

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет гуманітарно-педагогічний
“18” червня 2026 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ**

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма «Психологія»

Факультет: Гуманітарно-педагогічний

Розробник: доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук, доцент
Оксана ОЛІЙНИК

Київ – 2026 р.

Опис навчальної дисципліни «Психологічна допомога особистості»

Навчальна дисципліна «Психологічна допомога особистості» спрямована на забезпечення майбутніх психологів теоретичними знаннями та закріплення практичних навичок з психологічної допомоги. Вивчення «Психологічна допомога особистості» сприятиме формуванню розуміння місця та ролі психологічної допомоги в системі наукового знання та в сучасній практиці, її задач, особливостей, методів і прийомів в різних видах і рівнях психологічної допомоги, вимог до особистісно-професійних якостей фахівця сфери психологічної допомоги.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	<i>(магістр)</i>	
Спеціальність	С4 «Психологія»	
Освітня програма	«Психологія»	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	обов'язкова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	7	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)		
Форма контролю	<i>екзамен</i>	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	1	
Семестр	1	
Лекційні заняття	30 год.	год.
Практичні, семінарські заняття	30 год.	год.
Лабораторні заняття	год.	год.
Самостійна робота	60 год.	год.
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	4 год.	

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета: формування розуміння місця та ролі психологічної допомоги в системі наукового знання та в сучасній практиці, її задач, особливостей, методів і прийомів в різних видах і рівнях психологічної допомоги, вимог до особистісно-професійних якостей фахівця сфери психологічної допомоги.

Перелік освітніх компонент, які передують вивченню навчальної дисципліни:
психологія та педагогіка вищої школи, диференційна психологія, психологія стресу.

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що

передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

загальні компетентності (ЗК):

- здатність застосовувати набуті знання із основ психологічної допомоги особистості у практичних ситуаціях (ЗК1);
- здатність генерувати нові ідеї (креативність) у професійній діяльності (ЗК3);
- уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми в царині психологічної допомоги особистості як галузі науки й практики (ЗК4);
- цінування та повага різноманітності та мультикультурності зі збереженням власної ідентичності (ЗК5);
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) (ЗК6);
- здатність діяти соціально відповідально та свідомо (ЗК7);
- здатність працювати в команді, мотивувати людей та рухатися до спільної мети з фахівцями супутніх професій в процесі надання психологічної допомоги особистості (ЗК9);
- здатність спілкуватися іноземною мовою, у тому числі у професійній сфері (ЗК10).

спеціальні (фахові) компетентності (СК):

- здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної допомоги особистості як галузі науки і практики (СК1);
- здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності (СК3);
- здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік (СК4);
- здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психологічної допомоги особистості (СК5);
- здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах (СК6);
- здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій під час надання психологічної допомоги (СК7);
- здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях (СК10).

Програмні результати навчання (ПРН):

- інтегрувати різноманітні напрямки консультативної та терапевтичної психології, усвідомлювати основні теоретичні конструкти надання психологічної допомоги в залежності від специфіки конкретної ситуації (ПРН1);
- вміти розробляти дизайн психологічної допомоги : формулювати проблеми і висувати гіпотези, генерувати теоретичний контекст конкретних досліджень, визначати параметри і ресурси для психологічного дослідження, планувати і надавати психологічну допомогу (ПРН2);
- узагальнювати емпіричні дані та формулювати психологічний висновок, що містить характеристику психологічних проблем клієнта, вказівки на їх можливі причини та бути здатним застосувати рекомендовані психологічні напрямки для їх вирішення (ПРН3);

- розробляти програми психологічних інтервенцій (психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість роботи (ПРН 5);
- доступно і аргументовано представляти результати психологічної допомоги особистості у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях (ПРН7);
- вирішувати етичні дилеми надання психологічної допомоги з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності (ПРН 9);
- здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої психологічної проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності (ПРН 10);
- здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій консультативної та психотерапевтичної діяльності (ПРН 11).

