

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

ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні кафедри
психології і соціології
Протокол № 2 від 02.09.2024 р.

ПОГОДЖЕНО

Проректор з навчально-методичної роботи
Каріна НЕМАШКАЛО



ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

робоча програма навчальної дисципліни (РПНД)

Галузь знань

05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність

Психологія

Освітній рівень

другий (магістерський)

Освітня програма

Психологія

Статус дисципліни

обов'язкова

Мова викладання, навчання та оцінювання

українська

Розробник(и):

д. психол. н.,
професор

Наталя АФАНАСЬЄВА

Завідувач кафедри
психології і соціології

Жанна БОГДАН

Гарант програми

Наталя АФАНАСЬЄВА

Харків
2024

ВСТУП

Актуальність навчальної дисципліни, її необхідність та роль у підготовці фахівців зумовлені потребами соціального середовища, запитами практики.

Метою навчальної дисципліни «Інноваційні методи психологічної допомоги» є визначення концептуальних засад і методологічних принципів психологічної допомоги; ознайомлення здобувачів вищої освіти із сучасними інноваційними підходами до практики психологічної допомоги; вироблення базових практичних умінь і навичок; формування морально-етичних норм і відповідальності; усвідомлення професійної ідентичності та становлення професійної компетентності.

Завданнями навчальної дисципліни є: надати здобувачам вищої освіти знання, які дають їм можливість застосовувати інноваційні методи психологічної допомоги у відповідних ситуаціях; створити цілісне уявлення про зміст, методи і принципи процесу психологічної допомоги; озброїти здобувачів вищої освіти знаннями, які дадуть їм можливість працювати з різними психологічними проблемами; сформувати початковий досвід та професійну позицію майбутніх психологів щодо своєї практичної діяльності; сприяти формуванню професійних критеріїв оцінки ефективності психологічної допомоги; розширити та поглибити теоретичні знання здобувачів вищої освіти стосовно інноваційних технік та прийомів психологічної допомоги.

Предметом навчальної дисципліни є інноваційні методи психологічної допомоги.

Об'єкт навчальної дисципліни є практична діяльність психолога.

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

Таблиця 1

Результати навчання та компетентності, які формує навчальна дисципліна

Результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач вищої освіти
РН5	ЗК3, ЗК7, ЗК8, СК3, СК4, СК10
РН8	ЗК3, ЗК7, СК6
РН9	ЗК6, ЗК7, СК3, СК4, СК6, СК8, СК10
РН12	ЗК3, ЗК8, СК4, СК9, СК12
РН13	ЗК3, ЗК6, ЗК8, СК3, СК4, СК6, СК8, СК12

РН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

РН8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

РН9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

РН12. Розробляти технології психологічного супроводу особистості, організацій,

індивідуального та групового консультування, навчання.

РН 13. Пропонувати власні способи вирішення психологічних завдань і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами.

СК3. Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

СК12. Здатність до особистісного та професійного зростання.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Предмет, завдання та методи психологічної допомоги.

1.1 Визначення психологічної допомоги. Види психологічної допомоги. Теоретико-методологічні основи психологічної допомоги.

1.2 Мета й завдання психологічної допомоги. Покращення емоційного стану клієнтів. Розвиток навичок ефективного подолання стресу та життєвих труднощів

1.3 Методи психологічної допомоги. Психотерапевтичні методи психологічної допомоги. Консультаційні методи психологічної допомоги. Психоедукаційні методи психологічної допомоги.

Тема 2. Експозиційна терапія як метод допомоги.

2.1 Предмет, мета та завдання експозиційної терапії. Принцип експозиції. Зменшення тривоги та страху. Оптимізація копінг-стратегій. Реорганізація думок та переконань. Подолання уникання.

2.2 Зниження фізіологічних реакцій на стрес. Експозиція за адаптивною складністю. Поступова десенсибілізація. Усвідомлення та розуміння реакцій. Техніки релаксації.

2.3 Методи експозиційної терапії. Систематичне викладення (градієнтна експозиція). Пролонгована експозиція. Експозиція уявою (імагінарна експозиція). Експозиція через відеозаписи або фотографії. Експозиція у реальному часі.

