Сумський державний педагогічний університет
імені А.С. Макаренка

Навчально-науковий інститут педагогіки і психології

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор Навчально- наукового
інституту педагогіки і психології
проф._____Світлана КОНДРАТЮК
«28» серпня 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПЕРВИННЕ КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ»

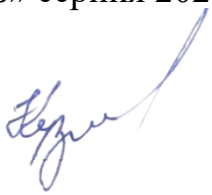
галузь знань С Соціальні науки, журналістика та інформація
спеціальність С4 Психологія
освітньо-професійна програма Практична психологія другий (магістерський) рівень
мова навчання: Українська

Погоджено науково-методичною комісією
НН інституту педагогіки і психології
«28» серпня 2025 р.
Голова: _____Юлія БОНДАРЕНКО
д. пед. наук, професор

Суми – 2025

Дворніченко Лариса Лаонідівна, к. філос. н., доцент, доцент кафедри психології

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри психології
Протокол № 1 від «28» серпня 2025 р.

Завідувач кафедри  Кузікова С.Б., д. психол. н., професор
ПІБ, науковий ступінь, вчене звання

Опис навчальної дисципліни

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Освітній ступінь</td><td colspan="2">Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма навчання</td><td>заочна форма навчання</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Кількість кредитів – 6</td><td rowspan="12">магістр</td><td colspan="2">Обов’язкова/</td></tr>
<tr><td colspan="2">Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>2-й</td><td>2-й</td></tr>
<tr><td rowspan="11">Загальна кількість годин - 180</td><td colspan="2">Семестр</td></tr>
<tr><td>3-й</td><td>3-й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лекції</td></tr>
<tr><td>30 год.</td><td>6 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні, семінарські</td></tr>
<tr><td>28 год.</td><td>6год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лабораторні</td></tr>
<tr><td>0 год.</td><td>год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Самостійна робота</td></tr>
<tr><td>120 год.</td><td>166 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Консультації:</td></tr>
<tr><td>2 год.</td><td>2 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Вид контролю: залік</td></tr>
</table>

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Первинне кризове консультування» є ознайомлення студентів із структурою надання первинного кризового консультування, її основними розділами і категоріями, формування навичок організації процесу надання первинної психологічної допомоги та використання необхідних технологій короткотривалого кризового консультування під час проживання клієнтами кризових подій.

Основні **завдання** вивчення дисципліни «Первинного кризового консультування» – викласти базисні теоретичні дослідження клінічних психологів як основу, фундамент практичної діяльності; показати плідність взаємозв'язку розвитку теорії і практики вітчизняного та іноземного кризового консультування; особливу увагу приділити ознайомленню студентів з прикладними аспектами діяльності психологів в кризових ситуаціях.

2. Передумови для вивчення дисципліни

Навчальна дисципліна «Первинне кризове консультування» передбачає знання здобувачів вищої освіти з таких дисциплін, як «Вступ до спеціальності», «Основи психотерапії», «Основи психологічного консультування», «Психологія ефективного спілкування».

3. Програмні компетентності

Вирішення завдань дисципліни забезпечить формування у студентів комплексу компетенцій. У відповідності до освітньо-професійної програми це:

Інтегративна компетентність:

ІК. Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

Загальні компетентності:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

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

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

Спеціальні компетентності:

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.

СК3. Здатність обирати і застосувати 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) з використанням науково верифікованих методів та технік.

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

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

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.

СК11. Здатність реалізовувати основні принципи та напрями психологічного консультування, стратегії та методи психотерапевтичного впливу у сферах індивідуально психологічного консультування, сімейного консультування, короткотривалого кризового консультування, групової психотерапії та психокорекції.

СК12. Здатність організовувати консультативний процес та використовувати необхідні технології психологічного консультування під час надання психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях

4. Результати навчання за дисципліною

Очікувані результати навчання навчальної дисципліни	
Після успішного вивчення навчальної дисципліни студент зможе:	
ПР 1	Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій
ПР 5	Розробляти програми психологічних інтервенцій (консультування), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість
ПР 8.	Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації
ПР 9	Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
ПР 12	Володіти ефективними методиками консультативної діяльності з клієнтами різних соціальних груп.

