



Кафедра юридичної психології

СИЛАБУС навчальної дисципліни «ПСИХОЛОГІЯ ПСИХОТРАВМИ»

Статус дисципліни:	обов'язкова
Рівень вищої освіти:	другий (магістерський) рівень
Ступінь вищої освіти:	магістр
Галузь знань:	С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
Спеціальність:	С4 Психологія
Освітня програма:	Психологія (поліцейські)
Форма здобуття вищої освіти:	заочна
Мова навчання:	державна
Форма підсумкового контролю:	екзамен
Рік набору:	2026

Воробйова Ольга Володимирівна, доктор філософії, старший викладач кафедри юридичної психології

<https://orcid.org/0000-0002-8861-8328>

Контактний телефон: 0950045359

Електронна адреса: Olga.kovach.v@gmail.com

Дні консультацій:

Очні: пн–ср з 9:00 до 16:00

Онлайн: Zoom:

<https://us04web.zoom.us/j/2075987185?pwd=NkIzdkFkaDUzWnNvYlNBROVUWlkvQT09>

Ідентифікатор конференції: 207 598 7185

Код доступу: 458987

пн–пт з 9:00 до 16:00

Сторінка дистанційного курсу:

<https://osvita.navs.edu.ua/md/course/view.php?id=575>

1. Стислий опис навчальної дисципліни

Мета вивчення дисципліни: формування у здобувачів вищої освіти цілісного уявлення про теоретичні засади, закономірності та психологічні механізми виникнення, перебігу й наслідків психічної травми; оволодіння сучасними підходами, методами й технологіями психологічної допомоги особам, які пережили травматичні події; розвиток практичних умінь розпізнавання психотравмувальних впливів, оцінювання їх психологічних наслідків та організації психологічної допомоги з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей особистості, характеру травматичного досвіду та професійно-етичних вимог.

Тривалість: 3 кредити ECTS (90 годин)

Форми та методи навчання. Під час освітнього процесу використовуються методи навчання: словесні методи (лекція, розповідь-пояснення), наочні (ілюстрація), практичні (репродуктивні, проблемно-пошукові, інтерактивні (дискусія); частково-пошукові, проблемні, активні та інтерактивні, інформаційні й евристичні («мозковий штурм», дискусія), метод ситуацій (ситуація-вправа, ситуація-проблема, аналіз професійно орієнтованих кейсів).

На основі зовнішніх форм використовуються такі методи навчання:

- словесні (лекція, дискусія);
- наочні (ілюстрація, демонстрація схем, моделей, психодіагностичних та інформаційних матеріалів);
- практичні (практичні вправи).

Форми контролю: поточний (тематичний), підсумковий, контроль залишкових знань. *(Положення про внутрішню систему забезпечення якості освітньої діяльності в Національній академії внутрішніх справ. URL: <https://okor.naiau.kiev.ua/assets/files/example3/quality.pdf>)*

Методи контролю – усне та письмове опитування, практична перевірка, тестовий контроль тощо.

Поточний контроль здійснюється у щоденній роботі для перевірки засвоєння попереднього матеріалу і виявлення прогалин у знаннях здобувачів. Здійснюється він за допомогою систематичного оцінювання викладача роботи групи в цілому і кожного здобувача окремо на всіх етапах навчання.

Підсумковий контроль проводиться після завершення вивчення навчальної дисципліни. Форма контролю: екзамен.

Оцінка якості засвоєння програми з навчальної дисципліни включає усне опитування, виконання тестових завдань, контрольних робіт.

Пререквізити: «Філософські проблеми психології», «Організаційно-правові засади психологічної допомоги різним категоріям громадян», «Актуальні проблеми кризової психології».

Постреквізити: стажування

2. Перелік компетентностей, які забезпечує навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
РН1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно комунікаційних технологій. РН4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій. РН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість. РН6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість. РН8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації. РН9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.	Загальні компетентності: ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності: СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік. СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології. СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах. СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію. СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями. СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

3. Перелік компетентностей, розвитку яких сприяє вивчення навчальної дисципліни:

- здатність оперувати основними поняттями, категоріями та теоретичними положеннями психології психотравми;
- здатність аналізувати психотравмувальні ситуації та визначати їх можливий психологічний вплив на особистість;
- здатність розпізнавати емоційні, когнітивні, поведінкові та психофізіологічні реакції на травматичні події;
- здатність ураховувати індивідуально-психологічні, міжособистісні та соціальні чинники переживання травматичного досвіду;
- здатність здійснювати первинне психологічне оцінювання стану особи, яка зазнала психотравмувального впливу, у межах професійної компетентності психолога;