2.4 Етапи експозиційної терапії. Оцінка і планування. Підготовка до експозиції. Проведення експозиції. Оцінка та перегляд. Консолідація результатів.

Тема 3. Психотерапія емоційних травм за допомогою глазних рухів.

3.1 Предмет, мета та завдання психотерапії емоційних травм за допомогою глазних рухів. Подолання ПТСР та психологічних травм.

3.2 Переробка та сприйняття негативних подій минулого. Зниження симптомів тривоги, депресії та інших психічних проблем, пов'язаних з травматичним досвідом. Стимуляція внутрішніх ресурсів для відновлення психічного здоров'я та психологічного благополуччя.

3.3 Впровадження глазних рухів для стимуляції обох півкуль головного мозку. Відновлення емоційної стабільності. Впровадження методів релаксації та стратегій саморегуляції для зниження фізіологічних реакцій на стрес.

Тема 4. Інноваційні методи арт-терапії.

4.1 Предмет, завдання та методи арт-терапії. Використання творчості та художнього процесу як засіб для самовираження, саморозвитку та покращення психічного стану.

4.2 Різновиди арт-терапії. Малювання як арт-терапія. Скульптура. Музика та танець. Створення літературних творів. Групова та індивідуальна форми арт-терапії.

4.3 Інноваційні види арт-терапії. Цифрова арт-терапія. Інтерактивна арт-терапія. Арт-терапія з використанням руху. Арт-терапія з використанням віртуальної реальності. Арт-терапія з використанням нових матеріалів та технік.

Тема 5. Казкотерапія як метод психологічної допомоги дітям та дорослим.

5.1 Предмет, завдання та методи казкотерапії. Принципи використання класичних, народних та авторських казок у казкотерапії. Символіка у казкотерапії.

5.2 Знайомство з клієнтом та оцінка утруднень. Збір анамнезу. Використання арт-терапевтичних методів. Чинники вибору казок для клієнта.

5.3 Специфіка проведення казкотерапії з дітьми різного віку та з дорослими. Перевірка ефективності казкотерапії.

Тема 6. Орієнтована на рішення короткострокова терапія (ОРКТ).

6.1 Предмет, завдання та методи орієнтованої на рішення короткострокової терапії (ОРКТ). Основні цілі та принципи ОРКТ.

6.2 Етапи ОРКТ. Розробка стратегії та плану дій.

6.3 Засоби та технічні прийоми ОРКТ. Категорії клієнтів, для яких ефективна ОРКТ. Оцінка результатів та завершення терапії.

Тема 7. Загальні положення схема-терапії.

7.1 Предмет, мета та завдання схема-терапії. Засоби виявлення негативних когнітивних схем клієнта.

7.2 Етапи схема-терапії. Категорії клієнтів, для яких схема-терапія є ефективною.

7.3 Техніки схема-терапії. Оцінка ефективності схема-терапії.

Тема 8. Анімалотерапія.

8.1 Предмет, мета та завдання анімалотерапії. Історія розвитку анімалотерапії. Категорії клієнтів анімалотерапії.

8.2 *Етапи анімалотерапії. Методи анімалотерапії. Техніки анімалотерапії.*

8.3 *Засоби визначення ефективності анімалотерапії. Застосування звітів, щоденників самоспостереження. Використання психодіагностичних методів. Залучення експертів-психологів.*

Тема 9. Психокорекція фобій кінця світу за допомогою українського ігрового контенту.

9.1 *Психологічні аспекти фобій кінця світу. Роль ігрового контенту у психологічній корекції. Український ігровий контент для психокорекції.*

9.2 *Індивідуально-психологічні характеристики гравців та їх фобії. Особливості психокорекції фобій кінця світу за допомогою українського ігрового контенту.*

Тема 10. Оцінювання учасниками ефективності психологічної допомоги.