2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин													
	денна форма							заочна форма						
	тижні	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
			л	пр.	лаб.	інд.	ср.		л	пр.	лаб.	інд.	ср.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади надання психологічної допомоги особистості														
Тема 1.1. Психологічна допомога особистості як предмет вивчення	1	9	2	2			5							
Тема 1.2. Методологічні основи надання психологічної допомоги особистості. Принципи й соціальні технології психологічної допомоги особистості	2	9	2	2			5							
Тема 1.3. Особливості взаємодії в системі «психолог-клієнт» в процесі надання психологічної допомоги	3-4	11	4	4			7							
Тема 1.4. Поняття впливу в процесі надання психологічної допомоги	5	9	2	2			5							
Тема 1.5. Фахівець психологічної служби	6	9	2	2			5							
Тема 1.6. Профілактика вторинної травматизації фахівців психологічної допомоги	7	9	2	2			5							
Разом за змістовим модулем 1		60	14	14			32							
Змістовий модуль 2. Види та рівні надання психологічної допомоги особистості														
Тема 2.1. Перша психологічна допомога: психологічна підтримка, психоедукація	8	14	2	2			4							
Тема 2.2. Психодіагностика як різновид психологічної допомоги	9	12	2	2			3							

Тема 2.3. Психологічна корекція як різновид психологічної допомоги	10	19	2	2			3						
Тема 2.4. Соціально-психологічний супровід	11	12	2	2			3						
2.5. Особливості психологічного консультування	12	18	2	2			3						
Тема 2.6. Психотерапевтичні напрямки як детермінанти психологічної допомоги	13-15	30	6	6			12						
Разом за змістовим модулем 2		60	16	16			28						
Усього годин		120	30	30			60						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічна допомога особистості як предмет вивчення	2
2	Методологічні основи надання психологічної допомоги особистості. Принципи й соціальні технології психологічної допомоги особистості	2
3-4	Особливості взаємодії в системі «психолог-клієнт» в процесі надання психологічної допомоги	4
5	Поняття впливу в процесі надання психологічної допомоги	2
6	Фахівець психологічної служби	2
7	Профілактика вторинної травматизації фахівців психологічної допомоги	2
8	Перша психологічна допомога: психологічна підтримка, психоедукація	2
9	Психодіагностика як різновид психологічної допомоги	2
10-	Психологічна корекція як різновид психологічної допомоги	2
11	Соціально-психологічний супровід	2
12	Особливості психологічного консультування	2
13-15	Психотерапевтичні напрямки як детермінанти психологічної допомоги	6
Усього		30

4. Теми практичних занять

№	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічна допомога особистості як предмет вивчення	2
2	Методологічні основи надання психологічної допомоги особистості. Принципи й соціальні технології психологічної допомоги особистості	2
3-4	Особливості взаємодії в системі «психолог-клієнт» в процесі надання психологічної допомоги	4
5	Поняття впливу в процесі надання психологічної допомоги	2
6	Фахівець психологічної служби	2
7	Профілактика вторинної травматизації фахівців психологічної допомоги	2
8	Перша психологічна допомога: психологічна підтримка, психоедукація	2
9	Психодіагностика як різновид психологічної допомоги	2
10	Психологічна корекція як різновид психологічної допомоги	2
11	Соціально-психологічний супровід	2
12	Особливості психологічного консультування	2

13	Психотерапевтичні напрямки як детермінанти психологічної допомоги. Психодинамічний напрям у наданні психологічної допомоги	2
14	Техніки конгнітивно-поведінкової терапії у наданні психологічної допомоги	2
15	Надання психологічної допомоги у межах гуманістичного напрямку	2
	Усього	30

