



СИЛАБУС

освітнього компонента

«Психогігієна і психопрофілактика»

Ступінь освіти: фаховий молодший бакалавр

Освітньо-професійна програма: Психологія

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
053 Психологія

Спеціальність:

Посилання на курс у системі дистанційного навчання: <https://posekmodule.km.ua/course/view.php?id=1686>

Семестр:
VI

Кількість
кредитів:
4

Мова викладання:
державна (українська)

Розклад занять: <https://kpdi.edu.ua/studentu/rozklad-zanyat>

Керівник курсу: *Наталя Жияк*, кандидатка психологічних наук;
Володимир Дудченко, кандидат філософських наук,
викладач циклової комісії соціальної роботи, психології
та фізичної культури.

Контактна інформація: тел. +380677907399
e-mail. vds190565@gmail.com
Інформація про очна/онлайн (Viber, Google Meet, Zoom) (за потреби)
консультації (за потреби):

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета вивчення навчальної дисципліни:	формування у здобувачів освіти знань, про основи збереження та зміцнення психічного здоров'я, про фактори, що впливають на психічне здоров'я людини, про методи профілактики психічних розладів, формування навичок оцінки психологічного стану, виявлення факторів ризику, розробки та застосування профілактичних заходів.
Кількість кредитів	4
Загальна кількість годин	120
Кількість модулів	

Форма навчання	очна
Статус навчальної дисципліни	<i>обов'язковий освітній компонент</i>
Перелік навчальних дисциплін, які мають бути вивчені раніше, перелік раніше здобутих результатів навчання	Перелік навчальних дисциплін, які мають бути вивчені раніше історія психології, загальна психологія, соціальна психологія, вікова психологія, основи психодіагностики <i>Перелік раніше здобутих результатів навчання:</i> РН 1. Аналізувати, порівнювати та пояснювати психічні й соціально-психологічні явища. РН 2. Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. РН 3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у тому числі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення навчальних та професійних завдань в т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій. РН 5. Користуватися діагностичними методиками, які дозволяють оцінити індивідуальні особливості особистості; інтерпретувати власні психічні стани; проводити елементарні психологічні дослідження. РН 7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формувати аргументовані висновки. РН 8. Знати та розуміти зміст й основні стратегії професійної діяльності психолога в системі інклюзивної освіти. РН 12. Обирати та реалізовувати ефективні методи просвітницької та психопрофілактичної роботи, заходи психологічної допомоги, відповідно до вимог замовника та з урахуванням індивідуальних особливостей особистості. РН 13. Емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності. РН 15. Використовувати нормативно-правові документи та дотримуватися вимог професійної діяльності.
Підсумковий (семестровий, річний) контроль	екзамен

ФОРМУВАННЯ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Індекс матриці ОПП	Програмні компетентності та результати навчання
ЗК1.	<i>Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</i>
ЗК2 .	<i>Розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності психолога</i>
ЗК 3.	<i>Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</i>
ЗК4.	<i>Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</i>
ЗК5.	<i>Здатність бути критичним і самокритичним.</i>

ЗК6.	<i>Здатність приймати обґрунтовані рішення.</i>
ЗК11.	<i>Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</i>
СК1.	<i>Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.</i>
СК2.	<i>Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.</i>
СК3.	<i>Здатність розуміти індивідуальні-психологічні відмінності особистості та враховувати основні підходи до їх вивчення.</i>
СК4.	<i>Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.</i>
СК5.	<i>Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.</i>
СК6.	<i>Здатність діагностувати зміст та психологічні особливості розвитку психічних процесів, станів, особистісних властивостей.</i>
СК7.	<i>Розуміння нормативно-правової бази діяльності психолога та особливостей ведення документації психологічної служби, здатність дотримуватися норм професійної етики.</i>
СК9.	<i>Здатність розуміти сутність, форми та методи проведення просвітницьких, інформаційно консультативних та психопрофілактичних заходів для створення безпечного психологічного середовища.</i>
РН1.	<i>Аналізувати, порівнювати та пояснювати психічні й соціально-психологічні явища.</i>
РН2.	<i>Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.</i>
РН5.	<i>Користуватися діагностичними методиками, які дозволяють оцінити індивідуальні особливості особистості; інтерпретувати власні психічні стани; проводити елементарні психологічні дослідження.</i>
РН7.	<i>Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.</i>
РН8.	<i>Знати та розуміти зміст й основні стратегії професійної діяльності психолога в системі інклюзивної освіти.</i>
РН11.	<i>Володіти базовими навиками надання консультативної допомоги різним категоріям клієнтів.</i>
РН12.	<i>Обирати та реалізовувати ефективні методи просвітницької та психопрофілактичної роботи, заходи психологічної допомоги, відповідно до вимог замовника та з урахуванням індивідуальних особливостей особистості.</i>
РН13.	<i>Емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.</i>
РН15.	<i>Використовувати нормативно-правові документи та дотримуватися вимог професійної діяльності.</i>
РН16.	<i>Підтримка та зміцнення фізичного здоров'я з метою забезпечення фахової дієздатності.</i>

