



**Силабус**  
навчальної дисципліни  
Робота психолога з травмою  
2025-2026 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Психологія.

Спеціальність: С4 Психологія

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Рівень вищої освіти: I рівень

<b>Викладач</b>	Сердюк Наталія Іванівна
<b>Посилання на сайт</b>	<a href="http://bdpu.org/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psiologiya/composition-kaf-psiologiya/serduk/">http://bdpu.org/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psiologiya/composition-kaf-psiologiya/serduk/</a>
<b>Контактний тел.</b>	0668336830
<b>Е-mail викладача:</b>	Serdyuknata85@gmail.com
<b>Графік консультацій</b>	Консультації проводяться через тиждень: вівторок (13:00 - 14:00), субота (13:00 - 14:00), за допомогою месенджера Telegram

**Обсяг курсу на поточний навчальний рік:**

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
5/150	20	18	112	залік

**Семестр:** осінній

**Мова навчання:** українська

**Ключові слова:** травматична подія, психотравма, стрес, травма, горе, горювання, кризовий психолог. арттерапія, КПТ, нарративний підхід, посттравматичне зростання

**Метою викладання навчальної дисципліни «Робота психолога з травмою» є** формування теоретичних знань про психологічну сутність травми, типологія травм, причини її виникнення та механізми розвитку, а також практичної підготовки для забезпечення психологічної допомоги особистості з травмою.

**Основними завданнями вивчення дисципліни «Робота психолога з травмою» є:**

- 1) засвоєння студентами поняття травма, її види та причин виникнення;
- 2) формування знань про основні симптоми травми та динаміку їх прояву;
- 3) ознайомлення із методами діагностики травми
- 4) володіння практичним інструментарієм роботи з травмою.

**Основні результати навчання і компетентності згідно з вимогами освітньо-професійної програми:**

№	Програмні компетентності	Компетенції	Результати навчання
---	--------------------------	-------------	---------------------

1.	<p><b>Загальні</b></p> <p>Здатність працювати самостійно, приймати обґрунтовані рішення, обирати оптимальні професійні дії та елементи самоорганізації для розв'язання завдань професійної діяльності.</p>	<p>Володіння знаннями про підходи до вивчення проблеми травми, класифікацію видів травм, симптоми травми.</p>	<p><i>Знати:</i> основні ознаки травми, причини його виникнення.</p> <p><i>Вміти:</i> застосовувати на практиці набуті теоретичні знання.</p>
2.	<p><b>Фахові</b></p> <p>Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову)</p>	<p>Здатність організувати та надавати психологічну допомогу особам, які потребують психокорекційного втручання з метою вирішення їх психологічних проблем; перебувають у стресовій ситуації з метою їх адаптації до нових умов життєдіяльності.</p>	<p><i>Знати:</i> оціночні шкали вимірювання травми визначати динаміку прояву стресу.</p> <p><i>Вміти:</i> діагностувати стесові стани, підбирати техніки реабілітації та профілактики стресу.</p>
	<p>Здатність здійснювати психолого-педагогічні заходи з метою усунення відхилень у психічному розвитку і поведінці особистості; сприяти подоланню різних форм девіантної поведінки; формувати соціально корисні життєві перспективи, мотивацію до самовиховання й саморозвитку.</p>	<p>Здатність запропоновувати й впроваджувати ефективні прийоми індивідуальної та групової профілактики та реабілітації травми.</p>	<p><i>Знати:</i> прийоми надання психологічної допомоги при травмі.</p> <p><i>Вміти:</i> надавати першу психологічну допомогу</p>

### Змістові модулі

#### **Змістовий модуль 1 Травма-інформований підхід та стратегії кризового реагування**

Тема 1. Теоретичні обґрунтування поняття психологічної травми

Тема 2. Типологія та аналіз видів психологічної травми

Тема 3. Робота психолога з тяжкою втратою (робота з горем)

Тема 4. Специфіка роботи кризового психолога

#### **Змістовий модуль 2 Терапевтичні методи роботи з травмою**

Тема 5. Арттерапевтичні методики роботи з травмою

Тема 6. Когнітивно-поведінковий підхід та техніка експозиції

Тема 7. Тілесно-орієнтовані методи та робота з соматикою

Тема 8. Специфіка роботи з психотравмою в нарративному підході

Тема 9. Посттравматичне зростання та психогігієна спеціаліста

**Методи навчання:** розповідь, бесіда, дискусія, тестування, робота з кейсами, вирішення психологічних задач, робота з діагностичним матеріалом та ін.

**Засоби оцінювання:** усне опитування, тестове опитування на платформі Moodle, перевірка завдань до самостійної роботи, залік (тестова контрольна робота).

**Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):**

**Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

**Політика щодо академічної доброчесності:** Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

**Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, заява) навчання може відбуватись в асинхронній формі на платформі Moodle за погодженням із викладачем.

**Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:** потребує використання платформи ZOOM та Moodle.

**Система оцінювання та вимоги:**

Поточне тестування та самостійна робота										Бали	Залік	Сума
Тема	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	50	50	100
Практичне заняття	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27		
Самостійна робота	2	2	2	2	3	3	3	3	3	23		

**Максимальна оцінка навчальних досягнень студента:**

1. Вчасне оригінальне виконання самостійної роботи з тем 1,2,3,4 – 2 бали 5,6,7,8,9 – 3 бали (загалом – 23).

3 (2) бали – отримують студенти, які виконали самостійну роботу в повному обсязі дали обґрунтовані відповіді, використовували додаткову літературу, показали вміння формулювати висновки.

2 (1) бали отримують студенти, які виконали самостійну роботу частково та дали обґрунтовані відповіді, не повним висновком висновком.

1 (0,5) бал – отримують студенти, які виконали самостійну роботу частково, не в повному обсязі, відсутні висновки.

2. Участь в обговоренні питань на практичному занятті – 3 бали (загалом – 27).

«3» балів – отримують студенти, які повно та ґрунтовно розкрили теоретичне питання, використавши при цьому лише обов'язкову літературу;

«2» бали – отримують студенти, які правильно визначили сутність питання, але розкрили його не повністю, допустивши деякі незначні помилки;

«1» бали – отримують студенти, які правильно визначили сутність питання, недостатньо або поверхово розкривши більшість його окремих положень і допустивши при цьому окремі помилки, які частково вплинули на загальне розуміння проблеми;

«0,5» бал – отримують студенти, які частково та поверхово розкрили лише окремі положення питання і допустили при цьому певні суттєві помилки, котрі значно вплинули на загальне розуміння питання.

3. Залік (виконання підсумкової контрольної роботи) – 50 балів.

Максимально набрана сума за виконання усіх видів роботи у процесі вивчення дисципліни складає 50 балів.

Форма звітності: тестовий залік – 50 балів.

Максимальна кількість балів – 100.

### Шкала оцінювання:

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
90-100	A
78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E
35-49	FX
1-34	F

### Список рекомендованих джерел (наскрізна нумерація)

#### Основна література

Фішер Я. Подолання психічної травми. Робочий зошит для клієнтів та терапевтів / Яніна Фішер: пер. з англ. І.В.Василенко. Київ.: “Науковий світ”, 2025. 156 с.

Міжнародна асоціація Психосоматики та Тілесної Терапії. Книга “Робота з травмою та ПТСР. К.: Видавництво психологічної літератури “Психобук (Psychobook)”, 2022. 117 с.

Плетка О., Чаплинска Ю. Інтенсивна робота з травмою: психотерапевтичні методи. К.: Тал ком, 2017. 232 с.

Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017. 160 с.

Вознесенська О.Л., Сидоркіна М.Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми: Практичний посібник. К.: Золоті ворота, 2016. 202 с.

Пітер А. Левін зцілення від травми. Новаторська програма з відновлення мудрості тіла. Київ: Видавництво Ростислава Бурлаки, 2022. 156 с.

Несенюк Н., Чудаєва Н., Мурашкевич О. Довідник «Травматичні події: психологічна підтримка та самодопомога». Рада Європи, 2022. 96 с.

Горностай П. Психологія колективних травм: монографія; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2023. 336 с.

Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання : монографія; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. 158 с.

### **Допоміжна**

1. Техніки арттерапії в роботі кризового психолога з цивільним населення в умовах війни: навч.-мет.посіб. / за ред. Г.Красіної, К. Гавриловської. Харків, Видавець ФОП Захаренко В.В., 2023. 106 с.

2. Допомога людині яка знаходиться у стані шоку, стресу чи травми. Київ : ФАСТПРИНТ, 2015. с.24.

3. Терапія горя (R. A. Neimeyer, 2015, переклад та адаптація В. Зливков, С. Лукомська, обкладинка Анастасія Гридасова). Київ. 2021. 259 с.

4. Діти та війна. Навчання технік зцілення. Для дітей від 8 до 18 років/ Патрік сміт, Атле Диренгров, Вільям Юле / пер. З англ. О.Антонишин; наук.ред. Катерини Явної. Львів: Гальцька Видавнича Спілка, 2022. 108 с.

5. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2023. 221 с.

6. Кузікова С., Зливков В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. Посібник. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2024. 260 с.

### **13. Інформаційні ресурси**

Бібліотека Бердянського державного педагогічного університету <http://edu.bdpu.org>