



**Силабус навчальної дисципліни
«ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ
СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ»
Освітньо-професійної програми «Психологія екстремальних і
кризових ситуацій»**


Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»

Спеціальність: 053 «Психологія»

Рівень вищої освіти (перший (бакалаврський), другий (магістерський))	Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна фахового вибору ОП
Курс	1-й курс
Семестр	2-й семестр
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години	4 кредити / 120 годин
Мова викладання	Українська мова
Що буде вивчатися (предмет вивчення)	Навчальна дисципліна «Психологічна корекція посттравматичних стресових розладів» належить до вибіркового компоненту освітньо-професійної програми «Психологія екстремальних і кризових ситуацій» є прикладною та охоплює актуальну проблематику екстренної психологічної допомоги в ситуаціях переживання гострого стресу та пролонгованого психологічного супроводу людям з проявами посттравматичного стресового розладу.
Чому це цікаво/треба вивчати (мета)	<p>Мета викладання даної навчальної дисципліни полягає у засвоєнні принципів застосування технологій практичної роботи з негативними наслідками стресу та методам підвищення стійкості до нього.</p> <p>У теоретичному аспекті - це надання психологічних знань щодо особливостей психологічної допомоги людям з проявами ПТСР, специфіки організації та методів реабілітаційної роботи з ними, а саме: симптоматики дистресових станів; проявів накопиченого (хронічного) стресу; ресурсних можливостей людини; основних напрямків реабілітаційної діяльності; організації реабілітаційної діяльності; методології реабілітаційної діяльності; особливостей використання різних психотехнічних засобів.</p> <p>У практичного аспекті - це допомога майбутнім фахівцям в оволодінні психологічними вміннями щодо розв'язання завдань, які знаходяться у колі постстресової проблематики, та навичками реабілітаційної роботи, а саме: організації реабілітаційної діяльності; побудування стратегії реабілітаційної роботи, вибору методів роботи, підбору психотехнічного забезпечення; оволодіння навичками практичної реабілітаційної роботи, яка спрямована на поліпшення психічного стану, підвищення потенціалу внутрішньої активності особистості, її стійкості до стресу; оволодіння навичками організації діяльності щодо профілактики постстресових проблем, організації психологічного супроводження професійної діяльності спеціалісті, які працюють в умовах підвищених стресових навантажень;</p>
Чому можна навчитися (результати навчання)	Вивчення цієї дисципліни надає здобувачам можливість набутти навички професійної допомоги людям, що зазнали негативних наслідків дистресу: визначати і систематизувати основні техніки впливу на функціональні стани людини; вміти діагностувати наявність кордонних та патологічних психологічних й психосоматичних проявів

	<p>дистресу, володіти способами їх профілактики і корекції; специфіку процесів саморегуляції та управління цими процесами; механізми управління мотивацією та вольовими ресурсами людини; знати особливості швидкої реабілітаційної допомоги постраждалим в умовах раптового екстремального стресу та специфічні феномени, які притаманні цієї категорії клієнтів застосовувати прийоми збереження власних психологічних кордонів та відновлення фізичного та психологічного ресурсу.</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)</p>	<p>В результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен набути:</p> <p><i>Інтегральну компетентність</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає глибоке переосмислення наявних та створення нових цілісних знань та професійної практики. <p><i>Загальні компетентності</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; - здатність проведення досліджень на відповідному рівні; - уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми; - здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); - здатність діяти соціально відповідально та свідомо; - здатність розробляти проекти та управляти ними. <p><i>Професійні компетентності</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології; - здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах; - здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності; - здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями; - здатність активізувати психосоматичні ресурси особистості для її ефективного функціонування в екстремальних і кризових ситуаціях; - здатність організовувати консультативну та/або психотерапевтичну взаємодію (індивідуальну чи групову), аналізувати та оцінювати її ефективність; - здатність науково аналізувати чинники, що визначають динаміку психічних і соціально-психологічних процесів в екстремальних і кризових ситуаціях та в постекстремальний період; - здатність розробляти та застосовувати превентивні та корекційні програми збереження психологічного благополуччя та психічного здоров'я людини; - здатність орієнтуватися у різних моделях психологічної допомоги та адекватно обирати релевантну актуальним завданням психологічної практики
<p>Навчальна логістика</p>	<p>Зміст дисципліни:</p> <p>Навчальний матеріал дисципліни структурований за модульним принципом і складається з 1-го навчального модуля.</p> <p>Модуль №1 «Методологія та психотехнічне забезпечення постстресової реабілітації»</p> <p>Тема 1. Фізіологічні та психофізіологічні методи реабілітації і управління внутрішніми ресурсами</p> <p>Тема 2. Психологічні методи реабілітації і управління внутрішніми ресурсами</p> <p>Тема 3. Психотехнічне забезпечення особистісної моделі постстресової реабілітації</p> <p>Тема 4. Механізми та особливості застосування при ПТСР базових психотехнік саморегуляції в парадигмі сучасних нейронаук.</p> <p>Тема 5. Тілесно-орієнтовані практики в роботі з симптоматикою ПТСР.</p> <p>Тема 6. Гармонізація емоційного стану за допомогою медитації</p>