10.1 *Чинники, що визначають ефективність психотерапії. Характеристики терапевта. Особливості клієнта та його запиту. Терапевтичний альянс.*

10.2. *Очікування клієнта. Методи та техніки терапії. Чинники середовища, підтримка оточуючих. Тривалість терапії.*

10.3. *Готовність клієнта до співпраці. Культурні та національні чинники. Моніторинг прогресу. Персоналізація терапії. Реалістичність цілей.*

10.4. *Специфіка впливу конкретних методів психотерапії. Індивідуальна та групова форми допомоги. Застосування експериментальних методів допомоги.*

Перелік практичних (семінарських) завдань за навчальною дисципліною наведено в табл. 2

Таблиця 2

Перелік практичних (семінарських) завдань

Назва теми та / або завдання	Зміст
Тема 1. Предмет, завдання та методи психологічної допомоги.	Вивчення та обговорення питань: 1.1. Визначення психологічної допомоги. 1.2. Мета й завдання психологічної допомоги. 1.3. Методи психологічної допомоги.
Тема 2. Експозиційна терапія як метод допомоги.	Вивчення та обговорення питань: 2.1 Предмет, мета та завдання експозиційної терапії. 2.2 Зниження фізіологічних реакцій на стрес. 2.3 Методи експозиційної терапії. 2.4 Етапи експозиційної терапії.
Тема 3. Психотерапія емоційних травм за допомогою глазних рухів.	Вивчення та обговорення питань: 3.1 Предмет, мета та завдання психотерапії емоційних травм за допомогою глазних рухів. 3.2 Переробка та сприйняття негативних подій минулого. 3.3 Впровадження глазних рухів для стимуляції обох півкуль головного мозку.

Тема 4. Інноваційні методи арт-терапії.	Вивчення та обговорення питань: 4.1 Предмет, завдання та методи арт-терапії. 4.2 Різновиди арт-терапії. 4.3 Інноваційні види арт-терапії.
Тема 5. Казкотерапія як метод психологічної допомоги дітям та дорослим.	Вивчення та обговорення питань: 5.1 Предмет, завдання та методи казкотерапії. 5.2 Знайомство з клієнтом та оцінка утруднень. 5.3 Специфіка проведення казкотерапії з дітьми різного віку та з дорослими.
Тема 6. Орієнтована на рішення короткострокова терапія (ОРКТ).	Вивчення та обговорення питань: 6.1 Предмет, завдання та методи орієнтованої на рішення короткострокової терапії (ОРКТ). 6.2 Етапи ОРКТ. Розробка стратегії та плану дій. 6.3 Засоби та технічні прийоми ОРКТ.
Тема 7. Загальні положення схема-терапії.	Вивчення та обговорення питань: 7.1 Предмет, мета та завдання схема-терапії. 7.2 Етапи схема-терапії. 7.3 Техніки схема-терапії.
Тема 8. Анімалотерапія.	Вивчення та обговорення питань: 8.1 Предмет, мета та завдання анімалотерапії. 8.2 Етапи анімалотерапії. Методи анімалотерапії. 8.3 Засоби визначення ефективності анімалотерапії.
Тема 9. Психокорекція фобій кінця світу за допомогою українського ігрового контенту.	Вивчення та обговорення питань: 9.1 Психологічні аспекти фобій кінця світу. Роль ігрового контенту у психологічній корекції. 9.2 Індивідуально-психологічні характеристики гравців та їх фобії.
Тема 10. Оцінювання учасниками ефективності психологічної допомоги.	Вивчення та обговорення питань: 10.1 Чинники, що визначають ефективність психотерапії. 10.2. Очікування клієнта. 10.3. Готовність клієнта до співпраці. 10.4. Специфіка впливу конкретних методів психотерапії.

