

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



Факультет психології

Кафедра клінічної та реабілітаційної психології

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Психологія посттравматичних розладів**

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Освітня програма «Психологія»

Спеціальність 053 «Психологія»

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Затверджено на засіданні кафедри  
Протокол № 1 від “01” вересня 2023 р.

м. Івано-Франківськ – 2023 р.

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Психологія посттравматичних розладів
Викладач (і)	кандидат психологічних наук, доцент Вероніка Шкраб'юк
Контактний телефон викладача	
Е-mail викладача	<a href="mailto:veronika.shkrabiuk@pnu.edu.ua">veronika.shkrabiuk@pnu.edu.ua</a>
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/course/view/1075">https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/course/view/1075</a>
Консультації	Раз на тиждень відповідно до графіка консультацій

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

У рамках курсу студенти вивчають теоретичні основи ПТР, включаючи психологічні та нейробиологічні механізми, що лежать в їх основі. Розглядаються також фактори ризику та захисту, які впливають на розвиток та перебіг посттравматичних розладів.

Основна увага приділяється методам діагностики та оцінки впливу травматичних подій на психічне здоров'я постраждалих. Студенти вивчають різні психологічні інтервенції та техніки психотерапії, спрямовані на зменшення симптомів ПТР та поліпшення якості життя постраждалих.

Крім теоретичних знань, дисципліна передбачає практичні вправи, кейси та рольові ситуації, що дозволяють студентам отримати практичний досвід у застосуванні психологічних методів у роботі з постраждалими від травматичних подій. Метою курсу є підготовка фахівців, здатних надавати ефективну допомогу особам, які страждають від посттравматичних розладів, та сприяти їхньому одужанню та реінтеграції в соціум.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни "Психологія посттравматичних розладів" є розуміння психологічних аспектів посттравматичних розладів (ПТР) з метою їх ефективної діагностики, лікування та попередження. Курс спрямований на надання студентам необхідних знань, навичок та ресурсів для роботи з особами, які пережили травматичні події і внаслідок цього розвинули ПТР.

Основними цілями вивчення навчальної дисципліни "Психологія посттравматичних розладів" є розуміння основних теорій та концепцій, що стосуються посттравматичних розладів, таких як модель стресу-відповіді, теорія посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та інші; ознайомлення з практичними аспектами: навички діагностики, оцінки та лікування посттравматичних розладів, включаючи розробку індивідуальних та групових психологічних інтервенцій.

## 4. Програмні компетентності та результати навчання

### Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та вирішувати практичні проблеми у сфері психології та професійної підготовки у процесі навчання, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів, характеризуючись комплексністю та невизначеністю умов.

### Загальні компетентності:

ЗК1.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

### Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

СК3.Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК5.Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.

СК8.Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

### Програмні результати навчання

ПР5.Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технологій психологічної допомоги.

ПР9.Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі

ПР18. Виявляти та диференціювати проблеми збереження і відновлення психічного здоров'я та психологічного благополуччя.

ПР20. Здійснювати психологічні інтервенції (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу) з використанням індивідуальних та групових методів роботи.

## 5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни	
Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	12 год. / 4 год.
семінарські заняття / практичні / лабораторні	18 год./ 6 год.
самостійна робота	60 год. / 80 год.

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
5	053 «Психологія»	3	Нормативний

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	кількість год. д.ф.н. / з.ф.н.		
	лекції	семінар. заняття	сам. роб
Тема 1. Психологія травми і травмувальних ситуацій.	2 год./ 1 год.	2 год. / 1 год.	5 год. / 10 год.
Тема 2. Вплив травмувальної ситуації на особистість та групу.	- / -	2 год./ 1 год.	5 год. / 10 год.
Тема 3. Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад	1 год. / -	2 год. /-	10 год. / 10 год.
Тема 4. Теоретичні моделі посттравматичного стресового розладу.	1 год./ -	2 год. / -	5 год. / 5 год.
Тема 5. Посттравматичний стресовий розлад у класифікаціях психічних і поведінкових розладів.	2 год./ 1 год.	2 год. / 1 год.	5 год. / 10 год.
Тема 6. Психодіагностичні критерії посттравматичних стресових розладів	2 год./ 1 год.	2 год./ 1 год.	10 год. /10 год.
Тема 7. Методи корекції й психотерапії ПТСР.	2 год./ 1 год.	2 год. / 1 год.	10 год. / 10 год.
Тема 8. Екстрена психологічна допомога в екстремальних ситуаціях	1 год. / -	2 год./ 1 год.	5 год./ 10 год.
Тема 9. Профілактика розвитку посттравматичного стресу .	1 год. / -	2 год.	5 год. / 5 год.
<b>ЗАГ.:</b>	<b>12 год. / 4 год.</b>	<b>18 год. / 6 год.</b>	<b>60 год. / 80 год.</b>

