

**ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
МІНІСТЕРСТВА ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЦЕНТР ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ**

**СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА  
НАБУТТЯ КВАЛІФІКАЦІЇ**

**«Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей»**

**ЗАТВЕРДЖЕНО  
ВЧЕНОЮ РАДОЮ**

Голова вченої ради \_\_\_\_\_ М.О. Фролов

(протокол № \_\_\_\_\_ від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ р.)

В.о. ректора \_\_\_\_\_ М.О. Фролов

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ р

Запоріжжя  
2023

Запорізький національний університет. **«Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей»**: сетрифікатна програма набуття кваліфікації

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ:

Малина Олена Григорівна, к.психол.н., доцент кафедри психології Запорізького національного університету, керівник Центру психологічного здоров'я та психосоціального супроводу Запорізького національного університету

ОБГОВОРЕНО ТА РЕКОМЕНДОВАНО ДО РОЗГЛЯДУ КАФЕДРОЮ ПСИХОЛОГІЇ

«26» березня 2023 року, протокол № 7

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Н. О. ГУБА

РЕКОМЕНДОВАНО

Керівник ЦПО \_\_\_\_\_ С.В. Ільїн

РОЗГЛЯНУТО ТА РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАТВЕРДЖЕННЯ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЮ РАДОЮ ЗНУ

«27» квітня 2023 року, протокол №10

Голова НМР \_\_\_\_\_ О.І. Гура

## ВСТУП

**Цільова група:** військовослужбовці Національної Гвардії України, ветерани АТО/ООС, члени сімей учасників бойових дій

**Обсяг програми:** 120 академічних годин, 4 кредити ЄКТС.

**Форма підвищення кваліфікації:** інституційна (очна (денна, вечірня), дистанційна).

**Форми організації освітньої діяльності:** лекції; практичні та тренінгові заняття.

**Основні методи навчання:** методи проблемного навчання; методика взаємообміну завданнями; аналіз конкретних ситуацій (кейс-метод); навчання через Інтернет, контроль.

**Форма підсумкового контролю:** залік.

**Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації:** сертифікат дежавного зразку Запорізького національного університету, що підтверджує набуття додаткових кваліфікацій.

## МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРОГРАМИ

**Мета:** формування професійних компетентностей учасників бойових дій, військових ветеранів та членів їх сімей за профілем «Психологія» відповідно до сучасних вимог професійної підготовки в галузі психологічної допомоги, відновлення оптимального психоемоційного стану, психологічної реабілітації та психологічної профілактики постстресових розладів та девіантної поведінки.

**Основними завданнями програми є:**

- формування у слухачів системи фахових психологічних знань щодо особливостей реадaptaції учасників бойових дій, повернутих з полону, військових ветеранів;
- оволодіння слухачами основами військової патопсихології та психологічної допомоги у процесі відновлення оптимального психоемоційного і психофізичного стану;
- розвиток у слухачів практичних навичок застосування основних психологічних технологій психологічної допомоги військовослужбовцям і членам їх сімей у процесі реадaptaції;
- набуття слухачами знань і навичок використання методів психопрофілактики дезадаптивних і девіантних форм поведінки і соціально-психологічної реабілітації.

**Матеріально-технічне забезпечення:** навчання планується проводити на базі навчальних ресурсів Запорізького національного університету. Планується використовувати технічні засоби навчання, наочні навчальні моделі головного мозку і нервової системи людини, навчально–методичні розробки кафедри психології, фонд наукової бібліотеки ЗНУ.

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:**

#### **Загальні:**

- здатність формулювати власну думку, володіти навичками ведення наукової і загальнокультурної дискусії;
- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу;
- здатність оволодіти навичками використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- здатністю вчитися і оволодівати сучасними знаннями;
- здатністю бути критичним і самокритичним в професійній діяльності;
- здатністю приймати обґрунтовані рішення;
- володіти навичками міжособистісної взаємодії; здатністю працювати в команді.

#### **Професійні:**

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології;
- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ;
- здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків;
- здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел;
- здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження;
- здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації;
- здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту;
- здатність дотримуватися норм професійної етики.