Перелік самостійної роботи за навчальною дисципліною наведено в табл. 3

Таблица 3

Перелік самостійної роботи

Назва теми та / або завдання	Зміст
Тема 1. Предмет, завдання та методи психологічної допомоги.	Вивчення матеріалу за питаннями: 1.1. Визначення психологічної допомоги. 1.2. Мета й завдання психологічної допомоги. 1.3. Методи психологічної допомоги.
Тема 2. Експозиційна терапія як метод допомоги.	Вивчення матеріалу за питаннями: 2.1 Предмет, мета та завдання експозиційної терапії. 2.2 Зниження фізіологічних реакцій на стрес. 2.3 Методи експозиційної терапії. 2.4 Етапи експозиційної терапії.
Тема 3. Психотерапія емоційних травм за допомогою глазних рухів.	Вивчення матеріалу за питаннями: 3.1 Предмет, мета та завдання психотерапії емоційних травм за допомогою глазних рухів. 3.2 Переробка та сприйняття негативних подій минулого. 3.3 Впровадження глазних рухів для стимуляції обох півкуль головного мозку.

Тема 4. Інноваційні методи арт-терапії.	Вивчення матеріалу за питаннями: 4.1 Предмет, завдання та методи арт-терапії. 4.2 Різновиди арт-терапії. 4.3 Інноваційні види арт-терапії.
Тема 5. Казкотерапія як метод психологічної допомоги дітям та дорослим.	Вивчення матеріалу за питаннями: 5.1 Предмет, завдання та методи казкотерапії. 5.2 Знайомство з клієнтом та оцінка утруднень. 5.3 Специфіка проведення казкотерапії з дітьми різного віку та з дорослими.
Тема 6. Орієнтована на рішення короткострокова терапія (ОРКТ).	Вивчення матеріалу за питаннями: 6.1 Предмет, завдання та методи орієнтованої на рішення короткострокової терапії (ОРКТ). 6.2 Етапи ОРКТ. Розробка стратегії та плану дій. 6.3 Засоби та технічні прийоми ОРКТ.
Тема 7. Загальні положення схема-терапії.	Вивчення матеріалу за питаннями: 7.1 Предмет, мета та завдання схема-терапії. 7.2 Етапи схема-терапії. 7.3 Техніки схема-терапії.
Тема 8. Анімалотерапія.	Вивчення матеріалу за питаннями: 8.1 Предмет, мета та завдання анімалотерапії. 8.2 Етапи анімалотерапії. Методи анімалотерапії. 8.3 Засоби визначення ефективності анімалотерапії.
Тема 9. Психокорекція фобій кінця світу за допомогою українського ігрового контенту.	Вивчення матеріалу за питаннями: 9.1 Психологічні аспекти фобій кінця світу. Роль ігрового контенту у психологічній корекції. 9.2 Індивідуально-психологічні характеристики гравців та їх фобії.
Тема 10. Оцінювання учасниками ефективності психологічної допомоги.	Вивчення матеріалу за питаннями: 10.1 Чинники, що визначають ефективність психотерапії. 10.2. Очікування клієнта. 10.3. Готовність клієнта до співпраці. 10.4. Специфіка впливу конкретних методів психотерапії.

Кількість годин лекційних, практичних (семінарських) 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: інформаційна лекція (Теми 1, 3, 5), бінарна лекція (Тема 8), проблемна лекція (Теми 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10); практична робота (Теми 1–10), творче завдання (Теми 2, 4, 5, 7, 8), рольова гра (Теми 1–10), кейс-метод (Теми 1, 2, 6, 9).

ФОРМИ ТА МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ

ХНЕУ ім. С. Кузнеця використовує накопичувальну (100-бальну) систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти.

Система оцінювання сформованих компетентностей у здобувачів враховує види занять, які згідно з програмою навчальної дисципліни передбачають лекційні, семінарські, практичні заняття, а також

виконання самостійної роботи.

Контрольні заходи оцінювання включають:

Поточний контроль, що здійснюється протягом семестру під час проведення лекційних, практичних занять і оцінюється сумою набраних балів (максимальна сума – 60 балів; мінімальна сума, що дозволяє здобувачеві скласти екзамен, – 35 балів);

Підсумковий контроль включає семестровий контроль та атестацію здобувачів вищої освіти. Семестровий контроль проводиться у формі семестрового екзамену (іспиту). Складання семестрового екзамену (іспиту) здійснюється під час екзаменаційної сесії.