5. Теми самостійної роботи

П №	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічна допомога особистості як предмет вивчення	5
2	Методологічні основи надання психологічної допомоги особистості. Принципи й соціальні технології психологічної допомоги особистості	5
3-4	Особливості взаємодії в системі «психолог-клієнт» в процесі надання психологічної допомоги	7
5	Поняття впливу в процесі надання психологічної допомоги	5
6	Фахівець психологічної служби	5
7	Профілактика вторинної травматизації фахівців психологічної допомоги	5
8	Перша психологічна допомога: психологічна підтримка, психоедукація	4
9	Психодіагностика як різновид психологічної допомоги	3
10	Психологічна корекція як різновид психологічної допомоги	3
11	Соціально-психологічний супровід	3
12	Особливості психологічного консультування	3
13	Психотерапевтичні напрямки як детермінанти психологічної допомоги. Психодинамічний напрям у наданні психологічної допомоги	4
14	Техніки конгнітивно-поведінкової терапії у наданні психологічної допомоги	4
15	Надання психологічної допомоги у межах гуманістичного напрямку	4
	Усього	60

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист практичних робіт, проєктів;
- презентації та виступи на наукових заходах;
- пірінгове оцінювання, самооцінювання.

7. Методи навчання:

- метод проблемного навчання;
- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод;
- метод проєктного навчання;
- метод навчальних дискусій та дебат;
- метод командної роботи, мозкового штурму

8. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України»

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. Теоретико-методологічні засади надання психологічної допомоги особистості		
Лекція 1.1	Визначати поняття «психологічна допомога особистості». Розуміти об'єкт, предмет, мету і завдання психологічної допомоги.	-
Практична робота 1.1	Знати види, галузі психологічної допомоги. Диференціювати види запитів та причини звернень за психологічною допомогою. Характеристика видів психологічної допомоги.	10
Самостійна робота 1.1	Аналіз галузей психологічної допомоги за зверненнями клієнтів.	4
Лекція 1.2.	Знати етичні засади надання психологічної допомоги.	-
Практична робота 1.2.	Розуміти основні принципи надання психологічної допомоги. Диференціювати методи і соціальні технології надання психологічної допомоги.	5
Самостійна робота 1.2.	Розуміти роль етичних принципів у наданні психологічної допомоги	4
Лекція 1.3.	Знати рівні та методологічні установки стосунків в процесі надання психологічної допомоги. Характеризувати структуру процесу спілкування. Вміти класифікувати процес спілкування. Знати основні класифікації типів клієнтів. Розуміти особливості роботи з важкими клієнтами. Характеризувати уникнення і опір психологічній допомозі як основні стратегії поведінки клієнта	-
Практична робота 1.3.	Характеристика спілкування як способу міжособистісної взаємодії в наданні психологічної допомоги. Знати особливості роботи з клієнтами різних типів. Аналіз прикладів рівнів стосунків при наданні психологічної допомоги.	10
Самостійна робота 1.3	Аналіз моделей стосунків в системі «психолог-клієнт	5
Лекція 1.4.	Розуміти сутність поняття соціально-психологічного впливу Знати класифікацію психологічного впливу. Характеризувати стимули сенсорної системи. Знати невербальні та вербальні знакові системи як засоби соціально-психологічного впливу	-
Практична робота 1.4.	Застосовувати залучення до спільної діяльності як засіб впливу.	5

