

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент «Основи травмофокусованої когнітивно-поведінкової терапії»
Рівень ВО	Бакалавр
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	IV курс, 8 семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	5 кредитів усього -150; лекцій - 10; практичних – 20; самостійна робота – 110 консультації - 10
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Загальної та клінічної психології
Автор дисципліни	Глова Ірина Василівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	До початку вивчення освітнього компоненту здобувач повинен володіти знаннями з вікової, загальної, соціальної психології, психології особистості.
Що буде вивчатися	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вплив психотравмуючих подій на психічне здоров'я та благополуччя людини. Механізми розвитку ПТСР та інших психічних розладів пов'язаних зі стресом і травмою. 2. Нейробиологічні основи психотравми. Особливості інтеграції травматичної пам'яті в автобіографічну. 3. Психологічна стійкість та її складники. Роль факторів стійкості у процесах посттравматичного відновлення та зростання. 4. Діагностичні критерії лікування ПТСР та методи його діагностики. Модель ТФ-КПТ: терапевтичний стосунок та психоедукація при ПТСР. 5. Техніки формування навичок самопомоги та коупінгу з симптомами ПТСР і техніки роботи з ресурсами.
Чому це цікаво/треба вивчати	<p>Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним із провідних науково-обґрунтованих підходів, доказовою формою психотерапевтичної допомоги.</p> <p>Вивчення цього курсу дасть можливість здобувачам освіти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформувати навички ефективної базової допомоги у моделі травмо-фокусованої КПТ тим, хто пережив психотравмуючі події; - опанувати техніки і складові підтримки процесів посттравматичного зростання; - ознайомитись із техніками турботи про себе з метою плекання і розвитку стійкості та уникнення професійного вигорання.
Чому можна навчитися (результати навчання)	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК13. Здатність до адаптивної гнучкості як властивості приймати і пристосовуватись до зміни життєвих обставин, а також знаходити компроміс у вирішенні конфліктних ситуацій.

ЗК14. Здатність дотримуватися норм суб'єктних взаємин (уважність, підтримка, співучасть і співпереживання) та вільно обмінюватися ідеями й оцінками.

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків людини.

СК4. Здатність самостійно збирати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову), зокрема особам, які отримали психологічні травми внаслідок війни.

СК10. Уміння адаптуватися до нових ситуацій та здатність до професійної мобільності.

СК11. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

СК14. Здатність до рефлексії власної діяльності з метою визначення її ефективності.

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2. Розуміти закономірності та особливості функціонування психічних явищ у контексті діяльності людини в умовах війни та стресу.

ПР3. Планувати і здійснювати базову психологічну підтримку та консультативну взаємодію з урахуванням специфіки запиту клієнта.

ПР4. Взаємодіяти, вступати у професійну комунікацію та толерантно ставитися до осіб із різним життєвим досвідом.

ПР5. Дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога та здійснювати рефлексію власної діяльності.

<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Компетентності, набуті здобувачем освіти у процесі вивчення освітнього компонента «Основи травмофокусованої когнітивно-поведінкової терапії», можуть бути використані як у професійній діяльності психолога, так і в повсякденному житті.</p> <p>Зокрема, здобувач освіти зможе застосовувати знання та вміння для:</p> <ul style="list-style-type: none"> - глибшого розуміння основ травматерапії; - розвитку навичок емпатійної взаємодії, саморегуляції та рефлексії; - аналізу психологічних станів і поведінки людини, що пережила психотравмуючу подію, або яка перебуває у стресових умовах чи кризовій ситуації; - ефективної консультативної взаємодії та надання базової психологічної підтримки людям, які пережили психотравмуючі події; - запобіганню розвитку психічних розладів, зцілювати їх та сприяти посттравматичному зростанню; - участі у психоосвітницькій та волонтерській діяльності.
<p>Інформаційне забезпечення</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бессел ван дер Колк «Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому», / Бессел ван дер Колк / пер. з англ. Анни Цвіри. Харків: Видавництво «Vivat», 2022, – 624 с. 2. Бербак Л. Лікування посттравматичного стресового розладу: сучасний огляд / Бербак Л., Бремо-Філліпс С., Нійдам М., Макфарлейн А., Верметтен Є. <i>Curr Neuropsychopharmacol</i> 2024, 22(4) С. 557-635. DOI: 10.2174/1570159X21666230428091433 3. Брієр Д., Скотт К. Основи травмофокусованої психотерапії / Д. Брієр, К.Скотт. / пер. з англ. Юлії Ясницької. Львів: Компанія «Манускрипт», 2023, – 440 с. 4. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Д. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію / Д. Вестбрук, Г. Кеннерлі, Д. Кірк. – Львів: Свічадо, 2014, – 410 с. 5. Джудіт Г. Психологічна травма та шлях до видужання / Джудіт Герман / пер. з англ. О. Лизак, О. Наконечної, С. Шлапак ; наук. ред. О. Фільц. – Львів : Видавництво Старого Лева, 2015. – 416 с. 6. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію. Львів: Видавництво УКУ, Свічадо, 2014. 120 с.