

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ СЕМЕНА КУЗНЕЦЯ

ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні кафедри
психології і соціології
протокол №11 від 07.05.2026 р.

ПОГОДЖЕНО

Проректор з навчально-методичної роботи


Каріна НЕМАШКАЛО



**«Психологічні, комунікаційні й візуальні практики у роботі з травмою»
робоча програма навчальної дисципліни (РПНД)**

Галузь знань **всі**
Спеціальність **всі**
Освітній рівень **перший (бакалаврський)**
Освітня програма **всі**

Статус дисципліни **вибіркова**
Мова викладання,
навчання та оцінювання **українська**

Розробники:
д-р. психол. н., проф.  Наталя АФАНАСЬЄВА

д.е.н., проф.  Тетяна БЛИЗНЮК

д-р. психол. н., доц.  Жанна БОГДАН

к.е.н., доц.  Ірина КІНАС

ст. викл.  Олена АФАНАСЬЄВА

к.е.н., доц.  Ольга ЗИМА

Завідувач кафедри
психології і соціології  Жанна БОГДАН

Харків
2026

ВСТУП

Актуальність навчальної дисципліни полягає у зростаючій потребі суспільства у фахівцях, які володіють сучасними психологічними, комунікаційними та візуальними практиками підтримки особистості в умовах стресу, кризових ситуацій і травматичного досвіду. У міждисциплінарному професійному середовищі ефективна взаємодія з людьми потребує не лише знань про психологічні механізми травми, а й уміння створювати безпечний простір спілкування, використовувати емпатійні комунікаційні стратегії, засоби візуального супроводу та інструменти емоційної саморегуляції. Опанування змісту дисципліни сприяє формуванню професійних компетентностей, необхідних для надання психологічно чутливої підтримки, розвитку резильєнтності, профілактики емоційного виснаження та реалізації людиноцентричного підходу у професійній діяльності представників психології, журналістики, дизайну та інших соціономічних спеціальностей.

Мета навчальної дисципліни: формування у здобувачів вищої освіти компетентностей щодо психологічної підтримки осіб, які пережили травматичний досвід, шляхом опанування психологічних, комунікаційних та візуальних практик, спрямованих на розвиток саморегуляції, емоційної стійкості, емпатійної взаємодії, створення психологічно безпечного простору та підтримку процесів особистісного відновлення і резильєнтності.

Завдання навчальної дисципліни:

- ознайомлення здобувачів освіти з психологічними особливостями травматичного досвіду та реагування особистості на стресові й кризові події;
- формування навичок психологічної стабілізації, емоційної саморегуляції та самодопомоги в умовах травматичного стресу;
- розвиток умінь встановлення та підтримки особистісних кордонів у міжособистісній взаємодії;
- опанування принципів травма-інформованої, емпатійної та психологічно безпечної комунікації;
- формування навичок використання вербальних і невербальних засобів підтримувальної взаємодії;
- ознайомлення з можливостями арт-практик як інструментів емоційної стабілізації, самовираження та психологічного відновлення;
- розвиток умінь застосовувати психологічні практики у роботі з різними цільовими аудиторіями;
- формування здатності організовувати групову взаємодію та створювати підтримувальний психологічний простір;
- розвиток навичок проектування та реалізації практикоорієнтованих заходів із підтримки ментального здоров'я в умовах війни та повоєнного відновлення.

Об'єктом вивчення дисципліни є психологічні особливості переживання травматичного досвіду та процеси психологічної підтримки особистості в умовах стресу, кризи й травматизації.

Предметом навчальної дисципліни є психологічні, комунікаційні та візуальні практики підтримки, стабілізації, саморегуляції та відновлення особистості після травматичного досвіду.

Результати навчання та компетентності, які формує навчальна дисципліна, визначено в табл. 1.