ПР 13	Вміти здійснювати завершений цикл надання консультативної психологічної допомоги, глибоко опанувавши методами та технологіями психологічного консультування

Критерії оцінювання результатів навчання

Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала ЄКТС	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
A	«Відмінно» – навчальна діяльність високої якості та відповідає всім вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно повністю, без пробілів, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані на високому рівні, всі передбачені програмою навчання навчальні завдання виконані, якість їх виконання оцінено числом балів, близьким до максимального
B	«Дуже добре» – навчальна діяльність високої якості та відповідає всім основним вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно повністю, без пробілів, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі передбачені програмою навчання навчальні завдання виконані, якість виконання більшості з них оцінено числом балів, близьким до максимального
C	«Добре» – навчальна діяльність якісна та відповідає більшості вимог, теоретичний зміст курсу освоєно повністю, без суттєвих пробілів, деякі практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані недостатньо, всі передбачені програмою навчання навчальні завдання виконані, якість виконання жодного з них не оцінено мінімальним числом балів, деякі з виконаних завдань, можливо, містять помилки
Д	«Задовільно» – навчальна діяльність якісна та відповідає основним вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно частково, але пробіли не носять істотного характеру, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, більшість передбачених програмою навчання навчальних завдань виконано, деякі види завдань виконані з помилками
E	«Посередньо» – навчальна діяльність слабка та не відповідає більшості вимог, теоретичний зміст курсу освоєно частково, наявні деякі пробіли, деякі практичні навички роботи не сформовані, багато навчальних завдань, що передбачені програмою навчання, не виконані, або якість виконання деяких з них оцінено числом балів, близьким до мінімального
FX	«Незадовільно» (з можливістю перездачі) – навчальна діяльність низької якості та не відповідає основним вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно частково, наявні суттєві пробіли, необхідні практичні навички роботи не сформовані, більшість передбачених програмою навчання навчальних завдань не виконано, або якість їх виконання оцінено числом балів, близьким до мінімального; при додатковій

	самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості оволодіння навчальною дисципліною.
F	«Незадовільно» (без можливості перездачі) – навчальна діяльність низької якості та не відповідає вимогам, теоретичний зміст курсу не освоєно, необхідні практичні навички роботи не сформовані, всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки, додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не призведе до будь-якого значимого підвищення якості оволодіння навчальною дисципліною

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	**A**	**відмінно**
82 - 89	**B**	**добре**
74 - 81	**C**	
64 - 73	**D**	**задовільно**
60 - 63	**E**	
35-59	**FX**	**незадовільно з можливістю повторного складання**
1 - 34	**F**	**незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни**

Розподіл балів, які отримують студенти (ДФН)

Залік

Поточний контроль								**Разом**	**Сума**
РОЗДІЛ 1				РОЗДІЛ 2					
Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	63	100
7	14	7	7	7	7	7	7		
Контроль самостійної роботи								37	
5	4	5	5	5	4	5	4		

Розподіл балів, які отримують студенти (ЗФН)

Залік

Поточний контроль								**Разом**	**Сума**
РОЗДІЛ 1				РОЗДІЛ 2					
Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	60	100
	10		20		10		20		
Контроль самостійної роботи								40	
5	5	5	5	5	5	5	5		

Згідно з Положенням «Про порядок визнання результатів навчання у неформальній та/або інформальній освіті у Сумському державному педагогічному університеті імені А.С. Макаренка», ухвалене рішенням вченої ради університету (протокол № 9 від 24.04.2025 р.), перезарахуванню можуть підлягати результати навчання отримані шляхом неформальної та/або інформальної освіти, що за тематикою, обсягом вивчення та змістом відповідають як навчальній дисципліні в цілому, так і її окремому розділу, темі (темам), індивідуальному завданню, які передбачені робочою програмою даної навчальної дисципліни. Обсяг зарахування в годинах/кредитах ECTS визначається згідно переліку компетентностей і результатів навчання, передбачених даною робочою програмою. Зарахування результатів навчання, здобутих у неформальній та/або інформальній освіті, здійснюється у відповідності до пунктів 3.6-3.9 названого Положення.

