

**ПРИВАТНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖНАРОДНИЙ ЕКОНОМІКО-ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ АКАДЕМІКА СТЕПАНА ДЕМ'ЯНЧУКА»**

**ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**ВК 3.2 ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ТА
ЇХ БЛИЗЬКИМ**

Рівень вищої освіти:	другий (магістерський) рівень
Галузь знань:	С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»
Спеціальність:	С4 «Психологія»
Освітня програма:	«Психологія»

Робоча програма з навчальної дисципліни «Психологічна допомога військовослужбовцям та їх близьким» для студентів другого (магістерського) рівня вищої освіти за освітньою програмою «Психологія» спеціальністю С4 «Психологія» галузі знань С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

Розробник: к.психол.н., доцент Терновик Н.А.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології

Протокол № 1 від «27» серпня 2026 року

Завідувач кафедри,
к.психол.н., доцент

(підпис)

(Михальчук Ю.О.)
(прізвище та ініціали)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми «Психологія»

Гарант освітньої програми,
к.психол.н., доцент

(підпис)

(Михальчук Ю.О.)
(прізвище та ініціали)

Схвалено навчально-методичною комісією педагогічного факультету

Протокол № 4 від «28» серпня 2026 року

Голова НМК

(підпис)

(Сойко І.М.)

(прізвище та ініціали)

1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4 Загальна кількість годин 120	Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини	Вибірковий освітній компонент	
		Рік підготовки:	
		2-й	2-й
		Семестр	
		3-й	3-й
	Спеціальність: С4 Психологія ОП Психологія рівень вищої освіти: другий (магістерський)	Лекції	
		20 год.	8год.
		Практичні, семінарські	
		год. 20	год.8
		Самостійна робота	
		80 год.	104 год.
		Вид контролю: залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна «Психологічна допомога військовослужбовцям та їх близьким» присвячена підготовці магістрів психології до професійної діяльності в умовах подолання психологічних наслідків війни. Курс спрямований на освоєння специфіки військової субкультури, механізмів бойової психічної травми та сучасних протоколів надання психологічної допомоги. Особлива увага приділяється комплексному підходу – системній роботі як із самим військовослужбовцем (комбатантом, ветераном), так і з його сімейним оточенням. Програма курсу охоплює широке коло практичних та теоретичних питань: від першої психологічної допомоги на етапах евакуації та декомпресії до тривалої психотерапії посттравматичного стресового розладу (ПТСР) і бойового стресу. Студенти вивчатимуть особливості супроводу сімей військових, специфіку психологічної підтримки в ситуаціях очікування, звільнення з полону, поранення, а також психологію горювання та втрати.

Мета: формування системи цілісних теоретичних знань та практичних компетентностей, необхідних для здійснення ефективної, етичної та професійної психологічної підтримки, супроводу, реабілітації та терапії військовослужбовців (зокрема комбатантів, ветеранів) та членів їхніх родин.

Завданнями навчальної дисципліни є формування у магістрів цілісної системи знань про специфіку військової субкультури, механізми розвитку бойової психічної травми, ПТСР та особливості криз у сімейних системах комбатантів. Курс спрямований на опанування практичними алгоритмами надання першої психологічної допомоги, методами доказової психотерапії травми та технологіями декомпресії і реінтеграції ветеранів. Окремим завданням є підготовка фахівців до психологічного супроводу родин військовослужбовців на етапах очікування, відновлення після поранень або переживання втрати й горювання. Окрім цього, навчання передбачає розвиток професійної етики магістрів, навичок психогігієни та профілактики синдрому емоційного вигорання і вторинної травматизації.

Після вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти: набувають здатності застосовувати знання у практичній діяльності для надання комплексної психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та їхнім родинам: розпізнавання симптомів бойового стресу, ПТСР, гострих реакцій на стрес та суїцидальних ризиків [NICE, VA/DoD]; миттєвого та ефективного розгортання протоколів першої психологічної допомоги (ППД) і декомпресії; реалізації доказових методів психотерапії травми (КІТ, EMDR тощо) під час реабілітації комбатантів; консультування близьких військовослужбовців на етапах очікування, реінтеграції ветерана в родину або подолання кризи втрати й горювання; збереження власного ментального здоров'я та впровадження технік профілактики вторинної травматизації і вигорання.

Після вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти набувають навичок розробляти: програми психологічної реабілітації та реінтеграції для військовослужбовців і ветеранів із урахуванням індивідуального характеру бойової психічної травми; плани кризового втручання та надання екстреної психологічної допомоги в умовах бойових дій, евакуації чи гострих стресових реакцій; проекти психологічного супроводу родин військових, орієнтовані на адаптацію сімейних систем до тривалого очікування, повернення ветерана чи зміни його статусу через поранення; тренінги та методичні рекомендації з психофілактики, підвищення життєстійкості (резильєнтності), саморегуляції та запобігання суїцидальним ризикам для особового складу; стратегії індивідуальної психогігієни та профілактики професійного вигорання і вторинної травматизації для фахівців допоміжних професій.

3. Програма навчальної дисципліни

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Теоретико-методологічні основи військової психотравматології та кризового втручання

Тема 1. Вступ до військової психології та психотравматології. Феномен бойової психічної травми. Травма та її наслідки для психічного здоров'я військовослужбовців. Завдання психологічної реабілітації військовослужбовців.

Література: основна – [1, 2, 3, 4]; допоміжна – [9, 10, 11].

Тема 2. Посттравматичний стресовий розлад: діагностика, симптоматика, етапи. Психологічні наслідки участі у бойових діях. Поняття бойового стресу. Методи психологічної допомоги при ПТСР.

Література: основна – [2, 4, 5, 6]; допоміжна – [9, 11, 12, 13].

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. Особливості консультування військовослужбовців та ветеранів.

Тема 3. Психологічне консультування військовослужбовців та кризова інтервенція. Індивідуальні та групові консультації; консультування з питань кар'єри; особливості допомоги військовослужбовцям, які зловживають психоактивними речовинами; мотиваційне інтерв'ювання; стосунки психолога і клієнта.

