

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка

Факультет педагогіки, психології та мистецтв
Кафедра психології та соціальної роботи

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
В.о. завідувача кафедри

Галушко Л.Я.
«19» серпня 2024 року



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПП.ВК.3. Психологія резильєнтності

Рівень вищої освіти: третій (освітньо-науковий)

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітня програма: Психологія

Форма навчання: денна, заочна

2024 – 2025 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія резильєнтності» розроблена на основі освітньо-наукової програми «Психологія», навчального плану підготовки здобувачів вищої освіти третього (освітньо-наукового) рівня за спеціальністю 053 Психологія

Строк навчання: 4 роки

Розробники: кандидат психологічних наук, доцент Мельничук І.Я.

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні кафедри психології та соціальної роботи

Протокол № 1 від «19» серпня 2024 року

В.о.завідувача кафедри

Галушко Л.Я.

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія резильєнтності» для здобувачів спеціальності 053 Психологія за третім (освітньо-науковим) рівнем вищої освіти. ЦДУ ім. В. Винниченка, 2024. 14 с.

© Мельничук І.Я.
2024 рік
© ЦДУ ім. В. Винниченка,
2024 рік

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3,5	Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Вибіркова	
Індивідуальне навчально-дослідне завдання	Спеціальність: 053 Психологія	Рік підготовки	
		2-й	
Семестр			
4-й			
Загальна кількість годин – 105		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи аспіранта – 4	Освітня програма: Психологія	20 год.	20 год.
		Практичні, семінарські	
		16 год.	16 год.
		Лабораторні	
	Рівень вищої освіти: третій (освітньо-науковий)	0 год.	0 год.
		Самостійна робота, у т.ч. ІНДЗ	
		69 год.	69 год.
		Вид контролю: Залік	

1.2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою курсу є засвоєння знань про резильєнтність, основні принципи, механізми та технології її формування для збереження, відновлення та розвитку ментального здоров'я.

Завдання:

- опрацювання основних теоретичних підходів до резильєнтності та надання психологічної допомоги на різних стадіях стресу;
- вироблення навичок психологічної діагностики резильєнтності;
- формування вміння планувати і проводити відновлювальну індивідуальну та групову роботу;

- формування уміння володіти методами та техніками психологічної допомоги для збереження ментального здоров'я особистості.

Інтегральна компетентність	
ІК. Здатність продукувати нові ідеї, розв'язувати значущі комплексні проблеми професійної та/або дослідницько-інноваційної діяльності у сфері психології, застосовувати методологію наукової та педагогічної діяльності, а також проводити власне наукове дослідження, результати якого мають наукову новизну, теоретичне та практичне значення.	
Загальні компетентності	Фахові компетентності
ЗК4. Здатність розв'язувати комплексні проблеми психології на основі системного наукового світогляду та загального культурного кругозору із дотриманням принципів професійної етики та академічної доброчесності.	СК1. Здатність виокремлювати, систематизувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження. СК5. Здатність оцінювати рівень власної фахової компетентності, саморозвиватися і самовдосконалюватися протягом життя, підвищувати професійну кваліфікацію, бути професійно мобільним. СК6. Здатність застосовувати нові технології та інструменти, сучасні цифрові технології, бази даних та інші ресурси, спеціалізоване програмне забезпечення у науковій та викладацькій діяльності.

1.3. Очікувані програмні результати навчання:

ПРН2. Розуміти загальні принципи та методи психології, а також методологію наукових досліджень, застосовувати їх у власних дослідженнях у сфері психології та у викладацькій практиці.

ПРН3. Виокремлювати, систематизувати, розв'язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, формулювати і перевіряти гіпотези, визначати чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження.

РН5. Застосовувати сучасні інструменти і технології пошуку, оброблення та аналізу інформації, статистичні методи аналізу даних, спеціалізовані бази даних та інформаційні системи, розробляти інноваційні дослідницькі методики у сфері психології, перевіряти їх ефективність.

РН8. Визначати свої професійні можливості та завдання підвищення професійної кваліфікації й професійної мобільності.

2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

3.

Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади психології резильєнтності

Тема 1. Основи резильєнтності.

Представлення цілей та змісту дисципліни. Ознайомлення з науковими підходами до поняття резильєнтності.

Характеристика основних компонентів психологічної стійкості. «Колесо» резильєнтності. Особливості діагностування резильєнтності.

Фактори, які сприяють і перешкоджають розвитку резильєнтності. Зовнішні та внутрішні ресурси особистості. Техніки активації цінностей.

