкоголем, приглушення усвідомлення сильного внутрішнього дискомфорту. Неусвідомлене прагнення до повторного переживання травматичних подій (компульсивна поведінка); схильність звинувачувати в тому, що трапилося самих себе; не приймання відповідальності; безпосередня вина жертви у нещасному випадку, гибелі близьких людей, присутність фактора зради. Особливості суб'єктивного сприйняття травми (наприклад, як заслужена кара тощо), особливості копінгу з травмою (самоізоляція, вживання алкоголю та ін.), наявність інших психічних захворювань до моменту травми, особистісна незрілість зі схильністю до самозвинувачень, негативним самосприйняттям, перенесені й не інтегровані травми в дитинстві. Характеристики соціального оточення потерпілої особи: брак соціальної підтримки, самотність, нездорові реакції з боку рідних (відкинення, звинувачення, замовчування факту травми, стигматизація тощо). Фактори: чи травма торкнула одну людину, чи цілу спільноту; наявність супутніх життєвих стресів і проблем, спричинених травмою; існування до травматичної події; доступність форм психологічної допомоги, превентивних програм тощо.

### **Тема 4. Класифікація психологічних травм.**

Класифікація Л. Бурбо виділяє п'ять психотравм: приниженості; несправедливості; зради; відкидання; покинутості, які заважають людині бути самим собою і призводять до серйозних психосоматичних порушень. Класифікація Л. Терр включає одноразові і хронічні (комплексні) психотравми, які загрожують життю людини, викликають почуття безпорадності, безсилля і руйнують здоров'я. Одноразові психотравми знижують ризик розвитку ПТСР, в той час як комплексні (поєднують безліч різноманітних травмуючих ситуацій з подальшою віктимізацією особистості) збільшують ризик розвитку ПТСР. Класифікація Ф. Рупперта - травми розрізняються за типами недозволених емоційних конфліктів: екзистенційні психотравми (ситуації насильства і нещасні випадки, ситуації смертельної загрози життю і здоров'ю); травма втрати (втрата коханої людини або важливої умови життя); травма відносин (ураження емоційних зв'язків: відкидання, зрада, зрада); травма системних відносин (вчинки, які важко виправдати етично і морально: напади, вбивства, інцест).

Класифікація Н. Д. Лакосина і Г. К. Ушаков: психічні травми «емоційного позбавлення» (позбавлення об'єкта прихильності); травми, пов'язані з різноманітними конфліктами; катастрофічні травми, які становлять загрозу для життя (землетрус, повені, катастрофи тощо). В. Н. Мясичев виділяє травми: об'єктивно-значущі; умовно-патогенні. Класифікації І. С. Якиманська; Е. І. Красія; І. К. Силоньок.

### **Тема 5. Особливості протікання психологічної травми в дитячий період.**

Упродовж останніх десятиліть досвід хронічної травматизації у ранньому дитинстві перебуває у фокусі інтенсивних наукових досліджень і має негативний вплив травматизації на психологічний розвиток дитини та на формування центральної нервової системи: формування у дитини відчуття постійної загрози, що переводить її мозок у стан постійного очікування на небезпеку; поведінкова дезорганізація між полярно протилежними сприйняттями особи батьків: «я боюся тебе/я прагну твоєї любові», «я потребую тебе/я ненавиджу тебе» тощо; психобіологічні системи мозку дезорганізуються, дисоціюють в мозку і в психіці дитини,

починають співіснувати окремі «частки» її досвіду: частка, яка уникає стосунків, і частка, яка прагне стосунків, частка, яка переживає злість, і частка, яка переживає страх, частка, яка пам'ятає досвід скривдження, і частка, яка нічого не пам'ятає і т. п. Розщеплення, фрагментація у емоційному житті, в пам'яті, поведінці, тілесному функціонуванні. Дисоціативні розлади ідентичності, «очікування на напад», стани хронічного стресу, концентрація гормонів стресу (норадреналіну та глюкокортикоїдів), нейрогормональні порушення, дисрегуляції біологічних функцій (сон, їжа, виділення тощо), пригнічення функцій імунної системи, психосоматичних захворювань. Дезорганізація психічного життя, порушення планування, керування увагою, самоорганізації поведінки, порушень контролю імпульсів тощо.