СТРУКТУРА КУРСУ

Години занять						Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
6	4	4		6	Змістовий модуль 1. Базові засади психогігієни та психопрофілактики	
2	2	2		2	Тема 1. Історія виникнення, структура та сучасний стан психогігієни і психопрофілактики	Знати: історичні етапи розвитку психогігієни та психопрофілактики. Розуміти: предмет та завдання психогігієни, відмінність між психогігієною і психопрофілактикою. Вміти: характеризувати методи психогігієни і психопрофілактики
2	2			2	Тема 2. Основи психогігієни і психопрофілактики.	Знати: предмет та завдання психопрофілактики та психогігієни Розуміти: суть первинної, вторинної, третинної психопрофілактика Вміти: характеризувати основи психогігієни і психопрофілактики
2		2	2	2	Тема 3. Основні вимоги до розробки психогігієнічних та психокорекційних занять.	Знати: основні методичні вимоги до складання психогігієнічних та психопрофілактичних заходів. Розуміти: взаємозв'язок психогігієнічних та психопрофілактичних заходів з наказами ДПСУ. Вміти: аналізувати взаємозв'язок психогігієни і психопрофілактики з іншими науками
6	4	2	2	6	Змістовий модуль 2. Поняття психічного здоров'я особистості	
2	2				Тема 4. Психосоціальні фактори та охорона здоров'я працюючої людини.	Знати: поняття про психічне здоров'я, критерії психічного здоров'я Розуміти: фактори, які впливають на психічне здоров'я людини Вміти: формувати загальне уявлення про порушення психічного здоров'я.
2	2	-	-	4	Тема 5. Дослідження психічного здоров'я особистості.	Знати: поняття про здоровий спосіб життя. Розуміти: важливість гармонії особистості та її саногенний потенціал Вміти: здійснювати оцінку психічного здоров'я.
2		2	2	2	Тема 6. Профіль психічного здоров'я	Знати: шляхи збереження психічного здоров'я. Розуміти: суть підтримуючих факторів психічного здоров'я біологічної, особистісної та соціальної природи Вміти: складати профіль психічного здоров'я
10	6	4	2	6	Змістовий модуль 3 Основні напрямки психопрофілактичної роботи щодо негативного впливу екстремальних подій на психіку людини.	
2		2	-	2	Тема 7. Проблеми екстремальної психології.	Знати: суть психопрофілактичних засобів, екстремальні впливи на психіку людини, стрес і дистрес. Розуміти: вплив «інформаційного голоду» на нервово-психічні функції людини. Вміти: аналізувати проблеми екстремальної психології.

Години занять						Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
4	2				Тема 8. Вплив екстремальних ситуацій на особистість.	Знати: вплив екстремальних ситуацій на психічне здоров'я особистості Розуміти: проблеми адаптації та дезадаптації Вміти: визначати особливості відновлення психологічної стійкості, надавати психологічну допомогу в екстремальних ситуаціях.
2	2		2	2	Тема 9. Робота психолога в осередку екстремальної ситуації.	Знати: суть екстреної психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях Розуміти: розвиток навичок самопомоги при страхові, тривозі, журбі; негативних емоційних станах; при нервовому тремтінні Вміти: надавати рекомендації щодо оптимізації негативних емоційних станів військовослужбовців командиром підрозділу.
2	2	2	-	2	Тема 10. Стрес, його вплив на особистість	Знати: суть стресорів, та їх вплив на нервово-психічне здоров'я, соціальна профілактика насильства у сім'ї. Розуміти: поняття «інформаційний голод» від поняття «сенсорний голод» Вміти: . Перелічити ресурси стійкості до стресу
4	6		2	4	Змістовий модуль 4. Психологічні засоби розвитку стресостійкості та посттравматичного зростання	
2	4			2	Тема 11. Стресостійкість, посттравматичне зростання – актуальні психологічні проблеми сучасної людини.	Знати: стресостійкість: зміст, стилі, антитюди. Розуміти: особливості посттравматичного зростання особистості Вміти: здійснювати заходи психологічної просвіти щодо запобігання впливу стресових факторів
2	2		2	2	Тема 12. Психопрофілактика стресових розладів.	Знати суть посттравматичного стресового розладу: Розуміти: техніки розвитку посттравматичного зростання Вміти: застосовувати психокорекційний комплекс при роботі з посттравматичними стресовими розладами.
6	2	2	2	8	Змістовий модуль 5 Психогігієна праці та навчання	
2	2			2	Тема 13. Сімейна психогігієна.	Знати: суть психогігієни сімейних стосунків. Розуміти: особливості психогігієни статевих відносин. Вміти: аналізувати психологічні особливості розвитку готовності особистості до шлюбних стосунків.
2				2	Тема 14. Психогігієна подружнього життя.	Знати: суть психогігієни стосунків у сім'ї. Розуміти: психогігієнічну практику сексуальних відносин Вміти: визначати готовність особистості до шлюбних стосунків
2		2	2	4	Тема 15. Профілактика сімейних конфліктів.	Знати: особливості психогігієни стосунків у сім'ї. Розуміти: важливість психогігієнічної практики