Тема 2. Наукові підходи до розвитку резильєнтності.

Ознайомлення з науковими підходами розвитку резильєнтності. Фактори, які сприяють і перешкоджають розвитку резильєнтності. Особливості діагностування резильєнтності. Психологічні особливості та технології активації резильєнтності.

Тема 3. Розвиток ресурсів особистості.

Основні симптоми та критерії стресових розладів. Реакції стресу на фізіологічному, емоційному, мисленнєвому рівнях. Тригери та інтрузії. Основні види стабілізації та мобілізації ресурсів. психофізіологічна, психодинамічна, когнітивна та інформаційна. Можливі вікові реагування на кризову ситуацію. Техніки стабілізації. Етапи нарративної експозиції до періоду війни.

Змістовий модуль 2. Науково-практичні аспекти технології розвитку резильєнтності

Тема 4. Цінності як основа життєвої стійкості особистості: пізнання та стратегії активації.

Ціннісні орієнтації та їх значення для формування і розвитку резильєнтності. Диференціація цінностей, цілей, бажань. Виявлення власних цінностей в різних сферах. Аналіз ступеня реалізації різних цінностей. Особливості постановки цілей у відповідності з ціннісними орієнтаціями.

Тема 5. Поведінкова активація та навички вирішення проблем.

Поведінковий принцип при розв'язанні проблем. Техніки: «Компас життя»; «Планування ресурсної діяльності»; «Навички вирішення проблем».

Ідентифікація емоцій. Основні способи емоційної саморегуляції.

Вправи: «Карта емоцій», «Висловлення емоцій».

Тема 6. Розвиток корисного мислення як складової резильєнтності. некорисних переживань.

Зв'язок думок, емоцій, тілесних станів і поведінки. Техніки: «Ідентифікація думок», «Тестування негативних думок», «Дистанціювання від думок», «Каталог переживань». Сократівські запитання у розгляді корисності переживань. Критерії корисних і некорисних переживань. Техніка «Майндфулнес». Створення «Безпечного місця».

Тема 7. Емоційна саморегуляція для плекання резильєнтності.

Корисні та некорисні переконання щодо висловлення емоцій. Основні способи емоційної регуляції. Ідентифікація емоцій. Вправи: «Карта емоцій», «Висловлення емоцій». Етапи нарративної експозиції складних життєвих ситуацій. Створення «Безпечного місця».

Тема 8. Формування соціальних зв'язків як чинника розвитку резильєнтності особистості.

Важливість спілкування для розвитку резильєнтності. Способи розбудови соціальних зв'язків. Психологічний клімат в колективі. Значення здорових стосунків, спільних активностей та спілкування для життєстійкості. Аналіз ресурсів, які дає спільнота та власного внеску в розвиток спільноти. Здорова та проблемна взаємодія, алгоритм ефективної комунікації. Стосунки з собою. Розвиток самоспівчуття.

Тема 9. Інтеграція практик технології розвитку резильєнтності в контекст життя та професійну діяльність.

Ідеї щоденних практик стійкості в житті людини. Календарний план плекання резильєнтності. Особливості проведення консультативної та корекційно-розвивальної роботи для розвитку резильєнтності. Мобільні застосунки для розвитку резильєнтності та ментального здоров'я.

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви розділів і тем	Кількість годин					
	денна/заочна форма					
	усього	у тому числі				
л		п	лаб.	інд.	СР	
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади психології резильєнтності						
Тема 1. Основи резильєнтності.	10	2	1	-	-	7
Тема 2. Наукові підходи до розвитку резильєнтності.	10	2	1	-	-	7
Тема 3. Розвиток ресурсів особистості.	14	4	2	-	-	8
Разом за модулем 1.	34	8	4	-	-	22
Змістовий модуль 2. Науково-практичні аспекти технології розвитку резилієнтності						
Тема 4. Цінності як основа життєвої стійкості особистості: пізнання та стратегії активації.	11	2	1	-	-	8
Тема 5. Поведінкова активація та навички вирішення проблем.	11	2	1	-	--	8
Тема 6. Розвиток корисного мислення як складової резильєнтності.	12	2	2	-		8

Тема 7. Емоційна саморегуляція для плекання резильєнтності.	12	2	2	-	-	8
Тема 8. Формування соціальних зв'язків як чинника розвитку резильєнтності особистості.	12	2	2	-	-	8
Тема 9. Інтеграція практик технології розвитку резильєнтності в контекст життя та професійну діяльність.	11	2	2			7
Разом за Модулем 2	69	12	10			47
Усього годин	105	20	16			69

4. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

4.1. Теми лекційних занять (денна/заочна форма навчання)

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Основи резильєнтності.	2
2.	Тема 2. Наукові підходи до розвитку резильєнтності.	2
3.	Тема 3. Розвиток ресурсів особистості.	4
4.	Тема 4. Цінності як основа життєвої стійкості особистості: пізнання та стратегії активації.	2
5.	Тема 5. Поведінкова активація та навички вирішення проблем.	2
6.	Тема 6. Розвиток корисного мислення як складової резильєнтності. некорисних переживань.	2
7.	Тема 7. Емоційна саморегуляція для плекання резильєнтності.	2
8.	Тема 8. Формування соціальних зв'язків як чинника розвитку резильєнтності особистості.	2
9.	Тема 9. Інтеграція практик технології розвитку резильєнтності в контекст життя та професійну діяльність.	
	Всього	20

4.2. Теми семінарських (практичних) занять (денна/заочна форма навчання)

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Основи резильєнтності.	1
2.	Тема 2. Наукові підходи до розвитку резильєнтності.	1

3.	Тема 3. Розвиток ресурсів особистості.	2
4.	Тема 4. Цінності як основа життєвої стійкості особистості: пізнання та стратегії активації.	1
5.	Тема 5. Поведінкова активація та навички вирішення проблем.	1
6.	Тема 6. Розвиток корисного мислення як складової резильєнтності. некорисних переживань.	2
7.	Тема 7. Емоційна саморегуляція для плекання резильєнтності.	2
8.	Тема 8. Формування соціальних зв'язків як чинника розвитку резильєнтності особистості.	2
9.	Тема 9. Інтеграція практик технології розвитку резильєнтності в контекст життя та професійну діяльність.	2
	Всього	16

4.3. Теми лабораторних занять – не передбачено

4.4. Завдання для самостійної роботи Денна/заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Основи резильєнтності. Ознайомитись та зробити конспект одної наукової праці. Наприклад: 1. Кузікова С.Б., Щербак Т.І. Теоретико-емпіричний аналіз проблеми резильєнтності та стресостійкості в педагогічній діяльності. Психологічний журнал. Умань: ВПЦ «Візаві», 2022. Вип. 8. С. 39-46. 2. Панченко Т. Л., Сидоренко Ю. В. Теоретичні передумови формування резильєнтності учасників освітнього процесу засобами технологій інтерактивного навчання. <i>Contemporary problems of pedagogy amidst the European integration of educational environment: theory and practice: Scientific monograph</i> . Riga, Latvia: “Baltija Publishing”, 2023. Р. 225- 249. 3. Чиханцова О.А. Резильєнтність як особистісний ресурс українців в умовах воєнного стану. <i>Журнал сучасної психології</i> № 2 (37), К. 2025. С.146-154.	7
2.	Тема 2. Наукові підходи до розвитку резильєнтності. І. Написати есе (обсягом 2-4 сторінки) на одну із запропонованих тем: 1. Дослідження психологічного феномену resilience (стійкість) у зарубіжній психології 2. Конструкт «резильєнтність» у дослідженнях українських психологів	7

	3. Вікові особливості становлення резильєнтності. II. Підібрати та обґрунтувати одну методику для діагностики резильєнтності, підготуватись до її проведення	
3.	Тема 3. Розвиток ресурсів особистості. Написати есе (обсяг 2-3 сторінки) на тему: «Зовнішні та внутрішні ресурси особистості у різних сферах життєдіяльності».	8
5.	Тема 4. Цінності як основа життєвої стійкості особистості: пізнання та стратегії активації. Робота з бланком визначення цінностей в кожній сфері життя. Зібрати власну скарбничку нагадувань про цінності: історії, картинки, фрази.	8
6.	Тема 5. Поведінкова активація та навички вирішення проблем. Підготуватися до проведення вправ: Техніка визначення практичних кроків для реалізації цінностей в кожній із сфер життя. Конструктивна орієнтація на розв'язання проблем та техніки їх вирішення. Планування та SMART-цілі	8
7.	Тема 6. Розвиток корисного мислення як складової резильєнтності. некорисних переживань. Підібрати 3-4 вправи для розвитку корисного мислення і позбавлення від негативних думок, підготуватися до їх проведення. Скласти рекомендації для формування соціальних зв'язків і самопідтримки з метою розвитку резильєнтності.	8
8.	Тема 7. Емоційна саморегуляція для плекання резильєнтності. Підібрати і підготуватись проводити 3-4 вправи для емоційної стабілізації, регуляції і проживання емоцій.	8
9.	Тема 8. Формування соціальних зв'язків як чинника розвитку резильєнтності особистості. Скласти рекомендації для формування соціальних зв'язків і самопідтримки з метою розвитку життєстійкості.	8
	Тема 9. Інтеграція практик технології розвитку резильєнтності в контекст життя та професійну діяльність. Здійснити аналіз сучасних технологій мобільних застосунків для розвитку резильєнтності.	7
	Всього	69