Формування відчуття, що насильство й скривдження є нормою стосунків та перенос на сферу стосунків між людьми, зокрема і щодо інтимного, статевого характеру.

Почуття страху, сорому, злості, провини, образи, самотності тощо. Численні нейробіологічні порушення та негативний вплив на психосоціальний розвиток, схильність до вторинного розвитку ряду психіатричних розладів у дитинстві, підлітковому та дорослому віці, зокрема поведінкових розладів, афективних (депресії, суїцидальності), тривожних, зловживання психоактивними речовинами, розладів особистості, харчової поведінки тощо.

#### **Тема 6. Профілактика та методи роботи з психічною травмою.**

Психологічна допомога постраждалим внаслідок військових конфліктів, людям, що втратили близьку людину, а також дітям та жінкам при жорсткому поводженні.

### **4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	Усього	Лекції	Прак.	СРС
<b>Змістовий модуль 1 «Феноменологія психічної травми»</b>				
1. Поняття психічної травми. Історія вчення про травму.	9	2	2	5
2. Травмуючі ситуації, ознаки та різновиди.	16	2	4	10
3. Переживання травмуючих ситуацій.	19	2	2	15
4. Класифікація психологічних травм.	9	2	2	5
5. Особливості протікання психологічної травми в дитячий період.	21	-	6	15
6. Профілактика та методи роботи з психічною травмою.	16	2	4	10
<b>УСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>60</b>

### **5. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ**

№ п.п.	Тема	К-ть годин
1.	Поняття психічної травми. Історія вчення про травму.	2
2.	Травмуючі ситуації, ознаки та різновиди.	2
3.	Переживання травмуючих ситуацій.	2
4.	Класифікація психологічних травм.	2

5.	Профілактика та методи роботи з психічною травмою.	2
	<b>УСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>10</b>

### 6. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Згідно робочої програми навчальної дисципліни «Феноменологія психічної травми» семінарські заняття не заплановані.

### 7. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ п/п	Теми	К-сть год.
1.	Поняття психічної травми. Історія вчення про травму.	2
2.	Травмуючі ситуації, ознаки та різновиди.	2
3.	Травмуючі ситуації, ознаки та різновиди.	2
4.	Переживання травмуючих ситуацій. Концепція захисних механізмів.	2
5.	Переживання травмуючих ситуацій.	2
6.	Класифікація психологічних травм.	2
7.	Особливості протікання психологічної травми у дітей дошкільного віку.	2
8.	Особливості протікання психологічної травми у дітей молодшого шкільного віку.	2
9.	Особливості протікання психологічної травми у підлітково-юнацький вік.	2
10.	Профілактика та методи роботи з психічною травмою.	2
	<b>УСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>20</b>

### 8. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

Згідно робочої програми навчальної дисципліни «Феноменологія психічної травми» лабораторні заняття не заплановані.

### 9. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

№ п/п	Теми	К-сть год.
1.	Поняття психічної травми. Історія вчення про травму.	5
2.	Травмуючі ситуації, ознаки та різновиди.	10
3.	Переживання травмуючих ситуацій.	15
4.	Класифікація психологічних травм.	5
5.	Особливості протікання психологічної травми у дітей дошкільного віку.	5
6.	Особливості протікання психологічної травми у дітей молодшого шкільного віку.	5
7.	Особливості протікання психологічної травми у підлітково-юнацький вік.	5

8.	Профілактика та методи роботи з психічною травмою.	10
	<b>УСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>60</b>

### 10. ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

**Індивідуальне навчально-дослідне завдання** (далі - ІНДЗ) є видом позааудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни. На індивідуальну роботу відводяться бали з поточного контролю за рішенням кафедри. Бали за індивідуальні завдання нараховуються студентом за різні види індивідуальних завдань і додаються до суми балів, набраних студентом на заняттях під час поточної навчальної діяльності.