## 6. Система оцінювання навчальної дисципліни

<p>Загальна система оцінювання навчальної дисципліни</p>	<p style="text-align: center;"><b>Критерії оцінювання знань студентів:</b></p> <p>Основними критеріями, що характеризують рівень компетентності студента при оцінюванні результатів навчання з навчальної дисципліни є: своєчасне і у повному обсязі виконання всіх навчальних завдань, що передбачені робочою програмою навчальної дисципліни; глибина і характер знань навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься в основних та додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміння самостійно аналізувати явища, що вивчаються, у їх взаємозв'язку та розвитку; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних завдань.</p> <p style="text-align: center;"><b>Засоби оцінювання</b></p> <p><b>Оцінювання знань студентів</b> здійснюється за 100-бальною шкалою, включаючи: контроль роботи студента на лекціях, відповіді на семінарських заняттях, поточне тестування, виконання завдань самостійної роботи, написання контрольної (письмової) роботи, ІНДЗ, підсумкове тестування.</p> <p><i>1.Робота на лекціях.</i> Під час лекції студент не тільки слухає і фіксує лекційний матеріал, а ще й активно його реконструює. Для повного засвоєння лекційного матеріалу, студентові необхідно виконати ряд завдань: виписати визначення термінів (для термінологічного словника), доповнити перелік класифікації, привести приклад (відповідну ситуацію) тощо. Ці завдання студент може виконати в аудиторних або домашніх умовах. Виконання їх перевіряється викладачем на семінарському занятті, присвяченому тій чи іншій темі навчальної дисципліни.</p> <p><i>2. Робота на семінарському занятті.</i></p> <p><i>Усна відповідь на семінарському занятті (1 оцінка).</i> Відповідь передбачає чіткий, аргументований, розгорнутий виклад студентом одного з питань плану семінарського заняття, винесеного до обговорення. При цьому недопустиме дослівне зачитування матеріалу та використання ксерокопій. Студент повинен бути готовий відповісти на будь-які запитання семінарського заняття.</p> <p><b>Критерії оцінювання усної відповіді:</b></p> <p>В основу системи оцінювання знань, умінь і навичок студентів закладено такі критерії: повнота знань – вичерпна достатність у відтворенні інформації щодо змісту навчальної дисципліни; усвідомленість (осмисленість) знань – розуміння смислу інформації по навчальній дисципліні та вміння його вербалізувати; рівень сформованості умінь та навичок, здатність застосовувати здобуті знання на практиці; вміння виявляти творчий підхід у вирішенні теоретичних і практичних задач.</p> <p><b>Шкала оцінювання ( у 5-ти бальній системі):</b></p> <p><b>5 балів «відмінно»</b> - ставиться за наявність у студента вичерпних і правильних знань щодо головних проблем, які розглядаються на семінарському занятті. Знання мають бути осмисленими, що виявляється</p>
--	--

у повноті та адекватності їх пояснення. Вміння підходити до виконання завдань не лише у форматі репродукції, а й з елементами креативності.

**4 бали - «добре»** - ставиться за наявність у студента знань щодо більшості питань, які розглядаються на семінарському занятті. Притім, знання характеризуються адекватністю, але є частково усвідомленими (студент за формою відповідає правильно, а пояснити смисл може не завжди).

**3 бали «задовільно»** - ставиться за наявність у студента фрагментарних знань з теми семінару, які при цьому не завжди точно ним розуміються і недостатньо повно вербалізуються.

**1-2 бали «незадовільно»** - ставиться за відсутність у студента знань щодо головних проблем з теми семінарського заняття, або ж за наявність часткових знань, які він нечітко розуміє і неправильно трактує.

*Тестування на семінарському занятті (поточне тестування як допоміжний результат) (1 оцінка).* Підготовка до поточного контролю полягає у повторенні теоретичного матеріалу до теми семінарського заняття, відтворенні необхідних умінь та навичок і самоконтролю їх результативності. Тестування здійснюється на основі складених викладачем тестових завдань до тем курсу. Для цього передбачені тестові завдання з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих.