Література: основна – [1, 2, 3]; допоміжна – [10, 12, 14, 15].

Тема 4. Психологічне консультування військовослужбовців, звільнених з полону. Робота з військовослужбовцями, які зазнали тортур та інших жорстоких або таких, що принижують гідність, видів поведінки; робота з їхніми сім'ями та військовослужбовцями з тяжкими наслідками бойових поранень.

Література: основна – [1, 3, 7]; допоміжна – [9, 10, 15].

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. Техніки та методи психологічної реабілітації військовослужбовців та їх сімей.

Тема 5. Тренінги з психологічної стійкості. Розвиток навичок саморегуляції, управління стресом та емоційною стабільністю.

Література: основна – [1, 3, 5, 7]; допоміжна – [9, 12, 14].

Тема 6. Психоедукація. Навчання військовослужбовців та їхніх родин основ психологічного здоров'я, розпізнавання симптомів стресу та методів його подолання.

Література: основна – [2, 3, 5]; допоміжна – [9, 10, 11, 13].

Тема 7. Методи релаксації та медитації. Використання технік глибокого дихання, прогресивної м'язової релаксації та медитацій для зниження тривожності й покращення самопочуття.

Література: основна – [1, 2, 3]; допоміжна – [9, 12, 14].

Тема 8. Техніки відновлення: арттерапія, когнітивно-поведінковий підхід. Використання ізотерапії, мандалотерапії, колажування та наративних практик для безпечного опрацювання травматичного досвіду.

Література: основна – [1, 2, 3, 5]; допоміжна – [11, 12, 14, 16].

Тема 9. Мультимодальні та тілесно-орієнтовані техніки реабілітації військовослужбовців. Метод зниження стресу BASIC Ph, Trauma Release Exercises (TRE), прогресивна м'язова релаксація за Джекобсоном і дихальні техніки регуляції.

Література: основна – [1, 3, 5]; допоміжна – [9, 10, 14, 16].

Тема 10. Сімейна реабілітація: відновлення партнерської та батьківсько-дитячої взаємодії. Протоколи парної терапії (CBCT for PTSD), відновлення емоційної близькості, зниження експресованої емоційності в родині та залучення дітей.

Література: основна – [1, 3, 7]; допоміжна – [9, 10, 14, 15].

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	Усього	у тому числі				Усього	у тому числі			
		л	п	лаб	с/р		л	п	лаб	с/р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні основи військової психотравматології та кризового втручання										
Тема 1. Вступ до військової психології та психотравматології.	12	2	2		8	12	2			10
Тема 2. Посттравматичний стресовий розлад: діагностика, симптоматика, етапи	12	2	2		8	12	2			10
Змістовий модуль 2. Особливості консультування військовослужбовців та ветеранів										
Тема 3. Психологічне консультування військовослужбовців та кризова інтервенція	12	2	2		8	12				12
Тема 4. Психологічне консультування військовослужбовців, звільнених з полону	12	2	2		8	12		2		10
Змістовий модуль 3. Техніки та методи психологічної реабілітації військовослужбовців та їх сімей										
Тема 5. Тренінги з психологічної стійкості, що спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, управління стресом та емоційною стабільністю	12	2	2		8	12	2			10

Тема 6. Психоедукація: навчання військовослужбовців та їхніх родин основ психологічного здоров'я, розпізнавання симптомів стресу та методів його подолання	12	2	2		8	12		2		10
Тема 7. Методи релаксації та медитації: використання технік глибокого дихання, прогресивної м'язової релаксації та медитацій для зниження рівня тривожності та покращення загального самопочуття	12	2	2		8	12	2			10
Тема 8. Техніки відновлення: арттерапія, тілесно- орієнтовані методи, когнітивно- поведінковий підхід	12	2	2		8	12		2		10
Тема 9. Мультиmodalьні та тілесно-орієнтовані техніки реабілітації військовослужбовців.	12	2	2		8	12				12
Тема 10. Сімейна реабілітація: відновлення партнерської та батьківсько-дитячої взаємодії.	12	2	2		8	12		2		10
Усього	120	20	20		80	120	8	8		104

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Вступ до військової психології та психотравматології	2/-
2	Посттравматичний стресовий розлад: діагностика, симптоматика, етапи	2/-

3	Психологічне консультування військовослужбовців та кризова інтервенція	2/-
4	Психологічне консультування військовослужбовців, звільнених з полону	2/2
5	Тренінги з психологічної стійкості, що спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, управління стресом та емоційною стабільністю	2/-
6	Психоедукація: навчання військовослужбовців та їхніх родин основ психологічного здоров'я, розпізнавання симптомів стресу та методів його подолання	2/2
7	Методи релаксації та медитації: використання технік глибокого дихання, прогресивної м'язової релаксації та медитацій для зниження рівня тривожності та покращення загального самопочуття	2/-
8	Техніки відновлення: арттерапія, тілесно-орієнтовані методи, когнітивно-поведінковий підхід	2/2
9	Мультиmodalьні та тілесно-орієнтовані техніки реабілітації військовослужбовців.	2/-
10	Сімейна реабілітація: відновлення партнерської та батьківсько-дитячої взаємодії.	2/2
Разом		20/8

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Вступ до військової психології та психотравматології	8/10
2	Посттравматичний стресовий розлад: діагностика, симптоматика, етапи	8/10
3	Психологічне консультування військовослужбовців та кризова інтервенція	8/12
4	Психологічне консультування військовослужбовців, звільнених з полону	8/10
5	Тренінги з психологічної стійкості, що спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, управління стресом та емоційною стабільністю	8/10
6	Психоедукація: навчання військовослужбовців та їхніх родин основ психологічного здоров'я, розпізнавання симптомів стресу та методів його подолання	8/10
7	Методи релаксації та медитації: використання технік глибокого дихання, прогресивної м'язової релаксації та медитацій для зниження рівня тривожності та покращення загального самопочуття	8/10
8	Техніки відновлення: арттерапія, тілесно-орієнтовані методи, когнітивно-поведінковий підхід	8/10
9	Мультиmodalьні та тілесно-орієнтовані техніки реабілітації військовослужбовців.	8/12
10	Сімейна реабілітація: відновлення партнерської та батьківсько-дитячої взаємодії.	8/10
Разом		80/104