**Мета ІНДЗ:** самостійне вивчення частини програмного матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

**Зміст ІНДЗ:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

**Вид ІНДЗ:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

**Види ІНДЗ** - підготовка повідомлення або написання реферату на основі опрацювання першоджерел на одну із запропонованих тем.

### 11. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

У процесі викладання дисципліни застосовуються різні методи навчання:

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.

1) За джерелом інформації: а) словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), пояснення, розповідь, бесіда; б) наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація; в) практичні: вправи.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні;

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі;

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою й інтернет-ресурсами; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: навчальні дискусії; інтерактивні методи навчання, створення ситуацій пізнавальної новизни та зацікавленості.

### 12. МЕТОДИ І ФОРМИ КОНТРОЛЮ, РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ, ОЦІНЮВАННЯ

**Поточний контроль** здійснюється в процесі вивчення дисципліни на практичних заняттях і проводиться у терміни, які визначаються календарним планом. Завданням поточного контролю є перевірка розуміння та засвоєння теоретичного матеріалу, вироблення навичок



проведення розрахункових робіт, умінь самостійно опрацьовувати тексти, здатності осмислити зміст теми, умінь публічно чи письмово представити певний матеріал (презентація).

Поточний контроль знань, вмінь та навичок студентів передбачає застосування таких видів: тестові завдання; розрахункові завдання; обговорення проблеми, дискусія; аналіз конкретних ситуацій (поданих у вигляді усного, текстового або графічного матеріалу); ділові ігри (кейс-методи); презентації результатів роботи; інші.

**Кінцевий контроль**, форма кінцевого контролю – **диференційний залік (ДЗ)** передбачає визначення рівня сформованих знань і навичок. Його проводять по завершенню вивчення дисципліни. Форма проведення (ДЗ) визначається навчальною робочою програмою. При встановленні оцінки за дисципліну враховують накопичену студентом кількість балів за поточне навчання. Допуском до складання (ДЗ) є 75% відвідування навчальних аудиторних занять, в тому числі і лекцій. Студент складає ДЗ з **тією кількістю балів**, яку він накопичив впродовж **поточного навчання**. Форма проведення ДЗ та вид завдань визначаються навчальною (робочою) програмою з дисципліни та регламентом кафедри. Зарахування кредиту за вивчену дисципліну здійснюється при умові накопичення загальної кількості отриманих студентом балів, що має бути не меншою за мінімальну, яка визначена робочою навчальною програмою з дисципліни і відповідає мінімальному значенню **оцінки Е**, а отже, **складає 111 балів**. Максимальна кількість балів, яку може набрати студент з дисципліни за поточну навчальну діяльність – 200 балів за шкалою ECTS.

**Оцінювання результатів** складання підсумкового контролю здійснюється за 200 бальною системою контролю знань, прийнятого в університеті та національною шкалою і відображаються у відповідних відомостях.

**Оцінювання знань із дисципліни проводять за відповідною шкалою:**

Оценка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
170-200	Відмінно	<b>A</b>	Відмінно (відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок)
155-169	Добре	<b>B</b>	Дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)
140-154		<b>C</b>	Добре (в цілому правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок)
125-139	Задовільно	<b>D</b>	Задовільно (непогане, але зі значною кількістю недоліків)
111-124		<b>E</b>	Достатньо (виконання задовольняє мінімальним критеріям)
60-110	Незадовільно	<b>Fx</b>	Незадовільно (з можливістю повторного складання)
1-59		<b>F</b>	Незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)

Під час оцінювання засвоєння кожної теми модуля студенту виставляються оцінки за 4-бальною (традиційною) шкалою та за 200-бальною шкалою з використанням прийнятих та затверджених критеріїв оцінювання для відповідної дисципліни. При цьому враховуються усі

види робіт, передбачені методичною розробкою програми для вивчення теми. Студент повинен отримати **оцінку з кожної теми**. Виставлені за традиційною шкалою оцінки конвертуються у бали залежно від кількості тем у модулі.