Таблиця 1

Результати навчання та компетентності, які формує навчальна дисципліна

Результати навчання, які формує навчальна дисципліна	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач вищої освіти
Визначати потенціал творчої діяльності як інструмент усвідомлення та регуляції емоційних станів.	Здатність до емоційної саморегуляції. Вміння використовувати арт-практики для стабілізації власного стану та подолання тривожності
Застосовувати структуровані арт-методики (інтуїтивний живопис, метафоричні образи) для зниження рівня напруги та підвищення емоційної стійкості.	Здатність добирати конкретні вправи для зміцнення резилієнтності в умовах воєнних викликів.
Організовувати процеси колективного творення спільних візуальних продуктів (малюнків, карт) для розвитку емпатії та командної роботи	Здатність до фасилітації групової взаємодії. Вміння використовувати візуальні наративи як інструмент комунікації та соціальної інтеграції учасників.
Розробляти конструктивні способи вирішення ситуацій, пов'язаних зі стресом, психологічною травмою та кризовими станами, обирати доцільні форми взаємодії й підтримки	Здатність аналізувати кризові та травматичні ситуації й здійснювати безпечну та підтримувальну взаємодію з урахуванням психологічного стану людини
Розробляти та реалізовувати просвітницькі й практикоорієнтовані заходи з підтримки ментального здоров'я та розвитку психологічної стійкості із використанням психологічних, комунікаційних і візуальних засобів	Здатність організовувати та проводити заходи психоосвітнього, комунікаційного й профілактичного спрямування для різних цільових аудиторій
Застосовувати навички саморегуляції та емоційної стійкості для збереження психічного і фізичного благополуччя та підтримки безпечного середовища	Здатність підтримувати власну психологічну стійкість, емоційну врівноваженість і культуру відповідальної поведінки
Взаємодіяти та здійснювати комунікацію з урахуванням психологічного стану, індивідуальних, культурних і вікових особливостей різних цільових аудиторій у ситуаціях стресу, травми та кризових переживань	Здатність здійснювати толерантну, етично чутливу та психологічно безпечну комунікацію з урахуванням індивідуальних, культурних і вікових особливостей різних цільових аудиторій

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Психологічна стабілізація та саморегуляція в умовах травматичного досвіду

Тема 1. Психологічні механізми травматичного досвіду та шляхи стабілізації

Травматичний досвід: сутність і місце в психічному функціонуванні особистості. Психофізіологічні та психологічні механізми реагування на травматичну подію. Психологічна стабілізація як первинний етап роботи з травматичним досвідом. Психологічна стабілізація як первинний етап роботи з травматичним досвідом.

Тема 2. Саморегуляція, особистісні кордони та навички самопомоги як основа психологічної стійкості

Саморегуляція як механізм відновлення психічної рівноваги після травми. Саморегуляція як практичний процес: тілесні, емоційні, когнітивні та поведінкові способи відновлення рівноваги. Особистісні кордони: функції, порушення та відновлення після травматичних подій. Форми порушення особистісних кордонів після травми. Відновлення особистісних кордонів після травматичних подій як процес повернення безпеки, суб'єктності та психологічної цілісності.

Тема 3. Захисні механізми психіки в умовах травми або після травматичних подій

Психологічні захисні механізми як спосіб адаптації особистості до травматичних, кризових і стресових подій. Основні види захисних механізмів психіки та особливості їхнього прояву в умовах травматичного досвіду. Усвідомлювані та неусвідомлювані форми психологічного захисту. Вплив травматичного досвіду на зміну способів психологічного захисту та формування стратегій уникнення. Психологічний захист як ресурс тимчасової стабілізації та чинник, що може ускладнювати процес відновлення й усвідомлення пережитого досвіду. Практичні підходи до екологічного усвідомлення власних захисних реакцій, розвитку емоційної рефлексії та формування безпечних способів переживання складних емоційних станів. Значення підтримувальної комунікації, психологічно безпечного середовища та навичок саморегуляції у процесі поступового відновлення після травматичного досвіду.