## **Очікувані результати навчання:**

### **Слухачі мають знати і розуміти:**

- специфіку та особливості соціально-психологічної адаптації та дезадаптації військовослужбовців і військових ветеранів;
- психологічний вплив екстремальних ситуацій на особистість та виникнення специфічних емоційних станів;
- патопсихологічну характеристику негативних психічних станів учасників бойових дій, ветеранів, поранених, та повернених з полону військовослужбовців Національної Гвардії України;
- психотерапевтичні алгоритми допомоги при постстресових розладах постраждалим внаслідок бойових дій;
- особливості впливу психічної травми на особистість військовослужбовця внаслідок військових подій;
- вплив травматичного досвіду учасників бойових дій на родинні і подружні стосунки;
- особливості девіантної поведінки, її чинники та прояви у ветеранів з травматичним воєнним досвідом.
- проблеми психосоціальної адаптації військових ветеранів і шляхи психологічної підтримки процесу поступового повернення до мирного життя у сімейній взаємодії.

### **Слухачі мають уміти і застосовувати:**

- визначати особливості психологічного стану військовослужбовця та актуалізувати ресурси його психологічного відновлення;
- застосовувати ефективні технології психологічного відновлення учасників бойових дій після виконання завдань (у районах відновлення, під час перебування в пункті постійної дислокації).;
- застосовувати техніки саморегуляції психофізичного і психоемоційного стану військовослужбовців та методики психологічного розвантаження, самопомоги та емоційної саморегуляції членів сімей військових ветеранів;
- використовувати психологічні технології роботи з горем і втратою;
- діагностувати адаптаційні можливості та формувати антиципаційних навички.

**Критерії оцінювання:** підсумкове тестування за змістом основних навчальних модулів, що проводиться у системі Moodle. Тестування містить 20 тестових завдань. Тестування вважається успішно складеним за умови виконання 60% від загальної кількості завдань за кожним модулем.

## НАВЧАЛЬНИЙ ПЛАН

Назва модуля		Зміст	Усього годин	
Професійний	А	<b>1</b>	<b>Психологічне забезпечення оптимального психічного стану учасників бойових дій та членів їх родин у екстремальних та кризових ситуаціях</b>	<b>28</b>
		1.1	Психологічний зміст понять «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «кризова ситуація», їх види та особливості	6
		1.2	Психологічний вплив екстремальних ситуацій на особистість та виникнення специфічних емоційних станів.	8
		1.3	Патопсихологічна характеристика негативних психічних станів та особливості їх патопсихологічної діагностики.	8
		1.4	Психологічні прийоми формування фрустраційної толерантності і готовності до дій у екстремальних ситуаціях.	6
		<b>2</b>	<b>Психологічна допомога учасникам бойових дій, ветеранам, пораненим, та поверненим з полону військовослужбовцям</b>	<b>30</b>
		2.1	Бойові стресові і посттравматичні стресові розлади, межові і передпатологічні стани, їх діагностичні критерії та особливості диференційної діагностики.	8
		2.2	Особливості психічних ускладнень у поранених військовослужбовців та їх психологічний супровід. Психологічна допомога та специфіка реабілітації поверненим з полону.	8
		2.3	Поняття психічної травми та специфіка роботи з нею у учасників бойових дій. Почуття провини у структурі синдрому провини вцілілого та психологічні методики роботи з ним.	8
		2.4	Технології психологічного відновлення учасникам бойових дій після виконання завдань (у районах відновлення, під час перебування в пункті постійної дислокації).	6

		<b>3</b>	<b>Психологічна підтримка членів сімей військовослужбовців, ветеранів, поранених та повернутих з полону учасників бойових дій</b>	<b>30</b>
		3.1	Вплив травматичного досвіду учасників бойових дій на родинні і подружні стосунки.	6
		3.2	Проблеми психосоціальної адаптації військових ветеранів і шляхи психологічної підтримки процесу поступового повернення до мирного життя у сімейній взаємодії	8
		3.3	Психологічні технології роботи з горем і втратою.	8
		3.4	Діагностика адаптаційних можливостей та формування антиципаційних навичок	8
		<b>4</b>	<b>Психологічна профілактика дезадаптації та реабілітації учасників бойових дій</b>	<b>30</b>
		4.1	Шляхи збереження психічного здоров'я військовослужбовців.	6
		4.2	Психологічне забезпечення адаптації військовослужбовців до відновлення життєвого поведінкового стереотипу цивільного життя.	8
		4.3	Психологічні технології попередження та подолання проявів агресивної, адиктивної, суїцидальної поведінки.	8
		4.4	Психокорекційна робота психолога по усуненню негативних змін особистості, формування копінг-стратегій та перспективи майбутнього у військових ветеранів.	8
<b>Усього на модуль</b>				<b>118</b>
Діагностико-аналітичний	Б		Підсумкове тестування	2
<b>Усього на модуль</b>				<b>2</b>
<b>Разом по модулях</b>				<b>120</b>