Критерії оцінки тестового контролю (у 5-ти бальній системі):

**«відмінно»** - студент дав не менше 90% правильних відповідей;

**«добре»** - студент дав не менше 70% правильних відповідей;

**«задовільно»** - студент дав не менше 50% правильних відповідей;

**«незадовільно»** - студент дав менше 50% правильних відповідей.

**3. Самостійна робота.** Контроль самостійної роботи проводиться шляхом перевірки виконаних завдань. Даний вид роботи передбачає виконання окремих завдань, які підлягають спеціальному контролю та оцінюванню, роблячи певний внесок у сумарну кількість балів, отриманих студентом за вивчення навчального предмету. До таких форм належать: підготовка до КСР та виконання індивідуального навчально-дослідного завдання (ІНДЗ).

Підготовка студентів до КСР полягає у самостійному вивченні матеріалу до окремих тем курсу, відтворенні необхідних умінь та навичок і самоконтролю їх результативності. Для контролю передбачені тестові завдання з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих.

Критерії оцінки тестового контролю:

**«відмінно»** - студент дав не менше 90% правильних відповідей;

**«добре»** - студент дав не менше 70% правильних відповідей;

**«задовільно»** - студент дав не менше 50% правильних відповідей;

**«незадовільно»** - студент дав менше 50% правильних відповідей.

Накопичування балів під час вивчення дисципліни																													
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів																												
Лекція	-																												
Семінарське заняття	20																												
Самостійна робота	10																												
Тестові завдання	15																												
Контрольна робота	5																												
Екзаменаційна оцінка	50																												
Максимальна кількість балів	100																												
Умови допуску до підсумкового контролю	Умови допуску до підсумкового контролю (заліку) передбачають виконання студентом усіх запланованих освітньою програмою дисципліни форм навчальної роботи, які підлягають контрольному оцінюванню. Пропущенні практичні заняття відпрацьовуються. Усі роботи повинні бути виконані й представлені студентом у встановлений час консультацій згідно розкладу.																												
Підсумковий контроль	<p>Форма контролю - <b>екзамен</b>. Підсумковий контроль у формі заліку здійснюється на основі зарахування всіх виконаних студентами завдань протягом семестру. Для цього отримані бали сумуються, а їх кількість не повинна бути меншою за 50 балів для успішного зарахування заліку.</p> <p style="text-align: center;"><b>Шкала оцінювання: національна та ECTS</b></p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Сума балів за всі види навчальної діяльності</th> <th rowspan="2">Оцінка ECTS</th> <th colspan="2">Оцінка за національною шкалою</th> </tr> <tr> <th>Для екзамену, курсового проекту (роботи), практики</th> <th>Для заліку</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>100-90</td> <td>A</td> <td>відмінно</td> <td rowspan="4">зараховано</td> </tr> <tr> <td>89-80</td> <td>B</td> <td rowspan="2">добре</td> </tr> <tr> <td>79-70</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>69-60</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>59-50</td> <td>E</td> <td>задовільно</td> <td rowspan="2">не зараховано з можливістю повторного складання</td> </tr> <tr> <td>49-25</td> <td>FX</td> <td>незадовільно з можливістю повторного складання</td> </tr> <tr> <td>25-0</td> <td>F</td> <td>незадовільно з обов'язковим</td> <td>не зараховано з обов'язковим</td> </tr> </tbody> </table>	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою		Для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	Для заліку	100-90	A	відмінно	зараховано	89-80	B	добре	79-70	C	69-60	D	59-50	E	задовільно	не зараховано з можливістю повторного складання	49-25	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	25-0	F	незадовільно з обов'язковим	не зараховано з обов'язковим
Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS			Оцінка за національною шкалою																									
		Для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	Для заліку																										
100-90	A	відмінно	зараховано																										
89-80	B	добре																											
79-70	C																												
69-60	D																												
59-50	E	задовільно	не зараховано з можливістю повторного складання																										
49-25	FX	незадовільно з можливістю повторного складання																											
25-0	F	незадовільно з обов'язковим	не зараховано з обов'язковим																										

				повторним вивченням дисципліни	повторним вивченням дисципліни
--	--	--	--	--------------------------------------	--------------------------------------

## 7. Політика навчальної дисципліни

**Викладання курсу** та взаємодія із студентом ґрунтується на принципах академічної доброчесності.

Вступаючи на цей курс, студенти повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні 1 <https://cutt.ly/lwZ6VITb>, Положення 2 <https://cutt.ly/MwZ6VRxL>