7. Завдання для опрацювання тем дисципліни

Назва теми	Зміст завдання для відпрацювання пропущених занять і невиконаних завдань	Форми контролю	Література	Кількість балів
Тема 1. Вступ до військової психології та психотравматології	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1) Медіа-аналіз «Погляд крізь екран: Бойова травма в кінематографі». Студент має обрати один художній або документальний фільм, який глибоко висвітлює досвід війни та психотравми («Американський снайпер», «Повелитель бурі», «Наші котики» або документальні стрічки про українських ветеранів) та написати психологічне есе (до 3 сторінок), де необхідно аналізувати не сюжет, а психологічні маркери: які прояви бойового стресу чи травми показано, як трансформується особистість героя, чи присутні елементи дезадаптації і як реагує його оточення (через призму концепцій військової психотравматології). 2. Проект «Психологічний словник військового сленгу». Студентам пропонується дослідити та зібрати 10–15 розповсюджених сленгових виразів, метафор або гумористичних фраз, які використовують військовослужбовці в зоні бойових дій або після повернення. Студент має пояснити, яку захисну функцію психіки виконує кожна фраза (наприклад, гумор як копінг-стратегія, дисоціація, інтелектуалізація страху) та як психологу використовувати цей сленг для встановлення рапорту. 3. Моделювання «Лист цивільному від комбатанта» Базуючись на	основна – [1, 2, 3, 4]; допоміжна – [9, 10, 11].	6

		вивченні феномену «культурного та смислового розриву» між військовими та цивільним суспільством, студенту необхідно написати рефлексивний твір від імені військовослужбовця, який щойно повернувся з фронту. Текст-монолог «Що я хочу, щоб ти знав про мій досвід». У листі мають бути художньо, але психологічно точно відображені труднощі перекладу бойового досвіду на цивільну мову, зміна системи цінностей, загострене почуття справедливості та бар'єри у спілкуванні, з якими стикається ветеран на перших етапах адаптації.		
Тема2. Посттравматичний стресовий розлад: діагностика, симптоматика, етапи	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1. Психосвітний проєкт «Картки резильєнтності: Поясни ПТСР без термінів». Суть завдання: Одне з найважчих завдань психолога на етапі стабілізації - провести психосвіт для військового чи його родини так, щоб складні нейробіологічні процеси (робота амігдали, гіпокамп) стали зрозумілими і знизили рівень самостигматизації. Студенти мають метафорично та простою мовою (без використання важкого психологічного жаргону) пояснити суть симптомів (наприклад, чому виникають флешбеки або чому тіло постійно «напоготові») та надати 2–3 практичні техніки саморегуляції. 2. Творча майстерня «Реконструкція нарративу: від флешбеку до спогаду». Завдання фокусується на фазі конфронтації та переробки травми, коли хаотичний, емоційно заряджений спогад («гаряча пам'ять») трансформується в інтегровану хронологічну історію («холодна пам'ять»). Студент моделює та прописує два варіанти монологу клієнта-комбатанта про одну й ту саму болючу подію.	основна – [2, 4, 5, 6]; допоміжна – [9, 11, 12, 13]	6

		Перший варіант – це опис події під час гострого флешбеку (хаотичний, фрагментарний, у теперішньому часі, наповнений фізіологічним жахом). Другий варіант – опис тієї ж події після успішної терапії на етапі інтеграції (у минулому часі, зрілий, хронологічний, із визначенням власного досвіду та нових сенсів). До текстів додається психологічний коментар автора.		
Тема 3. Психологічне консультування військовослужбовців та кризова інтервенція	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття;	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1. «Шпаргалка кризового консультанта». Створити Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1. Завдання кишеньковий ламінований чек-лист або інфографіку для цивільних психологів, які починають працювати у військових госпіталях. Максимум 2 сторінки А5. Має містити перелік «Стоп-фраз» (чого ніколи не можна говорити військовому), алгоритм дій при флешбеці клієнта прямо під час сесії та контакти швидкого реагування для перенаправлення до психіатра. 2. Дизайн терапевтичного простору «Кімната стабілізації». Студентам пропонується побудувати концепцію ідеального сенсорного та психологічного простору для першого етапу допомоги при ПТСР (для ветеранського хабу або реабілітаційного центру). Необхідно розробити зони, враховуючи тригери військових: розташування меблів (щоб ветеран бачив вхід і вікна – протидія гіперпильності), освітлення, кольорова гама, наявність інструментів для заземлення (обважнювачі, текстурні елементи, аудіо-супровід). Кожне дизайнерське рішення має мати чітке клінічне обґрунтування.	основна – [1, 2, 3]; допоміжна – [10, 12, 14, 15].	6

Тема 4. Психологічне консультування військово-службовців, звільнених з полону	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття, опрацювання методики;	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів, Реферат / презентація «Особливості індивідуальної та групової психологічної допомоги військовослужбовцям». Творчі завдання: 1 Розробка «Протоколу перших 72 годин» у вигляді покрокового візуального гайду для військового психолога. Студенти мають прописати: Екологічний рапорт: як підійти, як представитися, які перші слова сказати (враховуючи, що людина довгий час перебувала під повним контролем ворога). Фізичний та сенсорний простір: як організувати першу бесіду (світло, їжа, вода, можливість самостійно приймати рішення навіть у дрібницях – «хочеш сісти чи постояти?», «чай чи каву?», що повертає контроль над життям). Реакція на дезорієнтацію: алгоритм дій, якщо військовий демонструє синдром «втраченого часу» або страх відкритого простору. 2. Психологічне есе «Аналіз феномену виживання та збереження Я-ідентичності». Студентам пропонується проаналізувати мемуари, глибокі інтерв'ю або документальні проєкти про українських військовослужбовців, які пройшли через тривалий полон (наприклад, захисників «Азовсталі», морпіхів тощо). Фокус має бути не на жахах катувань, а на ресурсах резильєнтності (життєстійкості). Аналітичне есе-концептуалізація (до 4 сторінок). Магістр повинен з наукового погляду пояснити, які саме психологічні механізми захисту допомогли особистості вистояти й не розпастися в умовах дегуманізації. Необхідно проаналізувати використання копінг-стратегій (внутрішній опір, ментальні втечі, релігійні чи	основна – [1, 3, 7]; допоміжна – [9, 10, 15].	6
--	--	--	--	----------

