

**КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ЛІНГВІСТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



ФАКУЛЬТЕТ туризму, бізнесу і психології
КАФЕДРА психології і туризму

СИЛАБУС

вибіркової навчальної
дисципліни

**ПСИХОЛОГІЧНА
ДОПОМОГА ПРИ
ПТСР
(ПОСТТРАВМАТИЧН
ОМУ СТРЕСОВОМУ
РОЗЛАДІ)**

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ
С4 ПСИХОЛОГІЯ

ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
**ПСИХОЛОГІЧНІ
ДОСЛІДЖЕННЯ І
КОНСУЛЬТУВАННЯ**

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ	другий (магістерський) рівень
КАФЕДРА	психології і туризму
ФАКУЛЬТЕТ	туризму, бізнесу і психології
ВИКЛАДАЧ	БАБАТІНА Світлана Іванівна кандидат психологічних наук, доцент
СТАТУС ДИСЦИПЛІНИ	дисципліна вільного вибору студента
ОБСЯГ ДИСЦИПЛІНИ У КРЕДИТАХ ЄКТС / ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ГОДИН	3 кредити ЄКТС / 90 годин

МОВА ВИКЛАДАННЯ	українська
КОРОТКА АНОТАЦІЯ ДИСЦИПЛІНИ (Що я вивчатиму?)	Навчальна дисципліна «Психологічна допомога при посттравматичному стресовому розладі (ПТСР)» є спеціалізованим курсом, що поглиблено вивчає етіологію, клінічні прояви, діагностику та сучасні методи психологічної допомоги особам, які страждають на посттравматичний стресовий розлад. Курс охоплює різні теоретичні моделі ПТСР, особливості його перебігу у різних вікових групах та в контексті різних травматичних подій. Основна увага приділяється ознайомленню студентів з науково обґрунтованими та ефективними психотерапевтичними підходами до лікування ПТСР, такими як когнітивно-поведінкова терапія, терапія експозицією, та іншими травма-фокусованими методами. Курс також розглядає питання коморбідності ПТСР з іншими психічними розладами та особливості надання допомоги в цих випадках. Предметом вивчення дисципліни є теоретичні концепції ПТСР, клінічна картина розладу, методи діагностики, сучасні підходи та технології психологічної допомоги особам з ПТСР, а також етичні аспекти роботи з цією категорією клієнтів.
МЕТА ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ (Чому це потрібно й цікаво вивчати?)	Мета дисципліни: формування у студентів-психологів глибоких знань про посттравматичний стресовий розлад та оволодіння практичними навичками застосування науково обґрунтованих методів психологічної допомоги особам з ПТСР.

Основні завдання дисципліни:

✓ Ознайомити студентів з історією вивчення ПТСР та сучасними діагностичними критеріями.

✓ Розглянути різні теоретичні моделі розвитку та підтримання ПТСР (інформаційно-процесуальні, біологічні, контекстуальні).

✓ Вивчити клінічні прояви ПТСР у дорослих, дітей та підлітків.

✓ Розглянути особливості перебігу ПТСР внаслідок різних видів травматичних подій (бойові дії, насильство, нещасні випадки, стихійні лиха).

✓ Ознайомити з методами діагностики ПТСР (структуровані інтерв'ю, опитувальники).

✓ Оволодіти базовими навичками проведення терапії експозицією (продовжена експозиція, когнітивна процесуальна терапія).

✓ Розглянути інші ефективні методи психологічної допомоги при ПТСР (терапія прийняття та відповідальності, терапія, сфокусована на співчутті).

✓ Вивчити особливості роботи з коморбідними розладами (депресія, тривожні розлади, розлади вживання психоактивних речовин).

✓ Розвинути розуміння етичних аспектів надання психологічної допомоги особам з ПТСР, включаючи питання інформованої згоди, конфіденційності та запобігання ретравматизації.

✓ Сприяти формуванню навичок саморефлексії та усвідомлення власних реакцій при роботі з травматизованими клієнтами

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

(Чому я навчуся на цій дисципліні?)