Змістовий модуль 2. Вербальна і невербальна комунікація у роботі з травмою

Тема 4. Вербальні та невербальні аспекти комунікації

Комунікація як основа психологічної допомоги у роботі з травмою. Спілкування як соціальна потреба і підтримка. Самотність як ознака дефіциту спілкування. Типи комунікації у роботі з травмою. Умови ефективної

комунікації. Сутність вербальної комунікації у роботі з травмою. Види та форми мови і мовлення. Техніки активного слухання. Шкідливі фрази з поясненням механізму їхньої дії. Поняття та основні ознаки невербальної комунікації у психологічній взаємодії. Види та форми каналів невербальної комунікації. Міміка, жести та невербальні прояви переживань. Постава і рухи тіла. Культурні та індивідуальні відмінності у невербальній поведінці. Невербальна комунікація у цифровому просторі.

Тема 5. Емпатійно орієнтована комунікативна взаємодія в умовах психологічної вразливості

Поняття емпатії та її види у контексті міжособистісного спілкування. Класифікація видів емпатії: емоційна (афективна), когнітивна (інтелектуальна), предикативна, конгруентна. Функціональні канали емпатії. Психологічна вразливість: ознаки, типи та особливості комунікації. Поняття «психологічна вразливість» у широкому розумінні. Ключові ознаки психологічно вразливої людини в умовах травматичного стресу. Ситуативні і хронічні вразливості. Практичні інструменти емпатійно орієнтованої взаємодії в умовах психологічної травми. Ключові умови емпатійної комунікації: присутність, безоціночність, терпіння і здатність витримувати мовчання, конгруентність. Метод ненасильницького спілкування, розроблений Маршаллом Розенбергом на основі гуманістичної психології Роджерса. Активне та емпатійне слухання. Особливості емпатійної комунікації в умовах психологічної вразливості під час війни. Невербальні аспекти емпатійної комунікації.

Тема 6. Комунікаційні стратегії підтримки

Поняття та основні ознаки комунікаційної стратегії підтримки: від теорії до практики. Розуміння поняття комунікаційної стратегії підтримки в широкому аспекті. Базові принципи травмаінформованого підходу у сфері психічного здоров'я. Ключові ознаки комунікаційної стратегії підтримки. Характеристика ключових рис підтримувального спілкування. Антистратегії спілкування: що руйнує підтримку та як цього уникнути. Визначення основних ознак антистратегії. Основні типи антистратегій: антистратегії в умовах колективної травми. Психологічні аспекти та практичні інструменти комунікаційних стратегій підтримки в умовах психологічної вразливості. Особливості соціального визнання травматичного досвіду. Практичні інструменти комунікаційних стратегій підтримки. Особливості застосування практичних інструментів комунікаційних стратегій підтримки в умовах психологічної вразливості.

Змістовий модуль 3. Візуальні арт-практики у роботі з травматичним досвідом

Тема 7. Арт-практики як інструменти емоційної саморегуляції

Потенціал творчої діяльності як ефективного інструменту усвідомлення, вираження та регуляції емоційних станів особистості. Арт-практики — це поєднання елементів мистецької діяльності (малювання, робота з кольором,

формою, образом) із психологічними механізмами самопізнання та саморегуляції. Технології арт-практики, які включають структуровані методики, прийоми та вправи, спрямовані на зниження рівня тривожності, стабілізацію емоційного стану, розвиток навичок саморефлексії та підвищення емоційної стійкості. Безпечність, недирективність, екологічність та індивідуалізація арт-практик, що дозволяє використовувати ці техніки у роботі з різними цільовими аудиторіями, зокрема в освітньому середовищі та практиках підтримки ментального здоров'я. Інтеграція арт-практик у педагогічну діяльність як інструмент формування емоційної компетентності здобувачів освіти, профілактики стресу та зміцнення психологічної стійкості (резилієнтності) в умовах викликів війни та повоєнного відновлення.

Тема 8. Техніки арт-практик як безпечний простір для зняття стресу

Створення безпечного, підтримувального середовища, у якому людина може вільно виражати свої переживання як актуальну потребу сьогодення. Можливості творчих методів у забезпеченні психоемоційної підтримки та відновленні особистості, які сприяють м'якому проживанню емоцій і зниженню внутрішньої напруги особистості. Особливості різноманітних технік арт-практик (малювання, інтуїтивний живопис, робота з кольором і формою, метафоричні образи), які забезпечують доступ до емоцій через невербальні канали. Принципи організації безпечного простору: добровільність участі, конфіденційність, прийняття, відсутність оцінювання результату та орієнтація на процес творчості. Використання арт-практик у такому контексті сприяє зниженню рівня тривожності, стабілізації емоційного стану, розвитку навичок саморегуляції та підвищенню загального психологічного благополуччя. Практичні рекомендації щодо самостійного застосування арт-практик для подолання тривоги та зміцнення психологічної стійкості (резилієнтності) в умовах викликів війни і повоєнного відновлення.