Політика дисципліни

Вивчення дисципліни передбачає дотримання положень Кодексу академічної доброчесності СумДПУ імені А.С. Макаренка, затвердженого наказом № 420 від 30 вересня 2019 р.

Прослуховуючи цей курс, Ви погодились виконувати положення Кодексу академічної доброчесності [Кодекс академічної доброчесності Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка Режим доступу: https://sspu.edu.ua/images/2019/manual/kodeks_akademichnoyi_dobrochesnosti_6c82c.pdf].

Окреслимо його основні складові. Складати всі проміжні та фінальні завдання самостійно без допомоги сторонніх осіб. Надавати для оцінювання лише результати власної роботи. Не вдаватися до кроків, що можуть нечесно покращити Ваші результати чи погіршити/ покращити результати інших студентів. Не публікувати відповіді на питання, що використовуються в рамках курсу для оцінювання знань студентів.

Академічна доброчесність.

У разі наявності плагіату в будь-яких видах робіт здобувача вищої освіти робота оцінюється на мінімальний бал.

Шкала оцінювання підсумкового контролю: національна та ECTS

За шкалою ЕКТС	За 100-бальною шкалою	За національною шкалою (форма контролю – іспит, диф. залік)	Пояснення

A	90 - 100	відмінно	Кредити зараховано. Контрольні заходи виконані лише з незначною кількістю помилок.
B	82 - 89	добре	Кредити зараховано. Контрольні заходи виконані вище середнього рівня з кількома помилками.
C	74 - 81	добре	Кредити зараховано. Контрольні заходи виконані правильно з незначною кількістю суттєвих помилок.
D	64 - 73	задовільно	Кредити зараховано. Контрольні заходи виконані нижче середнього рівня, але зі значною кількістю помилок
E	60 - 63	задовільно	Кредити зараховано. Виконання контрольних заходів задовольняє мінімальним критеріям.
Fx	35 - 59	незадовільно з можливістю повторного складання	Кредити не зараховано. Здобувачу надається можливість скласти визначені контрольні заходи для поліпшення підсумкової оцінки.
F	1 - 34	незадовільно з повторним вивченням курсу	Кредити не зараховано. Здобувач повинен повторно освоювати навчальний матеріал дисципліни

5. Засоби діагностики результатів навчання

Поточний та підсумковий контроль проводяться відповідно до вимог Положення «Про порядок оцінювання знань студентів у Європейській кредитно-трансферній системі (ЄКТС) організації освітнього процесу», затвердженого вченою Радою СумДПУ імені А.С. Макаренка (протокол №7 від 23.02.2015). Для поточного контролю використовуються форми: опитування та виступи на практичних заняттях, активна участь в обговоренні теоретичних питань, виконання практичних завдань, тестування за розділами, підготовка презентації з проблемних питань дисципліни.

Семестровий контроль – залік.

Методи навчання: проблемно-пошуковий, діалогічний, кейс-метод, моделювання.

6. Програма навчальної дисципліни

6.1. Інформаційний зміст навчальної дисципліни

Розділ 1. Теоретичні основи та дослідницькі проблеми кризового консультування.

Тема 1. Первинне кризове консультування та кризова терапія – зони відповідальності, впливу та очікувані результати. Теоретичні парадигми консультативних теорій. Задачі, тривалість, зміст, емоційний контакт. Структура процесу консультування – моделі консультативного процесу.

Тема 2. Особливості роботи з наслідками реагування людського організму на неспецифічну сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму. Значення психоедукації та її місце у короткотривалому кризовому консультуванні. Робота над активацією та збільшенням ресурсних станів. Вікно толерантності.

Тема 3. Первинне кризове консультування у роботі із постраждалими внаслідок психотравмуючих ситуацій. Можливості та обмеження психолога-консультанта у роботі з травмою. Розуміння стресу як системи адаптаційних механізмів людини до умов, що змінились. Психологічний захист та копінг-механізми. Посттравматичний розвиток.