Номер модуля кількість навчальних годин/кількість кредитів ECTS	Кількість змістових модулів, їх номери	Кількість оцінюваних практичних занять	Конвертація у бали традиційних оцінок					Мінімальна кількість балів з дисципліни*
			Традиційні оцінки				Бали за виконання індивідуального завдання	
			"5"	"4"	"3"	"2"		
Модуль 1 90\3.0	2	10	19	15	11	0	10	111

Вага кожної теми у межах одного модуля в балах має бути однаковою, і визначатися кількістю тем у модулі. Форми оцінювання поточної навчальної діяльності мають бути стандартизованими і включати контроль теоретичної та практичної підготовки.

Самостійну роботу студентів оцінюють під час поточного контролю на практичному занятті.

#### Загальне оцінювання модуля дисципліни.

<b>Поточна успішність максимальна – 200 б.</b>	<b>Диф.залік (ДЗ)</b>
<b>Тем практичних занять – 10</b>	
Змістовий модуль 1 – 10 тем 1 тема – 19 балів      Разом – 190 балів Індивідуальна робота      10 балів	Диф.залік
<b>РАЗОМ сума балів</b>	<b>200</b>

### 13. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Навчально-методичний комплекс вивчення дисципліни складається з: робочої програми навчальної дисципліни, програми навчальної дисципліни, ілюстративних матеріалів. До його складу також входять: список рекомендованої літератури, мультимедійний лекційний матеріал, опорні конспекти практичних занять, документальні фільми.

#### ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ТА ЗАВДАНЬ ДЛЯ ПОТОЧНОГО І ПРОМІЖНОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ З ДИСЦИПЛІНИ

1. Історичні аспекти проблеми психічної травми.
2. Поняття «психологічна травма».
3. Підходи та пояснювальні системи в розумінні травми.
4. Різновиди подій, що можуть стати травмуючими.
5. Головний зміст психологічної травми.
6. Класифікація психотравм.
7. Кількісні критерії класифікації (сила дії, тривалість).
8. Класифікація психотравм за змістом.
9. Класифікація психотравм за джерелами.
10. Ознаки і наслідки психологічної травми.

11. Основні способи, якими людина виходить з травмуючої ситуації.
12. Поняття психотравмуючої ситуації.
13. Типологія психотравмуючих ситуацій.
14. Екстремальні ситуації.
15. Визначення, види екстремальних ситуацій.
16. Класифікації реакцій на травматичні події.
17. Типи ставлення до психотравмуючої ситуації та особливості її подолання.
18. Типи ставлення людини до дисгармонії свого психічного світу.
19. Особистісні зміни в психотравмуючій ситуації.
20. Полюси прояву психотравмуючої ситуації.
21. Процес змін у внутрішньому світі особистості.
22. Стрес як неспецифічна реакція організму.
23. Дослідження стресу Г. Сельє. Характеристики еустресу і дистресу.
24. Поняття психологічного (емоційного) стресу.
25. Специфічні особливості психологічного стресу.
26. Форми прояви стресу і критерії його оцінки.
27. Зміна емоційних процесів при стресі.
28. Стадії у формуванні переживань тривоги (тривожний ряд) за Ф.Б. Березіним.
29. Зміна інтелектуальних процесів при стресі.
30. Зміна поведінкових процесів при стресі.
31. Причини виникнення психологічного стресу.
32. Фактори, що впливають на розвиток стресу.
33. Вроджені особливості організму і ранній дитячий досвід.
34. Когнітивні чинники.
35. Особливості особистості як опосередковуючі фактори реакції людини на психотравмуючі події життя.
36. Емоційна стабільність.
37. Концепція захисних механізмів.
38. Концепції подолання стресу.
39. Когнітивно-феноменологічний підхід Р. Лазаруса.
40. Копінг-стратегії та копінг-ресурси особистості.
41. Ознаки соціального оточення як модератори стресу.
42. Соціальна мережа та соціальна підтримка.
43. Поняття і типи екстремальній ситуації.
44. Ситуації соціальної ізоляції, сенсорної ізоляції та гіперактивації.
45. Психосоматичні прояви впливу екстремальної ситуації.
46. Психосоматичні наслідки впливу екстремальних ситуацій на людину.
47. Екзистенційні психотравми (ситуації насильства і нещасні випадки, ситуації смертельної загрози життю і здоров'ю);
48. Травма системних відносин (вчинки, які важко виправдати етично і морально: напади, вбивства, інцест).