	Володіти методами та прийомами соціально-психологічного впливу. Аналіз методів і прийомів соціально-психологічного впливу. Характеристика факторів продуктивності психологічного впливу.	
Самостійна робота 1.4.	Аналіз методів модифікації психічних станів об'єкта	4
Лекція 1.5.	Знати основні вимоги до фахівця сфери психологічної допомоги. Диференціювати особистісні й професійні якості фахівця з психологічної допомоги. Розуміти критерії практичної готовності фахівця до надання психологічної допомоги. Визначати основні особливості котрепії.	-
Практична робота 1.5.	Знати детермінанти ефективності фахівця сфери психологічної допомоги. Використовувати супервізію як невід'ємний компонент професійної діяльності психолога-практика Аналіз основних вимог до психолога-практика. Визначення ролі супервізії і котрепії у професійній діяльності психологів.	10
Самостійна робота 1.5.	Характеристика вимог до психотерапевтичного процесу та до фахівця.	4
Лекція 1.6.	Розуміти поняття вторинної травматизації фахівців. Знати особливості професійного вигорання фахівців сфери психологічної допомоги.	
Практична робота 1.6.	Володіти методами і техніками профілактики вторинної травматизації. Аналіз факторів вторинної травматизації. Знати особливості профілактики професійного вигорання фахівців сфери психологічної допомоги.	5
Самостійна робота 1.6.	Аналіз методів і технік профілактики вторинної травматизації	4
Модульна контрольна робота 1.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Види та рівні надання психологічної допомоги особистості		
Лекція 2.1	Знати поняття «перша психологічна допомога», «психоедукація», «психологічна підтримка». Виділяти структурні елементи і завдання першої психологічної допомоги. Дотримуватись принципів надання ППД.	-
Практична робота 2.1	Диференціювати і характеризувати основні фактори, що впливають на здоров'я. Знати основні правила роботи з людьми, що потребують психологічної підтримки Аналіз прикладів використання оперативних правил ППД. Методи подолання ПТСР	5
Самостійна робота 2.1	Дотримання інструкції щодо надання першої психологічної допомоги.	4

Лекція 2.2	Знати поняття психодіагностики Розуміти особливості психодіагностичних процедур. Знати особливості психодіагностичного процесу. Вміти встановлювати психологічний діагноз. Знати основні методи психодіагностики	-
Практична робота 2.2.	Володіти проєктивними техніками психодіагностики Здійснювати психодіагностику різних сфер особистості. Аналіз психодіагностичного процесу і його етапів.	3
Самостійна робота 2.2.	Використання проєктивних методик в роботі з досліджуваними різними віковими груп.	3
Лекція 2.3	Розуміти сутність психокорекційного процесу. Знати види, етапи психокорекції. Вміти розробляти та реалізовувати психокорекційну програму.	-
Практична робота 2.3.	Застосовувати методи і техніки психокорекції різних сфер особистості. Аналіз особливостей індивідуальної та групової психокорекції.	4
Самостійна робота 2.3	Підбір методів і технік психокорекції різних сфер особистості	4
Лекція 2.4.	Знати поняття соціально-психологічного супроводу. Розуміти і володіти особливості соціально-психологічного супроводу у наданні психологічної допомоги.	-
Практична робота 2.4.	Характеризувати складові соціально-психологічного супроводу. Аналіз складових соціально-психологічного супроводу.	5
Самостійна робота 2.4.	Навести приклади СПС первинної і вторинної професіоналізації	3
Лекція 2.5.	Знати поняття психологічного консультування. Виділяти особливості психологічного консультування. Знати основні положення психологічного консультування.	-
Практична робота 2.5.	Розуміти особливості взаємодії психологічного консультування з іншими видами психологічної допомоги. Використовувати різні види психологічного консультування. Визначення критеріїв успішного консультування.	6
Самостійна робота 2.5.	Розробка рекомендацій щодо проведення дистанційного психологічного консультування	4
Лекція 2.6.	Диференціювати провідні напрями психотерапії. Визначати відмінні риси психотерапії від інших видів психологічної допомоги. Знати етапи психотерапевтичного процесу.	-
Практична робота 2.6.	Володіти основними методами психотерапії. Застосовувати елементи психодинамічного, гуманістичного, системного напрямів психотерапії у наданні психологічної допомоги.	22

	Знати особливості надання психологічної допомоги у межах психодинамічного напрямку, у межах гештальт-терапії, системного підходу.	
Самостійна робота 2.6.	Проаналізувати особливості побудови стосунків в системі «психолог-клієнт» у межах психодинамічного, гуманістичного, системного напрямів психотерапії	7
Модульна контрольна робота 2.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота		(M1 + M2)/2*0,7 ≤ 70
Екзамен		30
Всього за курс		(Навчальна робота + екзамен) ≤ 100