4.6. Методи навчання

Під час вивчення дисципліни «Психологія резильєнтності» передбачено комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяє розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця, з урахуванням індивідуальних особливостей учасників освітнього процесу.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання. Це – комп’ютерна підтримка освітнього процесу, впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, мозковий штурм, ситуативне моделювання, опрацювання дискусійних питань тощо).

За джерелами знань на заняттях використовуються словесні (розповідь, бесіда, лекція) та практичні методи.

За рівнем самостійної розумової діяльності використовуються проблемно-інформаційний, проектно-пошуковий, дослідницький методи. Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

1) Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна-лекція);
- наочні (презентація, демонстрування);
- практичні методи (вправи; практичні завдання).

2) Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- метод проблемного викладу матеріалу;
- моделювання життєвих ситуацій;
- мозковий штурм;
- метод опори на життєвий досвід;
- навчальної дискусії.

3) Методи контролю й самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності:

- усного контролю;
- письмового контролю;
- самоконтролю та взаємоконтролю;
- рецензування відповідей.

4.7. Засоби діагностики результатів навчання здобувачів освіти. Порядок та критерії виставлення балів

Контрольні заходи здійснюються з дотриманням вимог об’єктивності, індивідуального підходу, системності, всебічності.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання можуть бути:

- залік;
- стандартизовані тести;
- есе;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
- студентські презентації та виступи на наукових заходах;
- інші види індивідуальних та групових завдань.

Використовуються такі методи контролю (усний, письмовий), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів до навчально-пізнавальної діяльності.

Поточний контроль. *Завданням поточного контролю* є перевірка розуміння та засвоєння певної частини учбового матеріалу, рівня сформованості навичок, умінь самостійно опрацьовувати навчальний матеріал, здатності осмислити зміст теми.

Об'єктами поточного контролю знань студента є систематичність та активність роботи на заняттях; виконання завдань для самостійної роботи. Оцінюванню можуть підлягати: рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах на практичних/семінарських заняттях; активність при обговоренні питань практичного/семінарського/лабораторного заняття; результати тестування тощо.

У разі невиконання завдань поточного контролю студент має право скласти їх індивідуально до останнього практичного заняття за дозволом завідувача кафедри. Порядок такого контролю регламентований викладачем.

Підсумковий контроль. Завданням підсумкового контролю є перевірка розуміння студентом програмного матеріалу в цілому, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання накопичених знань, уміння сформулювати своє ставлення до певної проблеми навчальної дисципліни тощо.

4.8. Перелік програмових питань для самоконтролю:

1. Основні з наукові підходи до поняття резильєнтності.
2. Характеристика компонентів психологічної стійкості. «Колесо» резильєнтності.
3. Фактори, які сприяють і перешкоджають розвитку резильєнтності.
4. Класифікація розладів психіки, що виникають в наслідок екстремальних ситуацій.
5. Види стресів.
6. Основні симптоми та критерії стресових розладів.
7. Характеристика реакцій стресу на фізіологічному, емоційному, мисленнєвому рівнях.
8. Фактори, від яких залежить вплив психотравмуючих подій.
9. Зовнішні та внутрішні ресурси особистості та їх роль у формуванні резильєнтності.
10. Особливості надання первинної психологічної допомоги на різних етапах травматичного стресу.
11. Можливі реагування на кризову ситуацію у підлітковому віці.
12. Вірогідні реагування на кризову ситуацію у юнацькому віці.
13. Особливості реагування дітей дошкільного та молодшого шкільного віку на надзвичайні ситуації.
14. Особливості стресових реакцій в учасників бойових дій.
15. Принципи психологічної діагностики резильєнтності.
16. Основні критерії діагностування резильєнтності.
17. Характеристика методик психодіагностики резильєнтності.
18. Етапи нарративної експозиції до періоду війни.
19. Принципи надання психологічної допомоги особам, які перебували надзвичайних ситуаціях.
20. Рівні психологічної допомоги при надзвичайних подіях.