## ***Психологічне забезпечення оптимального психічного стану учасників бойових дій та членів їх родин у екстремальних та кризових ситуаціях***

Тема 1.1. Психологічний зміст понять «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «кризова ситуація», їх види та особливості. Стадії психічних реакцій у екстремальних ситуаціях.

Тема 1.2. Психологічний вплив екстремальних ситуацій на особистість та виникнення специфічних емоційних станів. Типи травматичних ситуацій. Індивідуальна толерантність до впливу екстремальних ситуацій.

Тема 1.3. Патопсихологічна характеристика негативних психічних станів та особливості їх патопсихологічної діагностики. Динаміка психічних станів після ситуацій психологічного травмування. Психогенії в екстремальних ситуаціях (форми, стадії, динаміка). Психодіагностика ПТСР. Опитувальник травматичного стресу для діагностики психологічних наслідків. Особистісний профіль кризи.

Тема 1.4. Психологічні прийоми формування фрустраційної толерантності і готовності до дій у екстремальних ситуаціях. Техніки екстреної психологічної допомоги у різних психоемоційних станах. Психологічний дебрифінг та зміст фаз його проведення. Загальні підходи та принципи психотерапії ПТСР. Технології психотрансформації травматичної пам'яті.

## ***Психологічна допомога учасникам бойових дій, ветеранам, пораненим, та поверненим з полону військовослужбовцям***

Тема 2.1. Бойові стресові і посттравматичні стресові розлади, межові і передпатологічні стани, їх діагностичні критерії та особливості диференційної діагностики. Типи ПТСР. Хронічний розлад особистості. Психотерапевтичні алгоритми допомоги при постстресових розладах постраждалим внаслідок бойових дій.

Тема 2.2. Особливості психічних ускладнень у поранених та контужених військовослужбовців та їх психологічний супровід. Психологічна допомога та специфіка реабілітації поверненим з полону.

Тема 2.3. Поняття психічної травми та специфіка роботи з нею у учасників бойових дій. Психологічні кризові інтервенції. Почуття провини у структурі синдрому провини вцілілого та психологічні методики роботи з ним.

Тема 2.4. Технології психологічного відновлення учасникам бойових дій після виконання завдань (у районах відновлення, під час перебування в пункті постійної дислокації). Психотерапія емоційних травм за допомогою рухів очей. Терапевтичні стратегії при заблокованому опрацюванні травматичного

досвіду. Техніки психологічної допомоги Гештальт-терапії. Техніки психологічної допомоги когнітивно-поведінкової терапії. Метод кататимного переживання образів.

### ***Психологічна підтримка членів сімей військовослужбовців, ветеранів, поранених та повернених з полону учасників бойових дій***

Тема 3.1. Вплив травматичного досвіду учасників бойових дій на родинні і подружні стосунки. Особливості девіантної поведінки, її чинники та прояви у ветеранів з травматичним воєнним досвідом.

Тема 3.2. Проблеми психосоціальної адаптації військових ветеранів і шляхи психологічної підтримки процесу поступового повернення до мирного життя у сімейній взаємодії. Методики психологічного розвантаження, самопомоги та емоційної саморегуляції членів сімей військових ветеранів. Методики сімейної психотерапії при ПТСР.

Тема 3.3. Психологічні технології роботи з горем і втратою. Стадії процесу переживання психотравмуючих ситуацій військовослужбовцем. Втрата як екстремальна ситуація. Етапи переживання горя.