#### 14. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

##### Основна література:

1. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / переклад з англ. О. Лизак, О. Наконечна, О. Шлапак. Львів : Вид-во Старого Лева, 2015. 416 с.
2. Гоцуляк Н.Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні та психологічні науки. 2015. № 1(74). С. 378–390.
3. Дитяча психотравма / С. П. Влад. — Київ: Шкільний світ, 2018. — 112 с. — (Б-ка «Шкільного світу»). — ISBN 617-7644-03-2.
4. Заграй Л.Д. Концептуалізація «Я» і психологічна травма. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2015. Вип. 128. С. 108–111.
5. Охорона психічного здоров'я в умовах війни. Київ: АУМФ, «Наш Формат». (2011) 2017. с. 1068. ISBN 978-966-2502-12-1. (Т.1. — ISBN 978-966-2502-10-7, Т.2. — ISBN 978-966-2502-11-4)
6. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О. Л. Туриніна. – К.: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017. – 160 с. Ел.джерело ISBN 978-617-02-0166-9
7. Психологічна травма та шлях до видужання. Джудит Герман//Переклад: Оксана Наконечна, Оксана Лизак, Олександр Шлапак.- Львів: Видавництво Старого Лева, 2015.- 416 с. ISBN 978-617-679-178-2 (ISBN 978-0-465-08730-3)
8. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : ДП «Вид. дім Персонал», 2017. 160 с.

#### **Допоміжна література:**

1. Кириленко Т.С. Пошук гармонії. Емоційні переживання та стани особистості / Т.С. Кириленко. – К.КНУ. 2014. – 100с.
3. Кириленко Т.С. Психологічні проблеми переживань травмуючих ситуацій. Матеріали конференції «Психологія життєвої кризи особистості» / Т.С. Кириленко // Журнал «Наукові студії із соціальної та політичної психології». – Вип.4(7) – К., 2020.
4. Мюллер Мартіна Якщо Ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер // Пер. з англ.. Діана Бусько; наук. Ред.. Катерина Явна (Серія «Сам собі психотерапевт»). – Львів: Вида-во Українського католицького університету: Свічадо, 2014. – 120 с.
5. Мюллер Мартіна Якщо Ви пережили психотравмуючу подію / Мартіна Мюллер // Пер. з англ.. Діана Бусько; наук. Ред.. Катерина Явна (Серія «Сам собі психотерапевт»). – Львів: Вида-во Українського католицького університету: Свічадо, 2014. – 120 с.

### **15. ІНТЕРНЕТ РЕСУРСИ**

1. [https://uk.upwiki.one/wiki/attachment\\_theory#cite\\_note-Cassidy-1](https://uk.upwiki.one/wiki/attachment_theory#cite_note-Cassidy-1)
2. <https://knife.media/8-traumatherapy-books/>
3. [https://www.youtube.com/watch?v=r1hHR38pS1I&ab\\_channel=%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%E2%80%99%D1%8FHealthPsychology](https://www.youtube.com/watch?v=r1hHR38pS1I&ab_channel=%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%E2%80%99%D1%8FHealthPsychology)