- здатність визначати основні психологічні проблеми та можливі наслідки пережитого травматичного досвіду;
- здатність добирати та застосовувати відповідно до ситуації методи психологічної стабілізації, підтримки, консультування та психоедукації;
- здатність аналізувати професійно орієнтовані ситуації та обґрунтовувати алгоритм психологічної допомоги особам, які пережили травматичні події;
- здатність визначати потребу особи у подальшій психологічній, психотерапевтичній або іншій фаховій допомозі та здійснювати належне перенаправлення;
- здатність взаємодіяти з особами, які пережили психотравмувальні події, з дотриманням принципів безпеки, поваги, толерантності та недискримінації;
- здатність дотримуватися принципів професійної етики, конфіденційності, відповідальності та меж професійної компетентності у роботі з психотравмою;
- здатність застосовувати способи саморегуляції та профілактики вторинної травматизації;
- здатність здійснювати пошук, критичний аналіз, систематизацію та узагальнення наукових джерел з питань психології психотравми.

4. Структура навчальної дисципліни та тематика навчальних занять

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи в розрізі тем
Тема № 1. Психотравмувальна ситуація та її психологічні наслідки.	Лекція. Семінарські заняття: індивідуальні або групові опитування, групова робота.	1. Опрацювання та систематизація теоретичного матеріалу Опрацювати основні теоретичні положення теми та систематизувати зміст понять: «стрес», «травматичний стрес», «психічна травма», «психотравмувальна ситуація», «криза», «гостра стресова реакція», «посттравматичний стресовий розлад», «копінг-стратегії», «психологічний захист», «дисоціація». Результат, що подається на оцінювання: структурований конспект, схема або порівняльна таблиця. 2. Аналіз наукових джерел Проаналізувати 3–5 сучасних наукових джерел, присвячених психологічним механізмам виникнення та перебігу психічної травми. Визначити проблему, мету та основні результати досліджень, порівняти позиції авторів щодо чинників психотравматизації та сформулювати узагальнення. Результат, що подається на оцінювання: аналітичний огляд наукових джерел. 3. Аналітичне / проблемне завдання Порівняти поняття «стрес», «травматичний стрес», «психічна травма» та «посттравматичний стресовий розлад» за критеріями: причини виникнення, характер реакції, тривалість, основні прояви та можливі психологічні наслідки. Результат, що подається на оцінювання: порівняльна таблиця з письмовим

		висновком. 4. Практичне професійно орієнтоване завдання Проаналізувати запропонований за вибором кейс особи, яка пережила психотравмувальну подію. Визначити можливі емоційні, когнітивні, поведінкові та психофізіологічні реакції; чинники ризику та захисні ресурси; окреслити професійно доцільні дії психолога в межах його компетентності. Приклади практичних кейсів: Кейс 1. Після ракетного обстрілу 34-річна жінка протягом кількох днів відчуває постійне напруження, здригається від гучних звуків, погано спить, багаторазово переглядає новини, уникає місця, де сталася подія. Не може зосередитися на роботі, але продовжує виконувати повсякденні обов'язки. Завдання: визначити можливі психологічні реакції; відокремити нормативні реакції на травматичний стрес від ознак, що потребують поглибленого оцінювання; запропонувати першочергові дії психолога. Кейс 2. Чоловік став свідком тяжкої дорожньо-транспортної пригоди. Після події нав'язливо згадує побачене, відчуває провину через те, що «не зміг зробити більше», уникає поїздок автомобілем, став дратівливим. Завдання: визначити основні емоційні та когнітивні реакції; проаналізувати роль суб'єктивної оцінки події; окреслити можливі ресурси подолання. Кейс 3. Поліцейський після участі в ліквідації наслідків обстрілу повідомляє про емоційне «оніміння», труднощі зі сном і небажання обговорювати побачене. Водночас наполягає, що «все нормально» і допомоги не потребує. Завдання: проаналізувати можливі механізми психологічного захисту; визначити ризики; запропонувати коректний алгоритм взаємодії психолога. Результат, що подається на оцінювання: письмовий аналіз кейсу та алгоритм професійних дій психолога. 5. Індивідуальне аналітико-практичне завдання Розробити інформаційно-психологічну пам'ятку для осіб, які пережили психотравмувальну подію, на тему «Реакції людини після травматичної події та ознаки, за яких варто звернутися по професійну допомогу». Результат, що подається на оцінювання: пам'ятка, схема або методична розробка.
Тема № 2. Особливості травматичного досвіду в різних ситуаціях	Лекція. Семінарські заняття: індивідуальні або групові опитування, групова робота.	1. Опрацювання та систематизація теоретичного матеріалу Систематизувати особливості травматичного досвіду в різних психотравмувальних ситуаціях: бойові дії, виконання службових завдань поліцейськими, терористичні акти, домашнє та сексуальне насильство, надзвичайні ситуації, втрата близької людини. Результат, що подається на оцінювання: порівняльна таблиця або структурована схема.