### Пропуски занять (відпрацювання)

**Відвідування занять.** Студент виконує завдання, які зазначено у програмі (силабусі) вчасно. Студент, який пропустив 70% занять без поважних причин – не допускається до іспиту. Студент, який пропустив заняття з поважної причини, має право відпрацювати його (переписати контрольну роботу, виконати самостійну роботу, тестові завдання тощо). Студенти, які слухають дисципліну зобов'язані відпрацювати заняття/тестування/невиконаний обсяг робіт. У випадку невиконання студентами вищезначених вимог, запозичених робіт, випадків плагіату, виявів академічної недоброчесності (списування) студент буде недопущений до здачі підсумкового контролю (у разі якщо він не відпрацює пропущені заняття і не виконає обов'язкову навчальну програму). У випадку невиконання навчального плану з дисципліни або отримання незадовільної оцінки на екзамені студент має можливість передати екзамену за талоном №2, у разі незадовільної оцінки пропонується передати за талоном №3 з комісією. Якщо спроби не дали позитивного результату, викладач пропонує студентові повторне вивчення дисципліни.

### Виконання завдань пізніше встановленого терміну

Ті студенти, які не виконали завдання для самостійної роботи вчасно повинні їх виконати, однак оцінка при цьому буде знижена на 1 бал.

### Невідповідна поведінка під час занять

Неприйнятним для студентів Університету є: порушення норм моралі, що включає негідну поведінку; запізнення або пропуски навчальних занять чи без поважної на то причини; вчинення дій, що перешкоджають здійсненню навчального процесу; порушення академічної доброчесності; недопустимо користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття (крім випадків, передбачених навчальним планом та методичними рекомендаціями викладача).

### Неформальна освіта

Можливість зарахування результатів неформальної освіти здійснюється згідно Положення <https://cutt.ly/rwZ6V2I5>

## 8. Рекомендована література

1. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І.О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г.Панка, І. І. Ткачук. Київ: Ніка-Центр, 2020. 122 с. <https://cutt.ly/kwZ6V5hj>



2. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації [Текст]: монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
3. Інновації у медико-психологічній реабілітації учасників бойових дій та постраждалих внаслідок надзвичайних ситуацій (Клінічна настанова) / Під заг. ред. проф. Б.В. Михайлова. – Харків - Київ: «Укрпрофоздоровниця», 2019. 152 с. <https://cutt.ly/hwZ6ByiB>
4. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с. <https://cutt.ly/SwZ6Bggw>
5. Хеґе Сантандер, Еліне Греллан Рьокхольт, Анхіль Селнес. Групи психологічної підтримки дорослих, які втратили близьких людей внаслідок різних обставин/Методичний посібник, 2017, 151 с.
6. Терапія горя (R. A. Neimeyer, 2015, переклад та адаптація В. Зливков, С. Лукомська, обкладинка Анастасія Гридасова). Київ. 2021. 259с. <https://cutt.ly/BwZ6BvVO>
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с. <https://cutt.ly/9wZ6BRzo>
8. Групові ресурси подолання наслідків негативних соціальних явищ : практичний посібник / [Л. Г. Чорна, П. П. Горностаї, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка] ; за наук. ред. Л. Г. Чорної ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2021. 98 с. <https://cutt.ly/KwZ6BOhi>
9. Католик Г., Корнієнко І. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим.–Львів: Червона Калина, 2003.124 с.
10. Кокун О. М. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: Методичний посібник / О. М. Кокун, Н. А. Агаєв, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
11. Панок В. Г. Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи. Монографія.–К., Центр соціальних експертиз і прогнозів, 1999.106 с.
12. Павловський П., Завадзький Л., Завадзький Б. Динаміка співвідношення між переживаннями травми, емоційною реактивністю та загостренням симптомів посттравматичного стрессового розладу після перенесення катаклізму паводку // Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія та практика. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. 338 с. С. 141-158.

#### Електронні ресурси:

Студентський путівник <https://cutt.ly/6wZ6BCm8>

Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника <https://cutt.ly/BwZ6B3Ss>

Етичний кодекс психолога України <https://cutt.ly/XwZ6Neni>

Наукова бібліотека Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. Режим доступу : <http://lib.pnu.edu.ua>

Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського. Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/node/554/>

Офіційна Інтернет-сторінка Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України [Електронний ресурс]. URL : <http://psychology-naes-ua.institute/>

БД Освіта. ua. — <http://osvita.ua/school/psychology>.

Психологія UA <http://psychologiya.org.ua/>

**Викладач**

**к.психол. н. Вероніка Шкраб'юк**