Тема 3.4. Діагностика адаптаційних можливостей та формування антиципаційних навичок (попередження формування невротичних розладів).

### ***Психологічна профілактика дезадаптації та реабілітації учасників бойових дій***

Тема 4.1. Шляхи збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Поняття психічного та фізичного здоров'я військовослужбовців, критерії психічного здоров'я.

Тема 4.2. Психологічне забезпечення адаптації військовослужбовців до відновлення життєвого поведінкового стереотипу цивільного життя. Психологічна допомога і психологічна профілактика негативних психоемоційних станів військових ветеранів (тривога, депресія, апатія, страхи, почуття провини, експлозивність та ін).

Тема 4.3. Психологічні технології попередження та подолання проявів агресивної, адиктивної, суїцидальної поведінки.

Тема 4.4. Психокорекційна робота психолога по усуненню негативних змін особистості, формування копінг-стратегій та перспективи майбутнього у військових ветеранів.

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Основна:

Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України, Наук.- дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України: Н.А. Агаєв, О.Г. Скрипкін, А.Б. Дейко, В.В. Поливанюк, О.В. Еверт. – К.: НДЦ ГП ЗС України, 2016. – 147 с.

Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. Наукове видання – К.: КНУ ім. Тараса Шевченка. – Київ: ВИДАВНИЦТВО, 2016

Військова психологія. Конспект лекцій / Електронний ресурс: <http://uadoc.zavantag.com/text/2148/index-1.html>

Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.

Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник / Н.А. Агаєв, О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, В.В. Остапчук, В.В. Ткаченко. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. – 234 с.

Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Корня Л. В. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України: метод. посіб. Київ : ФОП Маслаков, 2019. 288 с.

Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. – 282 с.

Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. Державне управління. 2016. С. 104-111.

Мушкевич М. І. Основи психотерапії: навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

Попелюшко Р.П. Особливості психологічної реабілітації учасників бойових дій засобами природничої рекреації / Р.П. Попелюшко // Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психол. ім. Г.С. Костюка. – Київ, 2015. – Т. XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 13. – С. 198-207.

Протокол з діагностики та терапії ПТСР Національного інституту клінічної майстерності Великобританії (NICE). – [Електронний ресурс]. - <http://guidance.nice.org.uk/cg26>

Психологічний супровід військовослужбовців, які виконують службово-бойові завдання в екстремальних умовах [Текст] : методичні рекомендації / Я.В. Мацегора, І.В. Воробйова, О.С. Колесніченко, І.І. Приходько. – Х. : НА НГУ, 2015. – 69 с.

Тохтамиш О.М. Реабілітаційна психологія: Навчально-методичний посібник. – Вінниця: ТОВ Віндрук. – 2004. – 102 с.

**Додаткова:**

Балашова С. П., Васильєв С. П., Дубровинський Г. Р. Практичний курс військової психології. Навчальний посібник / С.П. Балашова. – Ч.П. – К., 2013. – 170с.

Берлінець І. А. Зарубіжний досвід у сфері медичної реабілітації: перспективи використання в Україні. Державне управління: удосконалення та розвиток. 2019. № 4. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=1416>

Варій М. Й., Козяр М. М., Коваль М. С. Військова психологія і педагогіка / М. Й. Варій. – Львів: «Сполох», 2003. – 624 с.

Допоміжна 1. Глушкова Т.О. Профілактика суїцидів у військових частинах. Методика роботи у військових частинах України, щодо вивчення та профілактики суїцидальних явищ серед військовослужбовців // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. - №2 – с. 27 – 29.

Методичні рекомендації щодо проведення психологічної підготовки особового складу Збройних Сил України. – К., 2012. – 214с.

Ягупов В. В. Військова психологія: Підручник /В. В. Ягупов. — Київ: Тандем, 2004. — 656 с.

**Інформаційні ресурси:**

Наукові видання Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, підготовлені за результатами фундаментальних досліджень [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://inpsy.naps.gov.ua/info/273/>

Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського - Електронні ресурси НБУВ. Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/node/5248>

Доступ до повнотекстової бази даних наукових публікацій ScienceDirect Режим доступу: <https://www.sciencedirect.com/>

Доступ до повнотекстових ресурсів порталу Springer Link Режим доступу: <https://link.springer.com>