21. Техніки для розвитку ресурсних станів постраждалих від надзвичайних подій.
22. Поведінковий принцип при розв'язанні проблем: техніка «Компас життя».
23. Поведінковий принцип при розв'язанні проблем: навички вирішення проблем.
24. Ідентифікація емоцій. Основні способи емоційної саморегуляції.
25. Характеристика вправ: «Карта емоцій», «Висловлення емоцій»
26. Характеристика видів технік «заземлення».
27. Психологічні інструменти у роботі з інтрузивними спогадами.
28. Робота з униканням і тригерами.
29. Характеристика технік: «Ідентифікація думок», «Тестування негативних думок», «Дистанціювання від думок».
30. Характеристика і особливості проведення вправ на релаксацію.
31. Аналіз вправи «Безпечне місце» та особливості її проведення.
32. Формування соціальних зв'язків як чинник розвитку резильєнтності особистості.
33. Стосунки з собою. Розвиток самоспівчуття.
34. Характеристика технік мандфунесу.
35. Тілесноорієнтовані практики для формування резильєнтності.

4.9. Схема нарахування балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота												Сума
Модуль 1			Модуль 2						Контр. роб.	Разом	Макс. 100	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9				
10	15	5	5	10	10	10	5	10	20	100	100	

T1, T2 ... T9 – теми занять.

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	Зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно	незараховано
1-34	незадовільно	незараховано

5. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

5.1. Рекомендована література

Основна:

- 1.Грішин Е. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія, 2021 (64). С 62 - 81.
- 2.Кокун О. М., Мельничук Т.І. Резилієнс -довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с.
- 3.Кузікова С.Б., Щербак Т.І. Теоретико -емпіричний аналіз проблеми резильєнтності та стресостійкості в педагогічній діяльності. Психологічний журнал. Умань: ВПЦ «Візаві», 2022. Вип. 8. С. 39 -46.
- 4.Лазос Г.П. Теоретик о -методологічна модель резильєнтності як основа побудови психотехнології її розвитку. Організаційна психологія. Економічна психологія. № 2 -3 (17) . 2019. С. 77 -89.
- 5.Панченко Т. Л., Сидоренко Ю. В. Теоретичні передумови формування резильєнтності учасників освітнього процесу засобами технологій інтерактивного навчання. Contemporary problems of pedagogy amidst the European integration of educational environment: theory and practice: Scientific monograph. Riga, Latvia: “Baltija Publishing”, 2023. P. 225 – 249.

Допоміжна:

6. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
7. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціальнопсихологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Ніка-Центр, 2009. 580 с.
8. Купріян О. Програма розвитку навичок самодопомоги, відновлення та стресостійкості. Львів. 2023. 202 с.
9. Мельничук І.Я. Історичний ракурс еволюції концепції резильєнтності. Матеріали Всеукраїнської науковопрактичної конференції з міжнародною участю «Цілісний підхід у психології та соціальній роботі: теорія та практика»:Збірник тез / За заг.ред. докт. психол. наук, проф. Клочек Л.В., докт.психол. наук, проф. Гейко Є.В. Кропивницький: ЦДУ, 2024. С. 214-217. (0,15 д.а.).
10. Предко В. В. Розвиток життєстійкості особистості підлітка в умовах інноваційної освітньої діяльності: методичні рекомендації. Київ: Ніка-Центр. 2018.
11. Романчук О. Когнітивно поведінкова терапія тривожного розладу. Навчально-методичні матеріали УІКПТ. Львів. 2020.
12. Чиханцова О., Гуцол К. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19 : практичний посібник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ, 2022. 128 с.
13. Чиханцова О. А. Психологічні основи життєстійкості особистості : монографія. Київ : Талком, 2021. 318 с
14. Чиханцова О.А. Розвиток резильєнтності особистості в ситуаціях невизначеності. Вчені записки ТНУ імені

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. Корольчук О.Л., Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні <http://surl.li/kpqjm>
2. ПТСР. Коло сім'ї. <https://k-s.org.ua/ptsd/>
3. Ларіна Т.О. Соціально-психологічна реабілітація особистості: покрокове набуття життєздатності. *Проблеми соціально-психологічної реабілітації* <http://surl.li/kpqdw>
4. Мельничук І.Я. Теоретико-методологічні основи розвитку та корекції резильєнтності. *Наукові записки* № 2. Серія: Психологія. Кропивницький: Видавничий дім «Гельветика», 2024. С. 82-87. <https://journals.cusu.in.ua/index.php/psychology/article/view/469/442>

6. ПОЛІТИКА ЩОДО АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральнотукаїнському державному педагогічному університеті імені Володимира Винниченка» (затверджене вченою радою, протокол №2 від 30.09.2019; №10 від 07.02.2022).