	<p>Тема 7. Застосування технік когнітивно-поведінкового підходу для роботи з деструктивними паттернами поведінки у людей з симптоматикою ПТСР</p> <p>Тема 8. Застосування глибинного аналізу та арт-терапевтичних прийомів в роботі з несвідомим.</p> <p>Тема 9. Робота з особливими видами травматичного досвіду.</p> <p>Види занять: лекції та практичні заняття.</p> <p>Методи навчання:</p> <p>При вивченні навчальної дисципліни використовуються наступні методи навчання:</p> <p>а) на лекційних заняттях: мультимедійні презентації, демонстрації, проблемно-орієнтовані бліц-дискусії та проблемно-пошукові методи;</p> <p>б) на практичних заняттях: ситуаційні завдання, практичні вправи, елементи тренінгових форм роботи та моделюючих ігор, виконання завдань в складі малих груп.</p> <p>Форми навчання: очна, заочна.</p>
Пререквізити	Дисципліна ґрунтується на знаннях про механізми функціонування організму, основ психології, індивідуальних та вікових відмінностей, принципів єдності фізичного і психічного.
Пореквізити	Набуті знання та професійні компетентності можуть бути застосовані при проведенні індивідуальної та групової роботи, спрямованої на підтримку фізичного здоров'я та психологічного благополуччя.
Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ НАУ	<p>Навчальна та наукова література:</p> <p><i>Базова література</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Луппо С.Є. Психологія екстремальних та кризових ситуацій: навч. посібник. К.: Вид-во «НАУ-друк», 2010. - 96 с. - Колк Бессел Тело помнит все / К.: Форс Україна, 2022.- 464 с. - Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості. К.: Ніка-Центр, 2007. 431 с. - Свааб Дік Ми – це наш мозок / Харків, Клуб сімейного дозвілля, 2019.- 496 с. <p><i>Допоміжна література</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від критичних інцидентів // автореф. дисс. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук. – Харків, 2000 - Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Пономаренко В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. Психологический аспект. Минск: Изд-во Университетское, 1985. 206 с. - Кузікова С. Б. Основи психокорекції / Навч. посібник/ С. Б. Кузікова. - К. : Академвидав, 2012. - 319 с. - Міхєєнко О.І Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини К.: НАУ, 2016,. – 157 с.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія 8а.909, проектор, екран, психологічний інструментарій для практичної роботи
Семестровий контроль, екзаменаційна методика	диференційований залік в форматі майстер-класів
Кафедра	Кафедра управління людським фактором
Факультет	Навчально-науковий інститут неперервної освіти

Викладач(і)		<p>ПІБ Сечейко Олена Віталіївна Посада: доцент Вчене звання: доцент Науковий ступінь: канд. психол. наук Профайл викладача: Профіль Google Scholar https://scholar.google.com.ua/citations?hl=uk&user=VKNI0bIAAAAJ Профіль ORCID: orcid.org/0000-0002-7140-8252 Профіль ResearchGate: https://www.researchgate.net/profile/Olena_Secheiko Профіль на сайті НТБНАУ: http://www.lib.nau.edu.ua/naukpraci/teacher.php?id=10618 Профіль у репозитарії НАУ (повний перелік праць): http://www.lib.nau.edu.ua/praci/10618secheyko.pdf Тел.: 406-72-78 E-mail: SecheykoE@nau.edu.ua Робоче місце:</p>
Оригінальність навчальної дисципліни	Дисципліна є прикладною і сприяє інтеграції уявлень щодо застосування сучасних технологій впливу на функціональні стани людей з метою збереження їх фізичного і психічного здоров'я в умовах переживання наслідків гострого та хронічного стресу	
Лінк на дисципліну		