		ціннісні якірці, гумор, збереження мікроритуалів) та зробити висновок, як психолог може спиратися на ці «ресурси виживання» у подальшому консультуванні. 3. Творча лабораторія «Трансформація токсичної провини: робота з наративом». Студент прописує фрагмент консультації (етап реінтеграції), де застосовує техніки когнітивної реструктуризації або наративної практики. Завдання – творчо й етично показати процес розплутування «токсичної провини» клієнта, зміщення фокусу з «я здався/мене зламали» на «я вижив у нелюдських умовах і зберіг те, що зміг». Скрипт має містити коментарі психолога щодо кожної своєї репліки. 4. Психосовітній гайд «Міст повернення: Інструкція для родини». Психосовітня пам'ятка або серія інтерактивних карток для членів родин. Магістри мають розробити лаконічний, чутливий інструмент, який пояснює близьким: Чому їхній коханий/кохана може бути «емоційно німим» або навпаки – спалахувати гнівом. Перелік «Стоп-запитань» (наприклад: «Що вони з тобою там робили?», «Чому ви здалися?», «Ти нас ще кохаєш?»). Правила безпечної реінтеграції в побут (повернення права на приватність, поступове залучення до сімейних справ, табу на раптові гучні звуки чи сюрпризи).		
Тема 5. Тренінги з психологічної стійкості, що спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, управління стресом та емоційною стабільністю	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів, психологічне есе на тему: «Когнітивно-поведінковий підхід до відновлення психічного здоров'я». Творчі завдання: 1. Проєкт-конструктор «Психологічний органайзер стійкості (Resilience Box)».	основна – [1, 3, 5, 7]; допоміжна – [9, 12, 14].	6

		Розробка концепту матеріального або цифрового «Органайзера стійкості» для військовослужбовців. Студент має спроектувати та описати 5 обов'язкових елементів набору: Кардіо-візуалізатор: графічна схема-тренажер для дихальних технік (наприклад, адаптований під військову тематику варіант «дихання за квадратом»). Сенсорний якір: опис предмета чи мікропрактики, що задіює органи чуття для екстреного заземлення при паніці. Когнітивний щит: картка-шпаргалка з 3–4 копінг-фразами для подолання «тунельного мислення» під час обстрілу чи кризової ситуації. М'язовий релізер: інфографіка мікрорухів або ізометричних вправ (стискання/розтискання) для швидкого зняття м'язового панцира без привернення уваги оточуючих. Ресурсний тригер: техніка активації внутрішнього ментального безпечного простору за допомогою системи «BASIC Ph». 2. Творча лабораторія «Гейміфікація стресостійкості: тренінгова симуляція». Студентам потрібно перетворити суху теорію управління стресом на тренінгову мінігру або симуляційну вправу. Сценарій та правила настільної або рольової мінігри (тривалістю до 20–30 хвилин) для використання в тренінговій групі. Гра має моделювати «життєві виклики» ветерана або військового (наприклад, раптовий гучний звук на вулиці, бюрократична перепона, конфлікт у родині). Студенти прописують механіку гри: які картки «стресових подій» випадають учасникам та які картки «навичок саморегуляції» (когнітивний рефреймінг, заземлення, шеринг) вони мають застосувати, щоб зберегти свій «маркер емоційного балансу». 3.		
--	--	--	--	--

		Психологічне есе-деконструкція «Аналіз фільму через призму резильєнтності». Аналітичне есе (до 3–4 сторінок). Магістр обирає художній фільм або автобіографічну книгу (наприклад, праці Віктора Франкла, спогади військових медиків чи ветеранів), де герої перебувають в екстремальних умовах тривалого стресу. Завдання – деконструювати поведінку персонажа: які саме навички саморегуляції (свідомі чи інтуїтивні) він використовував, як утримував емоційну стабільність, які когнітивні стратегії захищали його Я-ідентичність від руйнації та як цей досвід можна інтегрувати в сучасну тренінгову програму для наших захисників.		
Тема 6. Психоедукація: навчання військовослужбовців та їхніх родин основ психологічного здоров'я, розпізнавання симптомів стресу та методів його подолання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1. «Психоедукаційний бокс першої допомоги». Завдання: Створити макет або прототип фізичного чи цифрового «боксу» (набору карток, буклетів чи інтерактивного PDF), який військовий може взяти з собою, або який родина тримає вдома. Студенти мають перекласти складні наукові терміни мовою за допомогою метафор та візуальних образів. Що має містити бокс: 3 експрес-техніки саморегуляції (дихання, заземлення). «Трекер емоційного стану» для самодіагностики. Шпаргалку: «Що зі мною відбувається?» (короткий опис проявів гострого стресу). 2. Створення інтерактивного скрипту для чат-бота. Завдання: розробити логіку та контент (дерево відповідей) для психоедукаційного чат-бота у Telegram/Viber для членів родин військовослужбовців. Прописати сценарії під різні запити: «Чоловік приїхав у відпустку і закотився в собі», «Дитина боїться гучних звуків», «Як підтримати себе, коли немає	основна – [2, 3, 5]; допоміжна – [9, 10, 11, 13].	6