Тема 9. Створення спільних візуальних нарративів

Процеси колективного творення смислів через візуальні образи як інструмент комунікації, взаєморозуміння та соціальної взаємодії. У сучасному культурному й освітньому просторі. Візуальні нарративи – важливий засіб осмислення досвіду, формування ідентичності та відображення індивідуальних і групових історій у сучасному культурному й освітньому просторі. Методи й практики створення спільних візуальних продуктів (спільні малюнки, візуальні карти), що сприяють розвитку креативності, емпатії та навичок командної роботи. Процес співтворчості, у якому кожен учасник має можливість зробити власний внесок, водночас формуючи цілісний колективний нарратив. Спільні візуальні нарративи як ресурс підтримки психологічного благополуччя, що дозволяє безпечно осмислювати досвід, знижувати напругу та зміцнювати відчуття спільності. Створення спільних візуальних нарративів як ефективна міждисциплінарна практика, що поєднує мистецькі, педагогічні та соціально-психологічні підходи до формування цілісного досвіду взаємодії й самовираження.

Перелік практичних занять / завдань за навчальною дисципліною наведено в табл. 2.

Таблиця 2

Перелік практичних (семінарських) занять / завдань

Назва теми та / або завдання	Зміст
<p>Тема 1. Практика психологічної стабілізації за травматичного досвіду. Компетентнісно-орієнтоване завдання до теми 1. Навички стабілізації психоемоційного стану в умовах травматичного досвіду</p>	<p>Аналіз психологічних механізмів травматичного досвіду та особливостей реагування людини на стресові події. Вивчення психофізіологічних і емоційних проявів травматизації. Опрацювання способів психологічної стабілізації та саморегуляції в кризових ситуаціях. Аналіз безпечних форм комунікації та підтримки людини, яка пережила травматичний досвід. Послідовність виконання (аналіз ситуації, визначення емоційних реакцій, відпрацювання технік стабілізації, рефлексія отриманого досвіду). Формування навичок психологічно безпечної взаємодії та підтримки емоційної рівноваги.</p>
<p>Тема 2. Практика саморегуляції та відновлення особистісних кордонів. Компетентнісно-орієнтоване завдання до теми 2. Практичні інструменти управління емоціями та захисту власних меж</p>	<p>Аналіз проявів емоційного напруження та втрати психологічної рівноваги після стресових подій. Вивчення способів саморегуляції та самодопомоги у складних емоційних ситуаціях. Опрацювання тілесних, емоційних і когнітивних технік для відновлення психічної рівноваги. Аналіз прикладів порушення особистісних кордонів у міжособистісній взаємодії. Відпрацювання навичок екологічного встановлення та підтримки особистісних кордонів. Послідовність виконання (аналіз ситуації, визначення емоційних реакцій, відпрацювання технік саморегуляції, рефлексія власного досвіду). Формування навичок психологічної стійкості, безпечної взаємодії та підтримки власного благополуччя</p>
<p>Тема 3. Захисні механізми психіки в умовах травми або після травматичних подій. Компетентнісно-орієнтоване завдання до теми 3. Практичний аналіз психологічних захисних механізмів та розвиток навичок їх конструктивного застосування</p>	<p>Аналіз психологічних захисних механізмів та особливостей їхнього прояву в умовах травматичного досвіду. Вивчення адаптивних і дезадаптивних форм психологічного захисту у поведінці, емоційних реакціях та міжособистісній взаємодії. Опрацювання типових захисних реакцій (заперечення, уникнення, проєкція, раціоналізація, ізоляція, регресія) у кризових ситуаціях. Визначення впливу захисних механізмів на комунікацію, саморегуляцію та процес психологічного відновлення після травматичних подій. Відпрацювання навичок екологічного усвідомлення власних емоційних реакцій і способів психологічного захисту.</p>
<p>Тема 4. Вербальні та невербальні аспекти комунікації.</p>	<p>Робота в малих групах: завдання щодо комунікативної присутності із застосуванням вербальних ресурсів підтримки. Формування у</p>