Після успішного завершення вивчення дисципліни студент повинен **знати**:

- ✓ Історію вивчення та сучасні діагностичні критерії ПТСР.
- ✓ Основні теоретичні моделі ПТСР.
- ✓ Клінічні прояви ПТСР у різних вікових групах.
- ✓ Особливості перебігу ПТСР внаслідок різних видів травми.
- ✓ Методи діагностики ПТСР.
- ✓ Принципи та основні техніки КПТ-Т.
- ✓ Принципи та етапи терапії експозицією.
- ✓ Інші ефективні методи психологічної допомоги при ПТСР.
- ✓ Особливості роботи з коморбідними розладами.
- ✓ Етичні аспекти надання психологічної допомоги при ПТСР.

КОМПЕТЕНТНОСТІ

(Яку сукупну користь я отримаю від вивчення цієї дисципліни?)

- ✓ Визначати основні симптоми та діагностичні критерії ПТСР.
- ✓ Застосовувати знання теоретичних моделей для розуміння клієнтських випадків ПТСР.
- ✓ Розрізняти особливості прояву ПТСР у різних вікових групах та при різних видах травми.
- ✓ Оцінювати потреби клієнтів з ПТСР та планувати стратегії психологічної допомоги.
- ✓ Застосовувати базові техніки КПТ-Т у роботі з клієнтами з ПТСР.
- ✓ Враховувати особливості роботи з коморбідними розладами при наданні допомоги особам з ПТСР.
- ✓ Дотримуватися етичних норм під час роботи з клієнтами, які пережили травму.
- ✓ Усвідомлювати власні емоційні реакції та застосовувати стратегії

	самодопомоги при роботі з травматизованими клієнтами
ВИДИ ЗАНЯТЬ І ЇХНІЙ РОЗПОДІЛ ЗА ГОДИНАМИ	лекції – 14 годин семінарські заняття – 16 годин самостійна робота – 60 годин

ТЕМАТИКА (ЗМІСТОВНІ МОДУЛІ) НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Теоретичні основи та діагностика посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Тема 1. Вступ до ПТСР. Історія вивчення, сучасні діагностичні критерії (DSM-5, МКХ-10, МКХ-11), поширеність. Етичні аспекти надання допомоги.

Тема 2. Етіологія та теоретичні моделі ПТСР. Біологічні, психологічні та соціальні фактори ризику та стійкості. Основні теоретичні підходи до розуміння ПТСР (інформаційно-процесуальні, біологічні, контекстуальні).

Тема 3. Клінічна картина та діагностика ПТСР. Основні кластерні симптоми у дорослих, особливості у дітей та підлітків. Диференційна діагностика. Методи діагностики ПТСР (інтерв'ю, опитувальники).

Змістовий модуль 2. Науково обґрунтовані методи психологічної допомоги при ПТСР.

Тема 4. Когнітивно-поведінкова терапія, орієнтована на травму (КПТ-Т). Принципи, цілі та основні техніки КПТ-Т (когнітивна реструктуризація, робота з переконаннями).

Тема 5. Терапія експозицією. Пролонгована експозиція (РЕ), когнітивна процесуальна терапія (СРТ). Механізми дії експозиційної терапії.

Змістовий модуль 3. Інші підходи та особливості роботи з ПТСР.

Тема 6. Інші ефективні методи психологічної допомоги. Терапія прийняття та відповідальності (АСТ), терапія, сфокусована на співчутті (СФТ).

Тема 7. Коморбідність при ПТСР. Особливості роботи з коморбідними розладами (депресія, тривожні розлади, залежності). Модель 3W3R3P.

Тема 8. Етичні аспекти та самодопомога при роботі з ПТСР. Етичні принципи, запобігання ретравматизації. Самодопомога та профілактика професійного вигорання у фахівців.

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ (РОЗПОДІЛ БАЛІВ І КРИТЕРІЇ)

Розподіл балів між видами навчальної діяльності:

форма підсумкового контролю	види навчальної діяльності здобувача	максимальна кількість балів
залік	аудиторна та самостійна робота	50
	модульна контрольна робота (МКР)	50
	залік	-

Підсумкова оцінка за дисципліну виставляється за наступною схемою:

підсумковий рейтинговий бал	оцінка за шкалою ЄКТС	підсумкова оцінка за дисципліну за національною шкалою
90 – 100	A	відмінно
82 – 89	B	добре
75 – 81	C	
66 – 74	D	задовільно
60 – 65	E	
40 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
39 і менше	F	незадовільно з обов'язковим повторним курсом