		зв'язку». Завдання вчить писати лаконічні, емпатичні та терапевтичні текстові повідомлення. 3. Режисура та сценарій соціального відеоролика (ТікТок / Reels)Завдання: Написати детальний сценарій (із розкадровкою) для 60-секундного відео на тему: «Нормальна реакція на ненормальні обставини: розвінчуємо міфи про ПТСР». Студенти мають знайти візуальні образи, які допоможуть знизити рівень стигматизації психологічної допомоги серед військових. Замість сухої лекції – чіткий, динамічний сюжет, який чіпляє з перших секунд. 4. Проєкт «Листи підтримки: зворотний бік». Завдання: Написати два терапевтичні листи-інструкції. Перший – від імені військового до родини («Що мені допомагає і що мене ранить у спілкуванні з вами, коли я на фронті»). Другий – від родини до військового («Як ми чекаємо і як справляємося зі своїм страхом»).		
Тема 7. Методи релаксації та медитації: використання технік глибокого дихання, прогресивної м'язової релаксації та медитацій для зниження рівня тривожності та покращення загального самопочуття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів, Реферат / презентація «Профілактика та саморегуляція військовослужбовців та їх родин». Творчі завдання: 1. Розробка трансформаційної настільної гри «Шлях до Своїх». Завдання: Створити концепцію, правила та ігрові картки для настільної психоедукаційної гри, в яку можуть грати військовослужбовці разом із дружинами/чоловіками під час реабілітації. 2.«Модифікація під тригер». Студенту надається кейс військовослужбовця з ПТСР, який має сильні тілесні тригери (наприклад, заплющування очей викликає флешбеки, а тиша посилює параною). Завдання: переписати класичний скрипт	основна – [1, 2, 3]; допоміжна – [9, 12, 14].	6

		прогресивної м'язової релаксації (за Джекобсоном) або медитації заземлення так, щоб він став безпечним для цього клієнта, обґрунтувати, чому він прибрав або замінив певні команди (наприклад, замінив «заплющте очі» на «зафіксуйте погляд на безпечній точці в кімнаті»). 3. «Скрипт екстреного дихання в "полі"». Уявіть, що ви працюєте з ветераном, у якого починається панічна атака в публічному місці (наприклад, у черзі в супермаркеті). Розробіть 3-хвилинний непомітний для оточуючих алгоритм дихання та заземлення, який військовий може застосувати самостійно, не привертаючи зайвої уваги. Створити для цього кишенькову «картку-інфографіку».		
Тема 8. Техніки відновлення: арттерапія, тілесно-орієнтовані методи, когнітивно-поведінковий підхід	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1. Проєкт «Реконструкція руйнувань» (Робота з деструкцією) Розробити покроковий протокол арттерапевтичної сесії, де учаснику (військовому або члену родини) пропонується спочатку створити експресивний малюнок свого болю/гніву, потім екологічно розірвати його (або розбити глиняну заготовку), а після – зібрати з цих шматочків абсолютно новий колаж чи об'єкт, додаючи нові сенси (кольори, нитки, текстури). Прописати терапевтичні метафори та «безпечні запитання» для етапу обговорення (шерингу), які переведуть фокус з руйнування на посттравматичне зростання. 2. Створення авторської колоди МАК «Поза межами слів». Створити концепцію та візуальні референси (із детальним ТЗ для дизайнера або за допомогою ШІ) для 10 карток метафоричних асоціативних карт, розроблених спеціально для військових, яким	основна – [1, 2, 3, 5]; допоміжна – [11, 12, 14, 16].	6

		важко вербалізувати свій досвід («ефект моторного німування»). Студенти мають розробити 3 різні техніки роботи з цією колодою: для індивідуальної роботи з комбатантом, для парної сесії (чоловік-дружина) та для роботи з дитиною, яка чекає на батька/матір. 3. Конструювання «Карти тілесної пам'яті та безпеки». Розробити партитуру (сценарій) тілесно-орієнтованого заняття, яке поєднує методи соматичного переживання (П. Левін) та прогресивної м'язової релаксації (за Джекобсоном), але адаптовану під мілітарну специфіку. Замість стандартних інструкцій розслаблення, студенти мають створити «цивільні заземлюючі метафори». 4. Відео-гайд «Тілесні мікропрактики для окопу та тилу». Завдання: записати короткий відеоролик (або створити детальний інфографічний гайд), де магістр сам демонструє 3 непомітні для оточуючих тілесні техніки (наприклад, ізометрична релаксація, специфічні рухи очима для десенсибілізації, робота з дихальними циклами), які військовий може виконати на позиції, а його дружина – під час панічної атаки під час тривоги. 5. «Рефреймінг бойового досвіду» (Трансформація когнітивних спотворень). Розробити робочий зошит (Workbook) із 5 вправ для військового, що базується на методах КПТ та АСТ (терапія прийняття та відповідальності). Створити техніку переформулювання «Військової навички» у «Цивільну суперсилу».		
Тема 9. Мультимодальні та тілесно-орієнтовані техніки реабілітації військовослужбовців.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1. Створення індивідуального «Мультимодального профілю стійкості (BASIC Ph)». На основі	основна – [1, 3, 5]; допоміжна – [9, 10, 14, 16].	6

		реального або змодельованого складного кейсу дезадаптованого комбатанта розробити індивідуальну карту реабілітації. Магістри мають придумати «інтермодальні містки». Як через сильний канал (наприклад, Когніцію або Віру) м'яко зайти у заблокований канал Тіла та Емоцій, не викликаючи ретравматизації та сильного психологічного захисту. 2. Проєкт «Мультисенсорна кімната розвантаження: архітектура відновлення». Завдання: Розробити детальний проєкт (технічне завдання, концепцію та зонінг) для мобільної або стаціонарної кімнати психологічного розвантаження в реабілітаційному центрі. Студенти мають обґрунтувати кожен модальний стимул з точки зору нейробіології травми: Аудіоканал: Які саме частоти й звуки (наприклад, бінауральні ритми, рожевий шум) використовуються, чому виключені різкі звуки природи (птахи, шурхіт лісу можуть тригерити спогади про «зеленку»). Візуальний канал: Світлові сценарії, що стабілізують вегетативну нервову систему. Тактильно-кінестетичний канал: Важкі ковдри, текстурні стіни, балансувальні платформи. 3. Розробка воркшопу «Театр тіней: Екстерналізація бойового досвіду». Поєднання арттерапії, тілесної експресії та мультимодальності. Коли комбатант не може говорити про пережите, він може показати це через рух або пластику, деформує досвід у безпечний простір сцени. Завдання: Написати сценарій і методичні рекомендації для 3-годинного групового заняття з використанням елементів боді-майнд центурингу (ВМС) та плейбек-театру. Створити		
--	--	--	--	--