		2. Аналіз наукових джерел Проаналізувати 3–5 наукових джерел щодо особливостей психічної травматизації представників професій підвищеного ризику — поліцейських та/або військовослужбовців. Порівняти визначені авторами чинники ризику, прояви травматичного стресу та психологічні ресурси подолання. Результат, що подається на оцінювання: аналітичний огляд наукових джерел. 3. Аналітичне / проблемне завдання Проаналізувати одну з проблем за вибором: вторинний травматичний стрес; вікарна травма; травма свідка; психічна травма та аутодеструктивна поведінка; міжпоколінна передача травми; колективна травма. Визначити можливі причини, психологічні механізми, прояви та наслідки обраного феномену. Результат, що подається на оцінювання: письмовий аналіз проблеми з висновками. 4. Практичне професійно орієнтоване завдання Проаналізувати запропоновану одну професійну ситуацію та визначити першочергові психологічні потреби постраждалої особи, чинники ризику, ресурси та алгоритм психологічної допомоги. Приклади практичних кейсів: Кейс 1. Поліцейський після бойового завдання. Поліцейський 29 років після кількох місяців служби в зоні бойових дій став дратівливим, уникає спілкування з близькими, має труднощі зі сном, надмірно реагує на різкі звуки, відмовляється від психологічної допомоги, мотивуючи це тим, що «інші пережили гірше». Завдання: визначити можливі наслідки травматичного досвіду; чинники професійного ризику; особливості встановлення контакту; алгоритм дій психолога. Кейс 2. Дитина, яка пережила насильство. Дитина 10 років після пережитого насильства стала замкнутою, погано спить, демонструє регресивну поведінку, відмовляється залишатися наодинці з дорослими, знизилася успішність у школі. Завдання: визначити можливі прояви психотравматизації; вікові особливості реагування; принципи безпечної психологічної взаємодії; необхідність залучення інших фахівців. Кейс 3. Постраждала від домашнього насильства. Жінка протягом кількох років зазнає психологічного та фізичного насильства з боку партнера. Звертається до психолога зі скаргами на тривогу, почуття безпорадності та страх приймати самостійні рішення. Водночас не готова припинити стосунки. Завдання: визначити можливі психологічні наслідки тривалого насильства; чинники ризику; межі компетентності психолога; першочергові напрями підтримки. Кейс 4. Травма свідка. Працівник екстреної служби багаторазово працював на місцях масової загибелі людей. З часом почав бачити нав'язливі образи, став емоційно відстороненим від родини, відчуває
--	--	--

		виснаження та втрату сенсу професійної діяльності. Завдання: диференціювати можливі прояви вторинного травматичного стресу, вікарної травми та професійного виснаження; запропонувати профілактичні й підтримувальні заходи. Кейс 5. Втрата близької людини. Чоловік втратив дружину внаслідок бойових дій. Через кілька місяців продовжує гостро переживати втрату, уникає соціальних контактів, звинувачує себе в тому, що не зміг її врятувати, говорить про беззмістовність подальшого життя. Завдання: визначити психологічні ризики; розмежувати прояви переживання горя і потенційно небезпечні ознаки; окреслити дії психолога та підстави для перенаправлення. Результат, що подається на оцінювання: аналіз професійної ситуації, алгоритм дій психолога та короткі рекомендації. 5. Індивідуальне аналітико-практичне завдання Розробити мініпроект психологічної підтримки однієї з категорій осіб, які пережили травматичний досвід: поліцейські, військовослужбовці, діти, особи, які пережили домашнє чи сексуальне насильство, свідки травматичних подій, члени сімей постраждалих. Мініпроект має містити характеристику цільової групи, основні психологічні ризики й потреби, мету роботи, напрями психологічної допомоги, заходи стабілізації та підтримки, критерії перенаправлення до інших фахівців і заходи профілактики повторної або вторинної травматизації. Результат, що подається на оцінювання: мініпроект, презентація, методична розробка або рекомендації.
--	--	---