Критерії оцінювання аудиторної роботи студентів
(робота під час семінарів та/або практичних занять)

«5»	студент демонструє вільне володіння матеріалом теми семінару; ознайомлений з рекомендованою літературою, вміє самостійно знайти відповідь на проблемні запитання, спираючись на лекційний матеріал та першоджерела; вміє вводити та використовувати власні класифікації, аналізувати, робити власні висновки; здатен встановлювати міжтематичні та міжпредметні зв'язки; активно працює над практичними завданнями
«4»	студент демонструє достатньо вільне володіння матеріалом теми семінару; ознайомлений з рекомендованою літературою та першоджерелами, відповідь на проблемні запитання знаходить за допомогою викладача, спираючись на лекційний матеріал та вивчення першоджерел; допускає неточності та несуттєві (які кардинально не міняють суть) помилки у визначенні понять та категорій і т.і., але легко усуває їх завдяки додатковим питанням; активно працює над практичними завданнями

«3»	студент частково володіє матеріалом теми семінару; репродуктивно відбиває зміст лекційного матеріалу та/або основного підручника; допускає помилки у визначенні понять та категорій і т.і.; нездатний знайти відповідь на проблемні запитання, чи вирішити проблемні завдання; не включається в роботу над практичними завданнями
«2»	студент демонструє нездатність розкрити питання семінару; не опанував зміст теми, вкрай слабо знає або не ознайомлений з рекомендованою літературою, не володіє науковими фактами та категоріями, не знає основних закономірностей психічних явищ; показує низький рівень загальногуманітарного та наукового мислення; ігнорує роботу над практичними завданнями

Критерії оцінювання позааудиторної самостійної роботи студентів

«5»	робота виконана правильно, повністю і самостійно, відбиває належний рівень знань, та сформованість практичних навичок; оформлена згідно вимог, які висуваються для даного типу завдань; вимоги академічної доброчесності строго дотримані
«4»	робота виконана самостійно, містить несуттєві помилки, відбиває належний рівень знань сформованість практичних навичок; оформлена згідно вимог, які висуваються для даного типу завдань; вимоги академічної доброчесності строго дотримані
«3»	робота виконана, але містить помилки, відбиває недостатній рівень знань та недостатню сформованість практичних навичок; оформлення роботи не в повній мірі відповідає вимогам, що висуваються для даного типу завдань; вимоги академічної доброчесності дотримані частково
«2»	робота виконана на неприйнятно низькому рівні; оформлення не відповідає вимогам; вимоги академічної доброчесності не дотримані
«0»	робота не виконана

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи студентів

«5»	при виконанні завдання студент демонструє широку обізнаність у змісті теоретичного матеріалу з дисципліни, дає вірне та коректне визначення основним поняттям і психологічним термінам; вміння самостійно проводити аналіз психологічної ситуації або емпіричних даних та формулювати коректні і вірні коментарі та висновки
-----	--

«4»	при виконанні завдання студент показав достатню обізнаність у змісті теоретичного матеріалу з дисципліни, розуміння принципів підходу до емпіричного вивчення психологічних феноменів, але виявляє при цьому недостатнє вміння самостійно проводити аналіз психологічної ситуації або емпіричних даних та формулювати коментарі і висновки
«3»	при виконанні завдання студент показав обмежену обізнаність у змісті теоретичного матеріалу з дисципліни, низьке розуміння принципів підходу до емпіричного вивчення психологічних феноменів, труднощі у проведенні аналізу психологічної ситуації або емпіричних даних та формулюванні коректних та вірних коментарів і висновків
«2»	при виконанні завдання студент показав обмежену обізнаність у змісті теоретичного матеріалу з дисципліни, нерозуміння принципів підходу до емпіричного вивчення психологічних феноменів, невміння проводити аналіз психологічної ситуації або емпіричних даних та формулювати коректні і вірні коментарі та висновки
«0»	робота не виконана

Умови допуску до заліку: повне виконання програми курсу та всіх видів робіт, відпрацювання пропущених лекцій і семінарських занять, виконання самостійної роботи, успішне виконання модульної контрольної роботи.