		алгоритм трансформації «пластичного застигання» (freeze) або «оборонної позиції» в танець чи рух, який символізує звільнення, повернення контролю над власним тілом та інтеграцію цього досвіду як сили, а не руйнування. 4. Кейс-лабораторія «Гіперпильність як інструмент: Перезавантаження». Завдання: Створити поведінково-соматичний тренажер для комбатантів у тилу. Гіперпильність (постійний пошук небезпеки, сканування вікон, дахів, пасажирів у транспорті) виснажує нервову систему. Розробити тілесну гру/вправу (експеримент), яка дозволяє комбатанту свідомо вмикати й вимикати режим «сканування». Студенти мають протестувати цю вправу один на одному й описати критерії перемикання симпатичної нервової системи на парасимпатичну..		
Тема 10. Сімейна реабілітація: відновлення партнерської та батьківсько-дитячої взаємодії.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Творчі завдання: 1 Моделювання кейс-сценарію «Перебудова сімейного контракту». Поки військовий був на фронті, дружина взяла на себе всі функції голови родини (фінанси, рішення, побут). Після повернення виникає криза розподілу ролей та влади в системі. Завдання: Створити настільний або картковий терапевтичний інструмент (набір карток-метафор), який пара заповнює разом під час сесії, для «легального» та безпечного обговорення нових обов'язків. Розробити гру «Архітектори нашого дому». Студенти мають прописати інструкцію, як за допомогою арттерапевтичних матеріалів (лего, пластилін, блоки) пара будує нову модель родини, проговорюючи: «Які обов'язки я хочу повернути тобі», «Що я хочу	основна – [1, 3, 7]; допоміжна – [9, 10, 14, 15].	6

		залишити собі», «Де нам потрібна спільна опора. 2. Протокол соматично-інтегрованої сесії «Повернення близькості». Сексуальна та емоційна близькість після фронту часто заблокована через гіперпильність, страх дотиків або емоційне оніміння бійця. Розробити покроковий гайд-рекомендацію для терапевтичної сесії, що базується на емоційно-фокусованій терапії (ЕФТ) та тілесних практиках заземлення. Прописати алгоритм вправи «Безпечні кордони дотику». Магістри мають скласти лінгвістичний маркер (скрипт) для партнера: як правильно пропонувати дотик, як реагувати на тілесний відкат або завмирання військового без почуття провини чи образи. 3. Написання «Терапевтичної казки про повернення Воїна». Діти часто не розуміють змін у поведінці батька/матері (мовчазність, спалахи гніву, відстороненість) і схильні вініти себе в цьому («Тато мене більше не любить»). Завдання: Створити авторську бібліотерапевтичну казку для дітей різного віку (на вибір: 4-7 років або 8-12 років), яка пояснює психологічний стан ветерана через метафори. До казки магістр має додати методичку для мам/тата: які 5 запитань поставити дитині після прочитання, щоб виявити її приховані страхи. 4. Проєкт інтерактивного інтенсиву «День спільних винаходів». Розробити сценарій 4-годинного сумісного воркшопу для комбатантів та їхніх дітей (віком 6-10 років) з використанням методів ігротерапії та спільного конструювання. 5. Трансформація сімейного ритуалу: «Нова традиція». Старі сімейні традиції часто стають		
--	--	--	--	--

		неможливими через травму (наприклад, гучні свята в ТРЦ тригерять ветерана). Родині потрібні нові стабілізуючі ритуали. Завдання: Скласти психотерапевтичну програму сесії з реструктуризації сімейного дозвілля на основі моделі BASIC Ph (акцент на каналах Social та Physical). Студенти мають розробити покрокову інструкцію для створення «Сімейної капсули спокою» (наприклад, вечірній ритуал чаювання зі специфічними правилами комунікації, де кожен ділиться лише однією тілесною приємністю за день), яка допомагає знизити загальну тривожність у домі. 6. Кейс-лабораторія «Скрипт подолання сімейного колапсу». Завдання: розробити кризову картку-інструкцію для родини на випадок, якщо у ветерана вдома стається гострий спалах афекту (агресія) або інтрузивний спогад (флешбек). Магістри мають написати дві чіткі інфографіки: Для дружини: Як діяти тілесно й вербально, щоб не стати мішенню і водночас допомогти (безпечна дистанція, тон голосу, виведення дітей). Для дитини (у формі коміксу): Що робити, якщо «тато/мама дуже сильно засумували або розсердилися» (правило безпечного простору).		
--	--	--	--	--

Індивідуальні завдання

1. Підготувати презентації на теми:
 - «Ефект "моторного німування" у ветеранів: Методи подолання вербального блоку через тілесно-орієнтовані практики».
 - «Десенсибілізація та репроцесуалізація рухом очей (EMDR): Протокол застосування при гострій бойовій травмі».
 - «Трансформація «військових автоматизмів» у «цивільні суперсили»: Техніки когнітивно-поведінкового рефреймінгу».
 - «Феномен «провини вцілілого» (Survivor's Guilt): Схеми КПТ-інтервенцій та екзистенційні підходи в терапії».
 - «Нейрогенний тремор (метод TRE Девіда Берселі): Фізіологічні механізми та адаптація вправ під умови шпиталю».

«Психологічні особливості реабілітації військових із ампутаціями: Робота з образом тіла та фантомним болем».

«Емоційно-фокусована терапія (ЕФТ) для відновлення партнерської близькості після тривалого розлучення через війну».

«Феномен вторинної травматизації (втоми від співчуття) у дружин/чоловіків військовослужбовців: Стратегії самодопомоги».

«Реструктуризація сімейних ролей та "нового сімейного контракту" після повернення ветерана з фронту».

«Як говорити з дитиною про бойовий досвід батька/матері: Бібліотерапія та використання метафоричних казок».

«Психологічна підтримка родин, які чекають на звільнення близьких із полону або мають статус "зниклі безвісти"».

«Застосування інтегративної моделі BASIC Ph для оцінки та розширення індивідуальних каналів стресостійкості комбатанта».

«Мистецтво Кінцугі в арттерапії військових: Метафора відновлення та посттравматичного зростання».