Компетентісно-орієнтоване завдання до теми 4. Застосування вербальних ресурсів підтримки та комунікативної присутності	здобувачів навички вербальної присутності у складних емоційних ситуаціях
Тема 5. Емпатійно орієнтована комунікативна взаємодія в умовах психологічної вразливості. Компетентісно-орієнтоване завдання до теми 5. Моделювання різних діалогічних сценаріїв щодо формування навичок емпатійної підтримки людей	Опрацювання кейсів щодо емпатійно орієнтованої вербальної комунікації. Опанування прийомів вербальної підтримки. Формування навичок емпатійної підтримки людей, які агресивно налаштовані щодо певної ситуації. навчитися використовувати відповідні висловлювання та інтегрувати їх в діалогічні сценарії з урахуванням психологічної вразливості співрозмовника
Тема 6. Комунікаційні стратегії підтримки. Компетентісно-орієнтоване завдання до теми 6. Закріплення навичок спілкування з використанням ознак підтримувальної стратегії та антистратегії	Робота в малих групах: завдання щодо створення діалогів, в яких необхідно визначити, де використано підтримувальну стратегію, а де – антистратегію, та треба назвати тип антистратегії (знецінення, порада, зміна теми тощо); запропонувати альтернативну відповідь
Тема 7. Арт-практики як інструменти емоційної саморегуляції. Компетентісно-орієнтоване завдання до теми 7. Нейродрево: Вивчення принципів нейрографіки як методу трансформації свідомості через лінії	Робота з символікою дерева: коріння (минуле, предки, ресурси), стовбур (теперішнє, активне «Я»), крона (майбутнє, плоди, результати)
Тема 8. Техніки арт-практик як безпечний простір для зняття стресу. Компетентісно-орієнтоване завдання до теми 8. Скульптура: Символ Року (циклічне оновлення) «Архетип року: втілення характеру та енергії символу в об'ємі»	Робота з об'ємом, ритмом і динамікою фігури. Вивчення характерних рис тварини-символу року. Аналіз характерних форм і символів тварин у різних країнах. Послідовність виконання (стилізація, творчі пошуки, ескізи, ліплення). Концентрація та втілення позитивної енергії, а також створення власного талісману.
Тема 9. Створення спільних візуальних наративів. Компетентісно-орієнтоване завдання до теми 9. Асамбляж: Територія сенсів (групове завдання)	Робота з технікою асамбляжу — тривимірного колажу. Вивчення взаємодії фактур (метал, дерево, пластик, тканина) та їхнього символічного значення. Перетворення побутових речей (found objects) на художні об'єкти. Компанування предметів, які асоціюються з певною ідеєю або життєвим етапом (ключі, годинникові механізми, камінці, старі фото, гудзики тощо)
Тема 1-9. Інтегративний груповий проєкт роботи з травмою: психологічні вправи, комунікаційні стратегії та арт-практики I	Розробити груповий проєкт щодо роботи з травмуючою ситуацією. Обов'язково в проєкті треба продемонструвати роботу за трьома напрямками (психологічні вправи, комунікаційні стратегії та арт-практики). Фінальна презентація проєкту

Перелік самостійної роботи з навчальної дисципліни наведено в табл. 3.