- ✓ Студенти, які мають семестровий рейтинговий бал з дисципліни 60 і вище, отримують оцінку «зараховано» і відповідну оцінку в шкалі ЄКТС без складання заліку.
- ✓ Студенти, які мають семестровий рейтинговий бал з дисципліни 59 і нижче, складають залік і в разі успішного складання їм виставляється оцінка «зараховано» в національній шкалі, а в шкалі ЄКТС – Е та бал 60.

Критерії оцінювання відповіді на заліку:

критерії оцінювання	шкала оцінювання	
	«зараховано»	«не зараховано»
відповідність відповіді змісту питання	відповідь здобувача повністю відповідає змісту питання. основні проблеми розкриті чітко та в повній мірі	відповідь здобувача лише частково відповідає / не відповідає змісту питання. основні проблеми визначено нечітко / не визначено
повнота і ґрунтовність відповіді	основні питання розкриті повністю і ґрунтовно	основні питання розкриті лише частково і без належної глибини / зовсім не розкриті
термінологічна коректність	здобувач вільно й коректно користується понятійно-категоріальним апаратом дисципліни	здобувач майже не користується професійною термінологією

ПОЛІТИКА КУРСУ

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ВИКЛАДАЧА

- ✓ забезпечити викладання навчальної дисципліни згідно робочого плану;
- ✓ дотримуватися норм педагогічної етики, з повагою ставитися до особистості здобувачів;
- ✓ оцінювати навчальні досягнення здобувачів з опорою на визначені критерії для відповідних видів навчальної діяльності (див. вище);
- ✓ надавати відповіді на питання студентів щодо змісту курсу та організації навчання;
- ✓ залишатися доступним для комунікації у спосіб, визначений у силабусі.

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ СТУДЕНТА

- ✓ виконати навчальну програму курсу в повному обсязі;
- ✓ дотримуватися у спілкуванні норм ділової етики,
- ✓ з повагою ставитися до інших здобувачів і викладача;
- ✓ дотримуватися вимог політики курсу, що зазначені нижче

КОМУНІКАЦІЯ З ВИКЛАДАЧЕМ

Для оперативної комунікації з викладачем щодо змістовних та організаційних питань з курсу рекомендується користуватись **чатом в системі Microsoft Teams**.

Перед тим, як надсилати викладачу питання, рекомендується перевірити чи не міститься відповідь на питання в тексті силабусу або серед матеріалів курсу (наприклад, у відповідній команді курсу в системі Teams або на платформі Moodle); звернутися з питанням до одногрупників, які можуть знати необхідну інформацію.

ВІДВІДУВАННЯ І ПРОПУСКИ АУДИТОРНИХ ЗАНЯТЬ

Відвідування здобувачами освіти лекційних і семінарських занять є обов'язковою умовою успішного проходження навчальної дисципліни.

Відсутність (з поважної та неповажної причини) на лекційному або семінарському занятті не звільняє від навчальної відповідальності і має бути відпрацьована, як це передбачено відповідним **Порядком відпрацювання пропущених занять**.

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ Й ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Байдик, В. В., Бондарук, Ю. С., Гопкало, Ю. П., Гніда, Т. Б., Корнієнко, І. О., Лунченко, Н. В., Луценко, Ю. А., Мороз, Р. А., Ткачук, І. І. (2020). *Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження)* (В. Г. Панок & І. І. Ткачук, Заг. ред.). Ніка-Центр.
2. Байєр, О. О. (2010). *Життєві кризи особистості: навчальний посібник*. Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту.
3. Булах, І. С. (2015). *Психологія життєвих криз особистості. Курс лекцій: навчальний посібник*. ТОВ «Нілан-ЛТД».
4. Власенко, І. А., & Скорих, Ю. О. (2021). Подолання кризи втрати стосунків у юнацькому віці: програма психологічної допомоги. *Габітус*, 30, 75-79. <http://habitus.od.ua/journals/2021/30-2021/12.pdf>
5. Войтович, М. В. (2019). *Психологічні особливості горювання*. https://lib.iitta.gov.ua/721340/1/Voitovich_M_V_2019_Psychological_features_of_the_grief_proc-1-14.pdf
6. Гаврілець, І. Г. (2006). Психофізіологія людини в екстремальних ситуаціях. В *Психофізіологія людини в екстремальних ситуаціях: навч. посіб.* (с. 76-85). ЗАТ «Віпол».
7. Діти і війна. Навчання технік зцілення. Навчальний посібник. (п.д.). https://ipz.org.ua/wp-content/uploads/2017/10/dity_fin_ispp-1.pdf
8. Інститут психічного здоров'я. (2023). <https://ipz.org.ua/vydavnytstvo/>
9. Кириленко, Т. С. (1998). Проблемність переживання травматичної ситуації. *Вісник Київського університету ім. Т. Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка*, 5, 10–17.
10. Мороз, Р. А. (2018). *Психологія травмуючих ситуацій: навчально-методичний посібник*. Іліон.
11. Москаленко, В. П., Орбан-Лембрик, Л. Е., та ін. (Ред.). (2004). *Психологія суїциду: посібник*. Академвидав.
12. Наказ про затвердження Державного стандарту соціальної послуги консультування. <https://www.google.com/search?q=Https://zakon.rada.gov.ua/laws/how/z086615%23Text>
13. Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки – ініціатива першої леді України Олени Зеленської. (2022). <https://www.google.com/search?q=https://ngu.gov.ua/nacziionalna-programa-psyhichnogo-zdorovya-ta-psyhosocialnoyi-pidtrymky-inicziatyva-pershoyi-ledi-ukrayiny-oleny-zelenskoyi>
14. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Том 1. (2018). Київ.
15. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Том 2. (2018). Київ.

