

## Опис освітнього компонента вільного вибору

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент <b>6 «Психотехнології в роботі з травмою»</b>
Рівень ВО	Другий (магістерський) рівень
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	053 – Психологія ОПП «Практична психологія (психологічне консультування та психотерапія)»
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	2 курс, 1 семестр, 4 кредитів ЄКТС
Семестровий контроль	Залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	120 год, з них: аудиторних – 40.
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Кафедра практичної психології та психодіагностики
Автор ОК	Кандидат психологічних наук; доцент кафедри практичної психології та психодіагностики <b>Грицюк Ірина Михайлівна</b>
<b>Короткий опис</b>	
Вимоги до початку вивчення	Базові знання з дисциплін загального та професійного циклів підготовки попередніх років навчання: психофізіологія, основи практичної психології, психологічний супровід кризових станів та залежностей, психодіагностика, психотерапія, психосоматика, психологія тілесності.
Що буде вивчатися	Всі стикались з фізичними травмами та знають в певній мірі, що це таке. То ж важливо зрозуміти, що ми знаємо про психологічні травми. Адже травма буквально змінює і тіло, і мозок. Позбавляючи людей нормального життя, близьких стосунків та самоконтролю. Тому на курсі будемо вчитися як допомогти собі, своїм близьким та клієнтам в цій ситуації. Будемо досліджувати різні можливості зцілення від різноманітних травм.
Чому це цікаво/треба вивчати	Дана дисципліна передбачає розвиток знань про процеси, які відбуваються після травми, що дає змогу зменшити або зовсім нівелювати її вплив. Україна переживає військові дії, знання про травми війни, як з ними боротись, як їх пережити важливі. Але цей курс буде цікавим і для розуміння дитячих травм, та як вони впливають на ефективну реалізацію в соціумі. Навчимося допомагати людям відчувати знову контроль над пережитками минулих травм, і знову стати рушійною керівною силою свого життя.
Чому можна навчитися (результати навчання)	Результатом навчання будуть знання про травму та її природу. Розуміння таких понять, як складна травма та повторювана травма та травма розвитку (що стосуються дитячого віку). Навчимося технік подолання

	<p>травматичного досвіду через різні підходи в психологічній та психотерапевтичній практиці. Набудемо вмінь як турбуватись про (себе) травма-терапевта (превенція вікарної травми та вигорання).</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Набуті знання і вміння можуть бути використані для глибшого розуміння себе та інших людей, які звертаються в консультацію, і які зазнали травматизації. Набуття навичок терапевтичного втручання в роботі з різновіковими категоріями клієнтів. Оволодіння доказовими підходами в подоланні наслідків травми в дітей та підлітків. Та навички самопідтримки та самодопомоги під час травматичних подій за допомогою різних психотехнологій (від медитацій та психологічного театру до активізації природньої пластичності мозку)</p>
<p>Інформаційне забезпечення та/або web-посилання</p>	<p>Магдисюк Л.І., Мельник А.П., Кольцо К.В. Сила дихання: психологічні засоби відновлення. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 120 с.  Надін Берк Гарріс У глибокій прірві, як позбутися дитячих травм. Київ: Букшефюа, 2022, 200 с.  Zurab Beberashvili, Jana Javakhishvili, Sophio Tabaghua Травма, її природа та шляхи зцілення. Тбілісі: 2021, 196 с.</p>