Таблиця 3

Перелік самостійної роботи

Назва теми та / або завдання	Зміст
Тема 1. Практика психологічної стабілізації при травматичному досвіді	Створення короткої пам'ятки «Правила психологічно безпечної взаємодії у кризових ситуаціях». Підготовка мінікейсу з описом реакцій людини на стресову подію та можливих способів її підтримки. Ведення щоденника самоспостереження власних реакцій на стрес і способів їх регуляції.
Тема 2. Практика саморегуляції та відновлення особистісних кордонів	Створення індивідуальної карти ресурсів для саморегуляції та психологічного відновлення. Аналіз ситуацій порушення особистісних кордонів у професійній та міжособистісній взаємодії. Підготовка мініпрезентації на тему особистісних кордонів і психологічної безпеки у спілкуванні.
Тема 3. Захисні механізми психіки в умовах травми або після травматичних подій.	Визначення та аналіз основних психологічних захисних механізмів у повсякденній поведінці та міжособистісній взаємодії. Підготовка короткого опису ситуацій, у яких можуть проявлятися різні форми психологічного захисту (уникнення, заперечення, проєкція, раціоналізація тощо). Формування навичок розпізнавання адаптивних і дезадаптивних способів психологічного захисту у стресових ситуаціях.
Тема 4. Вербальні та невербальні аспекти комунікації	Формування навичок використання фраз, які можуть бути тригерами для травмованої людини під час спілкування. Опрацювання альтернативних варіантів «мови, що лікує», які базуються на принципах валідації та свідчення (наприклад, «Я поруч, що б не сталося»). Складання карти невербальних сигналів (міміка, жести, дистанція), які можуть свідчити про стан високої тривоги у співрозмовника. Опрацювання процесу адаптації власної невербальної поведінки (ритм дихання, зоровий контакт, проксеміка) для створення відчуття безпеки.
Тема 5. Емпатійно орієнтована комунікативна взаємодія в умовах психологічної вразливості	Здійснення порівняльної характеристики видів емпатії. На конкретних прикладах формувати навички порівняння емпатійної присутності з «жалістю/співчуттям», які можуть поглиблювати вразливість. Формування емпатійних відповідей на агресивне або закрите повідомлення людини у стані психологічної вразливості, використовуючи алгоритм: спостереження; почуття; потреба; прохання. Опрацьовувати й використовувати форми комунікації, які допомагають уникати «втоми від співчуття» шляхом збереження власної ідентичності.
Тема 6. Комунікаційні стратегії підтримки	Систематизувати ознаки підтримувальної комунікації; типи антистратегій; інструменти підтримувальної комунікації. Практика відкритих запитань: скласти 10 універсальних відкритих запитань для підтримки.

Тема 7. Арт-практики як інструменти емоційної саморегуляції	Створення персонального «Ресурсного каталогу арт-ритуалів»
Тема 8. Техніки арт-практик як безпечний простір для зняття стресу	Розробка методичного чек-листа «Екологія безпечного простору»
Тема 9. Створення спільних візуальних наративів	Проектування сценарію групової арт-практики «Мапа нашої стійкості»
Тема 1 – 9	Підготовка до практичних занять
Тема 1 – 9	Виконання компетентнісно-орієнтованих завдань
Тема 1 – 9	Підготовка інтегративного групового проєкту

Кількість годин практичних занять та годин самостійної роботи наведено в робочому плані (технологічній карті) з навчальної дисципліни.

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

У процесі викладання навчальної дисципліни для набуття визначених результатів навчання, активізації освітнього процесу передбачено застосування таких методів навчання, як:

Словесні міні-лекції: теми 1–6.

Проблемні міні-лекції: міні-лекція-візуалізація (теми 8, 9), проблемна міні-лекція (тема 7).

Наочні методи навчання – демонстрація: теми 1–9.

Метод ілюстрацій: тема 4; тема 7–9.

Практичні (практична робота (тема 1–9), групова дослідницька робота під час виконання інтегративного проєкту (теми 1–9)).

ФОРМИ ТА МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ

Університет використовує 100-бальну накопичувальну систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти.

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача вищої освіти до виконання конкретної роботи і оцінюється сумою набраних балів:

– для дисциплін з формою семестрового контролю залік: максимальна сума – 100 балів; мінімальна сума, що дозволяє здобувачу вищої освіти скласти залік – 60 балів.

Підсумковий контроль включає семестровий контроль та атестацію здобувача вищої освіти.

Семестровий контроль проводиться у формі семестрового заліку.