16. Панок, В. Г., Зварич, Я. В., & Чаплак, О. М. (2011). *Психологічне консультування: теорія та практика: навч.-метод. посіб.* Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича.
17. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях. Навчально-практичний посібник. (2022). <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7e08ad95-1248-47df-a595-01cc24c7afaf/content>
18. Порядок застосування методів психологічної і психотерапевтичної допомоги https://moz.gov.ua/uploads/2/13725pro_20190725_1_dod.pdf
19. Психологія кризових станів: Навчальний посібник (О. Т. Шевченко). (2005). Здоров'я.
20. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навчальний посібник (Л. М. Вольнова, Наук. ред. та керівник проблем. групи). (2012). https://www.google.com/search?q=http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/12349/Volnova_psyhosoc.dopomoga%2520u%2520krizy.PDF%3Fsequence%3D1
21. Сайт журналу «Інсайт: психологічні виміри суспільства». (n.d.). <http://insight.journal.kspu.edu/index.php/insight>
22. Сіротченко, Т. А. (2000). Кризові стани у дітей та підлітків та особливості виявлення контингенту кризових категорій. *Український медичний альманах*, 3(2), 150-151.
23. Соціально-психологічна профілактика стресів та стресових розладів учнів та здобувачів вищої освіти (В. Г. Панок & І. І. Цушко, Ред.). (2007). Ніка-Центр.
24. Старков, Д. Ю., Ярий, В. В., & Олішевський, О. В. (2023). *Організація стаціонарної медико-психологічної реабілітації розладів, пов'язаних з психічною травмою та стресом: науково-методичний посібник*. ФОП Ямчинський О. В.
25. Терещук, А. Д. (n.d.). *Основні аспекти психологічної допомоги постраждалим внаслідок воєнної травматизації*. <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v9/i12/28.pdf>
26. Титаренко, Т. М. (2003). *Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності*. Либідь.
27. Центр психічного здоров'я та психосоціального супроводу НаУКМА. Корисні матеріали. (2022). <https://www.ukma.edu.ua/index.php/science/tsentri-ta-laboratoriji/cmhpss/korysni-materialy>
28. Черезова, І. О. (2016). *Психологія життєвих криз особистості: навчальний посібник [для здобувачів вищої освіти вищих навчальних закладів]*. БДПУ.
29. Шебанова, В. І. (2017). *Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях*. ПП Вишемирський В. С.
30. Шебанова, В. І. (2017). *Психологічна допомога дитині, що зазнала насильства: навчально-методичний посібник*. ПП Вишемирський В. С.

ФОРМИ І СПОСОБИ ПОТОЧНОГО ТА СЕМЕСТРОВОГО КОНТРОЛЮ

Форма семестрового контролю – **ЗАЛІК** в усній формі.

Поточний контроль передбачає:

- ✓ оцінювання усних відповідей здобувачів під час семінарських занять;
- ✓ оцінювання позааудиторних самостійних робіт