5. Основні інформаційні джерела

1. Чабан О. С., Хаустова О. О., Омелянович В. Ю. Психічні розлади воєнного часу : монографія. Київ : Медкнига, 2023. 231 с.
2. МКХ-11. Розділ 06: Психічні і поведінкові розлади та порушення нейророзвитку : статистична класифікація / за заг. ред. В. Д. Мішиєва ; уклад.: В. Д. Мішиєв, Б. В. Михайлов, Є. Г. Гриневич, В. Ю. Омелянович ; пер. з англ. Б. В. Михайлова. Київ : МОРІОН, 2023. 303 с.
3. Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів : навчальний посібник. Київ : Університет «Україна», 2023. 265 с.
4. Когут О. О. Психологія стресостійкості особистості : монографія. Кривий Ріг : Роман Козлов, 2021. 277 с.
5. Мельничук І. Я. Психологічна корекція посттравматичних стресових розладів особистості. *Innovative Projects and Programs in Psychology, Pedagogy and Education : Scientific Monograph. Riga : Baltija Publishing, 2023. С. 443–471. DOI: 10.30525/978-9934-26-282-1-19.*

6. Іванова Н., Ваврик Л. Психологічні аспекти подолання військовослужбовцями психічної травми в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. № 6 (82). С. 53–59. DOI: 10.33099/2617-6858-2024-82-6-53-59.
7. Базарний С. В., Новіков О. А. Комплексний аналіз інструментів PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5 для діагностики ПТСР у військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 3 (85). С. 33–42. DOI: 10.33099/2617-6858-2025-85-3-33-42.
8. Теслюк В. М. Особливості проявів ПТСР у військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 5 (87). С. 189–198. DOI: 10.33099/2617-6858-2025-87-5-189-198.
9. Кіщук Л., Новіков О. Метод мультикомпонентної психологічної підтримки в умовах широкомасштабної збройної агресії РФ проти України. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 4 (86). С. 96–103. DOI: 10.33099/2617-6858-2025-86-4-96-103.
10. World Health Organization. Posttraumatic stress disorder (PTSD): psychological interventions – adults. Updated recommendations. WHO, 2023.

6. Технічне обладнання та програмне забезпечення навчальної дисципліни:

Під час вивчення дисципліни передбачається використання мультимедійного проєктора, комп'ютерної техніки, психодіагностичних методик і стимульних матеріалів.

7. Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

Політика щодо термінів виконання та перескладання

Виконання навчальних завдань у визначені строки, повторне проходження контрольних заходів і ліквідація академічної заборгованості здійснюються відповідно до Положення про організацію освітнього процесу в Національній академії внутрішніх справ та Положення про ліквідацію академічної заборгованості та академічної різниці в Національній академії внутрішніх справ:

https://okop.navs.edu.ua/assets/files/example3/polozh_oop.pdf

https://okop.navs.edu.ua/assets/files/example3/pol_likv_zaborg.pdf

Політика щодо академічної доброчесності.

Учасники освітнього процесу зобов'язані дотримуватися принципів і норм академічної доброчесності, визначених законодавством України та внутрішніми нормативними документами Національної академії внутрішніх справ:

<https://www.navs.edu.ua/files/osvitnii-protses/dobrochesnist/2026/polozh-dobrochesnist-270426.pdf>

Політика щодо відвідування навчальних занять.

Відвідування навчальних занять та порядок відпрацювання пропущених занять регулюються Положенням про організацію освітнього процесу в

Національній академії внутрішніх справ:
https://okop.navs.edu.ua/assets/files/example3/polozh_oop.pdf

Політика щодо викладання та вивчення навчальної дисципліни.

Організація викладання та вивчення навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Положення про організацію освітнього процесу в Національній академії внутрішніх справ:
https://okop.navs.edu.ua/assets/files/example3/polozh_oop.pdf

8. Оцінювання результатів навчання

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Екзамен		Залік	
	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	відмінно	A	зараховано
82–89	B	добре	B	зараховано
75–81	C	добре	C	зараховано
64–74	D	задовільно	D	зараховано
60–63	E	задовільно	E	зараховано
0–59	F	незадовільно	F	не зараховано

Розробник:



Ольга ВОРОБІЙОВА

Силабус схвалено на засіданні кафедри юридичної психології, протокол від 06.08.2026 року № 24.

Завідувач кафедри
юридичної психології
капітан поліції



Маріанна БУДАНОВА