Тема 4. Первинне кризове консультування та його значення в подоланні наслідків психотравми: невідкладна психологічна допомога. Гострі симптоми та ризики виникнення ПТСР. Консультування клієнта, що знаходиться у постстесовому стані. Особливості опитування: безпека, симптоматика, соціальні контакти, статус травми (кризової ситуації). Важливість скерування. Інтервенції при гострій травмі: зняття напруги, перша психологічна допомога. Модель «Наближеності, невідкладності, надії». Протоколи першої

психологічної допомоги для військових та цивільних. Когнітивно-поведінкові втручання. Дебрифінг стресу, пов'язаному з травматичною подією.

Розділ 2. Особливості проведення первинного кризового консультування.

Тема 1. Надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих. Безпосереднє обстеження. Питання про потребу скерування до фахівців інших галузей. Особливості взаємодії: збалансована емоційна підтримка та співчуття: залученість у стосунки. Зменшення дистресу та регуляція негативних емоційних станів.

Тема 2. Телефон довіри: організація, зміст та методика надання психологічної допомоги в сучасних вітчизняних умовах. Особливості комунікації. Задачі різних етапів бесіди. Особливості дитячих та підліткових звернень до телефону довіри.

Тема 3. Кризове консультування під час горювання. Горе як природна реакція на втрату. Етапи горя. Психоедукація у період горювання. Особливості дитячого горювання. Роль та місце психолога- консультанта у роботі з проживанням горя.

Тема 4. Коморбідні стани у клієнта. Розповсюдженість. Фактори, які є відповідальними за розвиток коморбідності. Головний принцип - розрізняти при діагностиці первинні і фонові захворювання, а також їх ускладнення і супутні патології. Коморбідність при ПТСР. Уміння виявляти ознаки органічних психічних захворювань, адиктивні розлади.

Структура навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
		у тому числі					у тому числі			
		Лекції	Практ.	Самост.р		Усього	Лекції	Практ.	Самост.р	
Розділ 1. Теоретичні основи та дослідницькі проблеми короткотривалого кризового консультування										
Тема 1. Первинне кризове консультування та кризова терапія – зони відповідальності, впливу та	**19**	**2**	**2**	**15**		**21**	**1**	**0**	**20**	

очікувані результати										
Тема 2. Особливості роботи з наслідками реагування людського організму на неспецифічну сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму. Вікно толерантності	**23**	**4**	**4**	**15**		**22**	**1**	**1**	**20**	
Тема 3 Первинне кризове консультування у роботі із постраждалими внаслідок психотравмуючих ситуацій.	**23**	**4**	**4**	**15**		**27**	**1**	**1**	**25**	
Тема 4. Подолання наслідків психотравми: невідкладна психологічна допомога.	**23**	**4**	**4**	**15**		**22**		**1**	**21**	
Розділ 2. Особливості проведення первинного кризового консультування.										
Тема 1 Надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих	**23**	**4**	**4**	**15**		**22**	**1**	**1**	**20**	
Тема 2. Телефон довіри: організація, зміст та методика надання психологічної допомоги в сучасних вітчизняних умовах	**21**	**4**	**2**	**15**		**23**	**1**	**1**	**21**	

Тема 3. Кризове консультування під час горювання	**25**	**4**	**4**	**15**	**2**	**25**	**1**	**1**	**21**	**2**
Тема 4. Коморбідні стани у клієнта.	**23**	**4**	**4**	**15**		**20**			**20**	
Усього годин	**180**	**30**	**28**	**120**	**2**	**180**	**6**	**6**	**166**	**2**

Теми лекційних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Первинне кризове консультування та кризова терапія – зони відповідальності, впливу та очікувані результати	**2**	**1**
2	Особливості роботи з наслідками реагування людського організму на неспецифічну сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму. Вікно толерантності..	**4**	**1**
3	Первинне кризове консультування у роботі із постраждалими внаслідок психотравмуючих ситуацій.	**4**	**1**
4	Подолання наслідків психотравми: невідкладна психологічна допомога.	**4**	
5	Надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих	**4**	**1**
6	Телефон довіри: організація, зміст та методика надання психологічної допомоги в сучасних вітчизняних умовах	**4**	**1**
7	Кризове консультування під час горювання	**4**	**1**
8	Коморбідні стани у клієнта. Уміння виявляти ознаки органічних психічних захворювань, адиктивні розлади	**4**	