Максимальна сума балів, яку може отримати здобувач вищої освіти під час заліку, – 100 балів.

Мінімальна сума, з якою залік вважається складеним, – 60 балів.

Підсумкова оцінка за навчальною дисципліною визначається для дисциплін із формою семестрового контролю «залік» – шляхом сумування балів за поточний та підсумковий контроль.

Під час викладання навчальної дисципліни використовуються наступні контрольні заходи:

Поточний контроль: виконання та захист компетентісно орієнтованих завдань (9 завдань по 7 балів кожне, 63 бали), інтегративний проєкт (37 балів).

Семестровий контроль: залік.

Більш детальну інформацію щодо системи оцінювання наведено в робочому плані (технологічній карті) з навчальної дисципліни.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Арт-терапія в роботі з психічною травмою: теорія та практика : навч. посіб. Упоряд. О. В. Вознесенська. Київ: Фенікс, 2017. 248 с.

2. Калька Н. М., Ковальчук З. Я., Одинцова Г. В. Практикум з арт-терапії : навч.-метод. посіб. Ч. 2. Львів: ЛьвДУВС, 2021. 260 с.

3. Психологія [Електронний ресурс] : навч. посіб. / В. М. Лугова, І. В. Литовченко, С. М. Голубєв, Г. В. Білоконенко ; Харківський національний економічний університет ім. С. Кузнеця. - Електрон. текстові дан. (3,85 МБ). - Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. - 298 с.
<http://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/26057>

4. Загальна психологія: підручник. Заг. ред. С. Д. Максименка. 4-те вид., переробл. і доп. Том 1. Київ: Видавництво Людмила, 2025. 568 с.

Додаткова

5. Афанасьєва Н. Є., Міхурчук Ю. Р. Взаємозв'язок життєстійкості й рівня травматичного стресу в здобувачів вищої освіти. Габітус. 2025. Вип. 80. С. 72–76. <https://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/39384> .

6. Вознесенська О. Л., Сидоркіна М. Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми : практичний посібник. Київ: Золоті ворота, 2015. 148 с.

7. Ван дер Колк Б. Тіло веде лік. Як лишити в минулому травматичний досвід. пер. з англ. К. Новікової. Київ: Виват, 2022. 512 с.

8. Техніки арт-терапії в роботі кризового психолога з цивільним населенням в умовах війни: навчально-методичний посібник. Харків: Видавець ФОП Захарченко В.В., 2023. 106 с.

9. Титаренко Т. М. Мое майбутнє залежить від мене: практики здорового сьогодення у воєнних і повоєнних умовах [Електронний ресурс] : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2024. 130 с.

10. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання: монографія Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 125 с. ISBN 978-966-189-570-5 URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/02/klymchuk-mono-2020.pdf>

11. Jose H., Apostolo J., Vitorino L., Sousa L. M. M. Editorial: The impact of art therapy on mental health and well-being. *Front. Psychiatry*. 2023. Vol. 14. 1275915. doi:[10.3389/fpsy.2023.1275915](https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1275915)

Інформаційні ресурси

12. Електронний каталог Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського. Режим доступу: www.nbuv.gov.ua.
13. Електронний каталог Харківської державної наукової бібліотеки імені В. Г. Короленка. Режим доступу: <http://korolenko.kharkov.com>.
14. Луценко С. Г. та ін. Методичні рекомендації для психологів. Проект Safe Space. 2024. 200 с. URL: <https://povirusebe.org/sites/default/files/2024-03/velikacompressed-4.pdf>
15. Застосування травма-інформованого підходу у заходах MERL. UNITY Ukraine. Making Cents International, 2023. URL: <https://makingcents.com/wp-content/uploads/2023/12/UKR-UNITY-Trauma-Informed-MERL-Learning-Brief.pdf>
16. NVC and Trauma. PuddleDancer Press. URL: <https://nonviolentcommunication.com/learn-nonviolent-communication/nvc-trauma/> (дата звернення: 15.04.2026).
17. Ти як? Всеукраїнська програма ментального здоров'я. Координаційний центр з психічного здоров'я КМУ. URL: <https://howareu.com> .