Максимальна сума балів, яку може отримати здобувач вищої освіти під час екзамену (іспиту) – 40 балів. Мінімальна сума, за якою екзамен (іспит) вважається складеним – 25 балів.

Підсумкова оцінка за навчальною дисципліною визначається: – для дисциплін з формою семестрового контролю екзамен (іспит) – сумуванням балів за поточний та підсумковий контроль.

Під час викладання навчальної дисципліни використовуються наступні контрольні заходи:

Поточний контроль: семінари у вигляді круглого столу (15 балів), завдання за темами (5 балів), експрес опитування (15 балів), письмові контрольні роботи (20 балів), есе (5 балів).

Семестровий контроль: Екзамен (40 балів)

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

Приклад екзаменаційного білета та критерії оцінювання для навчальної дисципліни.

Приклад екзаменаційного білета

Харківський національний економічний університет ім. С. Кузнеця

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

Навчальна дисципліна «ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ»

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ 1

Теоретична частина (15 балів)

Питання 1: Визначення та основні принципи когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). Опишіть основні принципи КПТ. Наведіть приклади технік, які використовуються в КПТ для роботи з тривожними розладами.

Питання 2: Використання арт-терапії в роботі з дітьми. Поясніть, що таке арт-терапія та її основні методи. Розгляньте особливості застосування арт-терапії для роботи з дітьми, які пережили травматичний досвід.

Практична частина (25 балів)

Завдання 1: Створення терапевтичного плану з використанням EMDR (десенсибілізація та переробка рухами очей) для клієнта з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Опис проблеми клієнта (симптоми ПТСР). Розробіть поетапний план терапії, використовуючи метод EMDR. Включіть методи оцінки ефективності терапії.

Завдання 2: Аналіз випадку з використанням схема-терапії. Виберіть клінічний випадок (можна вигаданий) з проблемою особистісного розладу. Опишіть основні схеми та режими, які можуть бути у клієнта. Запропонуйте терапевтичні інтервенції для роботи зі схемами та режимами.

Інструкція для здобувачів:

Теоретична частина: Відповідайте на два теоретичних питання, наводьте приклади та пояснюйте основні поняття.

Практична частина: Виконайте обидва практичні завдання, опишіть детально кроки, які ви б застосували у своїй роботі.

Затверджено на засіданні кафедри психології і соціології.

Протокол №__ від _____ р.

Екзаменатор
АФАНАСЬЄВА

д.психол.н., проф. Наталя

Зав. кафедрою
БОГДАН

к.психол.н., доц. Жанна

Критерії оцінювання

Підсумкові бали за екзамен складаються із суми балів за виконання всіх завдань, що округлені до цілого числа за правилами математики.

Алгоритм вирішення кожного завдання включає окремі етапи, які відрізняються за складністю, трудомісткістю та значенням для розв'язання завдання. Тому окремі завдання та етапи їх розв'язання оцінюються відокремлено один від одного таким чином:

Теоретична частина - 15 балів

Оцінюється здатність здобувача освіти:

оперувати базовими поняттями;

розкривати сутність теоретичних положень;

демонструвати цілісне розуміння теми.

Орієнтовні критерії:

13–15 балів — повне, логічне й обґрунтоване викладення матеріалу; використано терміни, теоретичні джерела, надано приклади;

9–12 балів — загалом правильне викладення, з поодинокими помилками або недостатньою аргументацією;

5–8 балів — поверхове знання матеріалу, відсутність логіки у викладенні;

0–4 бали — надана відповідь не розкриває зміст питання або повністю некоректна.

Практична частина - 25 балів:

Завдання 1 (стереотипне) (10 балів)

5,0 – повне та обґрунтоване розкриття обраного стереотипу

3,0 – представлено глибокий аналіз впливу стереотипу, продемонстровано розуміння його наслідків для соціальної взаємодії, наведено критичний погляд

2,0 – наявність прикладів і доказів впливу стереотипу на поведінку людей

Завдання 2 (діагностичне) (15 балів)

5 – виявлення ключових психологічних понять та теорій, доречних для аналізу ситуації

5 – здатність ідентифікувати основні психологічні проблеми, з якими стикається підліток, та обґрунтувати важливість цих проблем

5 – обґрунтоване пояснення, чому вибрані методи є доцільними та як вони можуть допомогти в цій ситуації

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології. Ред. О. Тіунової. Випуск 6. Київ–Львів–Тернопіль: ЕЕАТА, 2019. 224 с.

2. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.

3. Янг Д., Клоско Д. Схема-терапія: новий підхід у психотерапії. Київ: Видавництво «КМ-Букс», 2019. 562 с.

4. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум: навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

Додаткова

5. Afanasieva N., Bogdan Zh., Pidbutska N. and other. Linguistic analysis of the story about life events as a technology for researching the emotional experience of higher education students. Implementation of modern technologies in language learning as a basis for the formation of communicative competences: monograph / N. Morhunova, Ia. Levchenko, I. Dmytriiev and others. Kharkiv: TECHNOLOGY CENTER PC, 2025. P. 38–52. <https://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/35997>

6. Bogdan Zh. Psychology of Soft Skills of the Future Specialist [Electronic resource] : monograph Kharkiv : S. Kuznets KhNUE, 2025. 214 p. : il. <https://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/36011>

7. Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості: колективна монографія. Херсон: Вид-во ФОП Вишемирський В.С., 2019. 354 с.

8. Давидова О. В. Майндфулнес-технології регуляції стресостійкості в роботі практичного психолога з учнями юнацького

віку. Кременчук, 2022. 56 с.

9. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях: навчально-практичний посібник. Харків, Харківський національний університет внутрішніх справ, 2022. 88 с.

10. 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.

11. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія. З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос [та ін.]; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово». 2020. 179 с.

12. Сердюк Л. З., Чайка Г. В., Чиханцова О. А. Психологічні технології сприяння психологічному благополуччю особистості: методичні рекомендації. Київ–Львів, 2021. 68 с.

13. Травматичні події: психологічна підтримка та самодопомога. Авторський колектив: Н. Несенюк, Н. Чудаєва О. Мурашкевич. Рада Європи, 2022.

14. Чепелева Н. В., Зазимко О. В., Шиловська О. М. Наративні практики самопроекування: методичні рекомендації. Київ, 2019. 44 с.

15. Афанасьєва Н. Є. Саморегуляція психічних станів як компонент долаючої поведінки рятувальників. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Випуск 9. С. 21–27. Режим доступу: <http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/uk/v9-2021>

16. Афанасьєва Н. Є. Особливості взаємозв'язку самооцінки та психологічних захистів у здобувачів вищої освіти. Габітус: науковий журнал з соціології та психології. 2022. Вип. 39. С. 140-144. <http://habitus.od.ua/39-2022>

17. Афанасьєва Н. Є. Взаємозв'язок адаптаційних здібностей та задоволеності життям у внутрішньо переміщених осіб. Габітус: науковий журнал з соціології та психології. 2023. Вип. 50. С. 69-74. <http://habitus.od.ua/50-2023>

18. Overchuk V., Afanasieva N., Kovalova O., Vasuk K, Boiarska Z. Formation of health-saving competencies as a personal resource in conditions of prolonged traumatization. *Multidisciplinary Science Journal*. 2024. Vol. 6(4). 2024054. <https://doi.org/10.31893/multiscience.2024054>

Інформаційні ресурси

19. Національна психологічна асоціація України (НПАУ): Професійна спільнота психологів України, новини, заходи, публікації. Сайт: <https://npa-ua.org>

20. Психологічна платформа «Всеосвіта»: Курси, вебінари, статті та матеріали для психологів та педагогів. Сайт: <https://vseosvita.ua>

21. EdEra: Освітня платформа з курсами та вебінарами з різних дисциплін, включаючи психологію. Сайт: <https://www.ed-era.com>

22. Coursera (курси з українськими субтитрами): Міжнародна

платформа з онлайн-курсами, де можна знайти курси з психології з українськими субтитрами. Сайт: <https://www.coursera.org>