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перекладання:	<p>Проведення навчальних занять, терміни та умови виконання навчальних завдань можуть бути адаптовані до запитів студентів із документально підтвердженими особливими потребами. Відповідальністю студента залишається вчасне надання таких документів.</p> <p>Відтермінування здачі завдань самостійної роботи у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомої для студента причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації.</p> <p>Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перекладання модулів відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).</p> <p>Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку за умови погодження з деканатом.</p>
Політика щодо академічної доброчесності:	<p>Вступаючи на цей курс, студенти повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Національному університеті біоресурсів і природокористування України (https://surl.lujinsbz).</p> <p>Студенти повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порушення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність.</p> <p>Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Самостійні роботи повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу</p>

Політика щодо відвідування:	Відвідування лекцій та практичних занять з курсу є обов'язковим, воно забезпечує краще розуміння матеріалу, дає можливість простежити зв'язок між теоретичною інформацією та її прикладним аспектом, сформулювати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)
------------------------------------	--

9. Навчально-методичне забезпечення:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни «Психологічна допомога особистості» (на навчальному порталі НУБіП України eLearn - <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4497>)
- Бігун Н.І. Профілактична робота в практичній психології: навчально-методичний комплекс дисципліни. Кам'янець-Подільський: Медобори-2006, 2011. 96 с.

10. Рекомендовані джерела інформації Основні

1. Васьківська С.В. Соціально-психологічний супровід клієнтів: технологія ведення консультативного діалогу: навч. посіб. Київ:Главник, 2006. 128 с.
2. Кошова І. В. Основи психологічної реабілітації : практикум. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. 89 с.
3. Кузікова С., Зливков В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. посібник. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2024. 260 с.
4. Основи психотерапії : навч.посіб. За ред. К.В. Седих, О.О. Фільца. К. : Академвидав, 2024. 208 с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
6. Панок В. Г., Чаплак Я. В., Андреева Я. Ф. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультаування : навч. посібник / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
7. Перша психологічна допомога : посібник для працівників на місцях. Київ : Унів. Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 64 с.
8. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблем. групи Л. М. Вольнова. К. , 2012. 275 с.
9. Титаренко Т. М., Дворник М. С., Климчук В. О. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
10. Фон Шліппе А., Швайцер Й. Системна психотерапія та консультаування / Пер. з нім. Львів : ВНТЛ-Класика, 2004. 320 с.
11. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

Допоміжні

1. Дьоміна Г.А., Мельничук О.Б. Психологічні особливості професійного вигорання психологів-психосоматологів. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 32 (71). № 4. 2021. С. 28-34.
2. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. К.: ІНКОС, 2002. 272 с.
3. Крюкова М. А., Лісовенко А. Ф. Практикум з психотерапії та психокорекції : навчально-методичні рекомендації (в допомогу до самостійної роботи для здобувачів вищої освіти ступеня магістра факультету психології, політології та соціології) [Електронне видання]. / кафедра психології НУ «Одеська юридична академія». Одеса : Фенікс, 2020. 40 с.
4. Пеньковська Н. М., Шептицький Р. В. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.
5. Титаренко Т.М. Життєві кризи: технології консультування. В 2-х частинах. Київ: Главник, 2007. 257 с.

Інформаційні ресурси

1. Балахтар В. Соціально-психологічний супровід професіоналізації фахівця з соціальної роботи у процесі професійної підготовки. URL: file:///C:/Users/Admin/Downloads/alex1,+%D0%91%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D1%85%D1%82%D0%B0%D1%80+%D0%92..pdf (дата звернення 07.05.2026)
2. Вебінар «**Практикум з розвитку ресурсного мислення як складової емоційної компетентності**». <https://youtu.be/UXcejYVQTJw>(дата звернення 07.05.2024)
3. Відновлення життєвих неперервностей. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=IoHOuIhP7Vc> (дата звернення 07.05.2026)
4. Вступ до онлайн-курсу «Базова психологічна допомога в умовах війни» URL: <https://www.youtube.com/watch?v=N72toQSHLHU> (дата звернення 07.05.2026)
5. Перша психологічна допомога URL: https://bettercarenetwork.org/sites/default/files/2022-06/pfa_training_ukrainian.pdf (дата звернення 07.05.2026)