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Первинне кризове консультування та кризова терапія – зони відповідальності, впливу та очікувані результати	**2**	**0**
2	Особливості роботи з наслідками реагування людського організму на неспецифічну сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму. Вікно толерантності	**4**	**1**
3	Первинне кризове консультування у роботі із постраждалими внаслідок психотравмуючих ситуацій.	**4**	**1**
4	Подолання наслідків психотравми: невідкладна психологічна допомога.	**4**	**1**
5	Надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих	**4**	**1**
6	Телефон довіри: організація, зміст та методика надання психологічної допомоги в сучасних вітчизняних умовах	**2**	**1**
7	Первинне кризове консультування під час горювання	**4**	**1**
8	Коморбідні стани у клієнта.	**4**	

Теми самостійних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Первинне кризове консультування та кризова терапія – зони відповідальності, впливу та очікувані результати	**15**	**20**
2	Особливості роботи з наслідками реагування людського організму на неспецифічну сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму. Вікно толерантності	**15**	**20**
3	Первинне короткотривале кризове консультування у роботі із постраждалими внаслідок психотравмуючих ситуацій.	**15**	**25**
4	Подолання наслідків психотравми: невідкладна психологічна допомога.	**15**	**21**

5	Надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих	**15**	**20**
6	Телефон довіри: організація, зміст та методика надання психологічної допомоги в сучасних вітчизняних умовах	**15**	**21**
7	Кризове первинне консультування під час горювання	**15**	**20**
8	Коморбідні стани у клієнта.	**15**	**21**

7. Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Айві А. Цілеспрямоване інтерв'ювання та консультування. Київ, Сфера. 1998. 341с.
2. Бріер Дж. Скотт К. Основи травмофокусованої психотерапії. пер.з англ. Ю. Ясницька. Львів, Український інститут КПТ. 2015. 448 с.
3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів, видавництво Старого Лева. 2021. 424с.
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навч. посіб.: т. 2 / за заг. ред. Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.
5. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: метод. посіб. / З. Г. Кісарчук та ін. Київ, ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.
6. Сабліна Н. Психологічне консультування та психотерапія складних запитів: травма, ПТСР, насильство, зґвалтування, горе, втрата. Робота з дітьми, підлітками, дорослими, військовими та їх сім'ями. Київ, Каравела. 2025. 223с.
7. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. Київ, Главник. 2007. 144 с. (Серія «Психол. Інструментарій»).
8. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина Київ, Главник. 2007. 176 с. (Серія «Психол. Інструментарій»).
9. Хомич Г.О, Ткач Р.М. Основи психологічного консультування. навч. посіб. Київ, МАУП. 2004. 152 с.

Додаткові

1. Василевська О. І., Дворніченко Л. Л. Методи арт-терапії в консультуванні. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Т.1,№ 1. С 145 – 149.
2. Дворніченко Л. Л., Чеканська Л. М. Психологічні особливості посттравматичних стресових розладів. *Перспективи та інновації науки Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»,* № 11 (45) 2024. С. 1269-1282. https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-11(45)-1269-

1281
3. Ерфорд Б. 45 основних технік психологічного консультування. Київ, Науковий світ. 2022. 634с.
4. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: методичний посібник / Н.А. Агаєв, та ін. Київ, НДЦ ГП ЗСУ. 2016. 234 с.
5. Мотрук Т.О. Особливості консультування клієнта, що знаходиться у постстресовому стані. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: збірник наукових праць Східноукраїнського Національного університету імені Володимира Даля*. 2017. Вип. 2 (43).С. 156 –165.
6. Основи загальної і медичної психології / За ред. І.С. Вітенко, О.С.Чабана. Тернопіль, Укрмедкнига, 2003. 344с.

8. Інформаційні ресурси

https://dec.gov.ua/wp-content/uploads/images/dodatki/2016_121_PTSR/2016_121_AKN_PTSR.pdf

https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four_ways_to_calm_your_mind_in_stressful_times

9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна (за потребою)

1. Нормативні документи МОН України
2. Аудіо наочність
3. Відео наочність
4. Використання елементів дистанційної освіти.
5. Залучення інтернет-ресурсів Zoom, Moodle, Viber, Telegram, email.