«Гейміфікація в сімейній реабілітації: Розробка трансформаційних ігор для подолання відчуження між ветераном і родиною».

«Використання метафоричних асоціативних карт (МАК) для безпечної екстерналізації травматичних спогадів».

«Плейбек-театр та театральні соматичні практики як інструмент дестигматизації та реінтеграції ветеранів у суспільство».

«Алгоритм дій психолога та родини при гострих інтрузивних станах (флешбеках) та панічних атаках у ветеранів».

«Оцінка суїцидального ризику серед демобілізованих військовослужбовців: Маркери небезпеки та кризова інтервенція».

«Етичні дилеми військового психолога: межа між збереженням конфіденційності та безпекою особового складу/оточення».

8. Методи навчання

Методи навчання у межах дисципліни «Психологічна допомога військовослужбовцям та їх близьким» спрямовані на формування у здобувачів освіти здатності до надання необхідної допомоги людям у вигляді рекомендацій щодо розв'язання їхніх психологічних проблем.

У навчальному процесі застосовуються:

- лекційні заняття з елементами проблемного викладу та мультимедійного супроводу;
- практичні та семінарські заняття, що передбачають аналіз кейсів, розв'язання ситуаційних завдань і роботу з реальними кейс-прикладами;
- інтерактивні методи (робота в парах (психолог-клієнт), трійках (психолог-клієнт-спостерігач) з подальшим аналізом, міні-дискусії, рольові ігри, мозкові штурми, ділові ігри), спрямовані на розвиток навичок прийняття спільних командних рішень;
- самостійна робота студентів за керівництва викладача, що включає опрацювання наукових та аналітичних матеріалів, використання сучасних інформаційних ресурсів.

9. Методи контролю

При вивченні здобувачами вищої освіти курсу «Психологічна допомога військовослужбовцям та їх близьким» застосовуються такі методи оцінювання набутих знань:

- поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять, і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача до виконання конкретної роботи. Поточний контроль реалізується у формі опитування, оцінювання активності на заняттях, розв'язання ситуаційних завдань та кейсів тощо;

- контроль самостійної роботи, представлення презентацій, доповідей, психологічних есе тощо;
- індивідуальне опитування;
- поточне тестування;
- аналіз та оцінювання результатів навчання;
- підсумковий контроль.

10. Питання гарантованого рівня знань здобувачів вищої освіти

1. Особливості військової психотравматології та кризового втручання.
2. Поняття, мета та принципи психологічної реабілітації.
3. Військова психологія як наукова основа психологічної підтримки та реабілітації.
4. Психологічні наслідки бойового досвіду та бойового стресу.
5. Механізми психологічної адаптації військовослужбовців у бойових умовах.
6. Види психологічної травми у військових.
7. Психологічні особливості військовослужбовців, які повертаються до мирного життя.
8. Посттравматичні стани та їх подолання.
9. Поняття посттравматичного стресового розладу (ПТСР).
10. Ознаки, динаміка та фази ПТСР.
11. Методи діагностики посттравматичних станів.
12. Відмінність між бойовим стресом, гострою стресовою реакцією та ПТСР.
13. Психологічні механізми подолання травми (копінг-стратегії).
14. Підходи до лікування і психологічної реабілітації осіб із ПТСР.
15. Методи психологічної реабілітації військовослужбовців.
16. Кризова інтервенція: структура, етапи, техніки.
17. Індивідуальна та групова психологічна допомога військовослужбовцям.
18. Арттерапевтичні методи у роботі з військовими.
19. Тілесно-орієнтована терапія у подоланні наслідків травматичного досвіду.
20. Когнітивно-поведінковий підхід до відновлення психічного здоров'я.
21. Використання методу EMDR (десенсибілізації та переробки рухами очей) у роботі з ПТСР.
22. Психологічна підтримка сімей військовослужбовців.
23. Психологічні особливості сімей, які переживають участь члена родини у бойових діях.
24. Типові проблеми сімей військовослужбовців після повернення з фронту.
25. Механізми сімейної адаптації та підтримки.
26. Робота психолога з членами родини військового: алгоритм дій.
27. Психологічна допомога дітям військовослужбовців.
28. Соціальні служби, програми та ініціативи підтримки сімей ветеранів.
29. Профілактика та саморегуляція військовослужбовців та їх родин.
30. Психологічна профілактика професійного вигорання у військових психологів.
31. Методи самопомогі і саморегуляції для фахівців, які працюють з травмою.
32. Етичні принципи роботи психолога з військовослужбовцями та їхніми родинами.
33. Психологічна культура спілкування у системі «психолог – військовий – сім'я».
34. Супервізія та підтримка психологів, які працюють у сфері військової реабілітації.
35. Основні напрямки розвитку системи психологічної реабілітації в Україні.
36. Психологічне консультування військовослужбовців та кризова інтервенція.
37. Психологічне консультування: індивідуальні та групові сесії з кваліфікованими психологами для обговорення та вирішення особистих проблем та переживань.
38. Особливості психологічного консультування військовослужбовців, які зловживають психоактивними речовинами.

39. Мотиваційне інтерв'ювання. Специфіка стосунків психолог – клієнт у ситуації надання психологічної допомоги.
40. Психологічне консультування військовослужбовців, звільнених з полону.
41. Робота психолога з військовослужбовцями, які піддавалися тортурам та іншим жорстоким або таким, що принижують гідність, видам поводження та покарання
42. Особливості психологічної роботи з сім'ями військовослужбовців, постраждалих від полону й тортур.
43. Психологічна практика з військовослужбовцями, які мають важкі наслідки бойових поранень.
44. Психологічна оцінка суїцидального ризику у військовослужбовців.
45. Превентивні психологічні заходи з попередження розвитку дезадаптації у військовослужбовців (невротичних та психічних розладів, пресуїцидальних форм поведінки) в умовах воєнного конфлікту та після його завершення.
46. Мультимодальні та тілесно-орієнтовані техніки реабілітації комбатантів.
47. Метод зниження стресу BASIC Ph, соматична типізація Trauma Release Exercises (TRE).
48. Прогресивна м'язова релаксація за Джекобсоном, дихальні техніки регуляції.
49. Сімейна реабілітація: відновлення партнерської та батьківсько-дитячої взаємодії.
50. Протоколи парної терапії (CBCT for PTSD), відновлення емоційної близькості.
51. Техніки зниження експресованої емоційності в родині, методики екологічного залучення дітей.

11. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне оцінювання та самостійна робота										Підсумковий тест (залік)	Сума
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль №2		Змістовий модуль №3						40	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10		
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		

T1, T2 ... T10 – теми змістових модулів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Критерії оцінювання	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Студент виявляє особливі творчі здібності, глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміє аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку; застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних задач; володіє вмінням надавати чітку аргументовану відповідь на поставленні питання	зараховано
82-89	B	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи, надає лаконічну відповідь майже на всі поставленні питання; самостійно	

		виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	
74-81	C	Студент вміє оперувати необхідним колом понять та категорій; узагальнювати та систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві	
64-73	D	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, слабке їх застосування при розв'язанні практичних завдань; аналізує навчальний матеріал за допомогою викладача, надає мало аргументовані відповіді, виправляє не всі помилки, значна кількість яких є суттєвими	
60-63	E	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні вищому за початковий, проте має фрагментарне уявлення про деякі поняття та категорії курсу; надає неповне висвітлення змісту питань; має недостатнє вміння зробити аргументовані висновки; відповіді містять значну кількість недоліків і помилок	
35-59	FX	Студент не опанував значну частину матеріалу курсу; не володіє понятійним апаратом; не опрацював базову та допоміжну літературу. Мова не виразна, обмежена, бідна, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання	не зараховано
0-34	F	Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно; допускає суттєві помилки у відповідях на питання, не вміє застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних завдань	

12. Методичне забезпечення

1. Посібники.
2. Опорний конспект лекцій по всіх темах курсу, у тому числі і для самостійного вивчення в електронному вигляді (навчальна платформа Moodle).
3. Завдання та методичні рекомендації до виконання практичних робіт (навчальна платформа Moodle).
4. Пакети контрольних завдань для підсумкового контролю (навчальна платформа Moodle).

13. Рекомендована література

Основна

1. Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій в системі соціальних служб : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.05. Хмельницький, 2018. 559 с.

2. Герасименко Л. О., Скрипніков А. М., Ісаков Р. І. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад : навч. посіб. Київ : ВСВ «Медицина», 2025. 128 с.
3. Балабанова Л., Власов В., Вольнова Л. Ефективність психологічної реабілітації у відновленні після травматичного стресу: порівняльний аналіз методів та підходів. Перспективи та інновації науки. 2024. № 7(41). С. 588–600. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7\(41\)-588-600](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7(41)-588-600).
4. Посттравматичний стресовий розлад під час повномасштабної війни у військовослужбовців / В. Чорна та ін. Молодий вчений. 2023. № 12(124). С. 28–39. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-12-124-28>.
5. Заболотна І. Б., Гуца С. Г., Балашова І. В., Безверхнюк Т. М. Проблемні питання медико-психологічної реабілітації військовослужбовців в Україні. Вісник проблем біології і медицини. 2023. № 2(169). С. 64–74. DOI: <http://dx.doi.org/10.29254/2077-4214-2023-2-169-64-74>.
6. Балашов Е. М., Лозюк С. А. Психологічні аспекти посттравматичного стресового розладу: ключові теорії та сучасні концепції. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія». Острог : Вид-во НаУОА, 2025. № 18. С. 22–27.
7. Асєєва Ю. О., Аймедов К. В., Яцишина А. М. Вплив воєнних дій на розвиток ПТСР у військовослужбовців. Габітус. 2024. Вип. 63. С. 137–141. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.63.23>.
8. Кришталь Є. Психологічні механізми формування посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців та стратегії їх комплексної ресоціалізації. *Bulletin of Kharkiv National University of Internal Affairs*. 2026. С. 292–306. URL: <https://doi.org/10.32631/v.2026.spec.iss.20>

Допоміжна

9. Деякі питання організації реабілітації у сфері охорони здоров'я : постанова Кабінету Міністрів України від 16 грудня 2022 р. № 1462. URL: <https://surl.li/rhckqe>
10. Герасименко Л. О. Посттравматичний стресовий розлад. *НейроNews: психоневрологія та нейропсихіатрія*. 2021. № 8(129). URL: <https://surl.li/tdzxpvr>
11. Мізяківська К., Чубей І. Посттравматичний стресовий розлад: суть, визначення та симптоматика. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві : електронний збірник наукових праць XVII Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції. Вінниця : ВДПУ, 2025. С. 81–84. URL: <https://dspace.vspu.edu.ua/handle/123456789/15893>
12. Гільман А., Кулеша Н. Посттравматичний стресовий розлад (птер): теорія, діагностика та практичні аспекти психотерапії. *European Science*. 2019. Sge14-02. С. 50–66. URL: <https://doi.org/10.30890/2709-2313.2022-14-02-017>
13. Даниленко Т. І. Сутність посттравматичного стресового розладу: історія, критерії діагностики, механізми формування. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 2. С. 25–29. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-2.5>.
14. Бабчук О. Г., Бабчук М. І. Психологія особистості в умовах війни: методологія дослідження. Наукові інновації та передові технології. 2025. № 12(52). С. 678–688. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-12\(52\)-678-688](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-12(52)-678-688).
15. Mishyiev V., Ivashchuk M. Post-traumatic stress disorder in military personnel with personality disorders: clinical and psychopathological features and results of complex treatment. *Ukrainskyi Visnyk Psykhonevrolohii*. 2026. P. 46. DOI: <https://doi.org/10.36927/2079-0325-v34-is1-2026-7>.
16. International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11). World Health Organization. 2019. URL: <https://icd.who.int>

14. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського: www.nbuv.gov.ua
2. Про затвердження Порядку застосування методів психологічного і психотерапевтичного впливу: Наказ МОЗ України від 15.04.2008 № 199. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0577-08>
4. Google Академія: <http://scholar.google.com.ua>