Години занять						Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						сексуальних відносин Вміти: демонструвати та захист психопрофілактичних заходів щодо запобігання сімейних конфліктів та розвитку гармонійних стосунків у сім'ї
4	4			6	Змістовий модуль 6 Основні напрямки психопрофілактичної роботи за поширенням шкідливих звичок	
2				4	Тема 16. Напрямки психопрофілактичної роботи.	Знати: феномен залежності в психологічній літературі Розуміти: медико-біологічні та психологічні аспекти наркоманії, алкоголізму, ігрової залежності. Вміти: визначати напрямки роботи психолога щодо профілактики та подолання залежностей особистості
2	4			2	Тема 17. Профілактичні заходи щодо попередження алкоголізму, наркоманії, ігрової залежності.	Знати: загальні тенденції поширення шкідливих звичок серед молоді, критерії та чинники залежної поведінки Розуміти: феномен залежності в психологічній літературі, алгоритм складання планів психопрофілактичних заходів щодо запобігання алкогольної, наркотичної, ігрової залежності. Вміти: здійснювати заходи щодо профілактики та подолання залежностей особистості.
36	26	12	10	36	Всього 120	

ПОЛІТИКА ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Нормативна база освітнього процесу доступна за посиланням

<https://kpdi.edu.ua/publicna-informatsiia/polozhennya-yaki-reglamentuyut-diyalnist-instytutu>

Дотримання умов доброчесності	Дотримання положень Кодексу академічної доброчесності НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут».
Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти	Зарахування результатів навчання у неформальній та інформальній освіті здійснюється згідно з Положенням про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти у НРЗВО КПДІ, зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю): закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю). Критерії оцінювання результатів навчання, здобутих у неформальній / інформальній освіті.

	1. Наявність документа про завершення: сертифікат, диплом, грамота або інший документ, що підтверджує успішне проходження. 2. Відповідність змісту отриманих знань та здобутих результатів навчання тематиці курсу: у випадку якщо це курси, вебінари, семінари, круглі столи тощо, їх тематика має відповідати одній або кільком темам, які визначені даною робочою програмою. 3. Система оцінювання. Здобувач отримує: - відмінно (12-10 балів), якщо курс має значний обсяг, містить практичну складову, зміст курсу повністю відповідає програмним результатам навчання. Здобувач, який отримує оцінку «відмінно», демонструє глибокі, системні знання та високий рівень практичних навичок, здобутих у неформальній освіті. Він не просто засвоїв матеріал, а й здатен застосовувати його в реальних умовах, аналізувати та створювати власні рішення; - добре (9-7 балів): якщо зміст збігається з основними положеннями певної теми. Здобувач на цьому рівні володіє основними знаннями та вміннями, які відповідають ключовим положенням певної теми. Уміє застосовувати отримані знання в типових, стандартних ситуаціях. Здатний виконати практичні завдання, що були частиною курсу. Може виконувати аналітичну роботу, але потребує додаткових роз'яснень для вирішення нестандартних проблем; - задовільно (6-4 балів): короткостроковий семінар або тренінг, що дає базове розуміння теми. Здобувач володіє базовим розумінням теми, але його знання є фрагментарними, а навички – обмеженими. Його знання є поверхневими, і він може мати значні труднощі з поясненням взаємозв'язків між різними аспектами теми.
Очікування	Організація освітнього процесу та відвідування занять відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут»», «Положення про організацію освітнього процесу у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут»», «Положення «Про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут»».
Відвідування занять	Відвідування лекційних, практичних та семінарських занять з дисципліни є обов'язковим для всіх студентів відповідно до розкладу.
Відпрацювання пропусків занять	Студент, який пропустив заняття, самостійно вивчає матеріал за наведеними у силабусі джерелами інформаційного забезпечення і ліквідовує заборгованість під час консультацій. Відпрацювання пропусків занять відбуваються відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу».
Допуск до екзамену	Відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу» всі студенти, котрі не мають пропусків занять (відпрацювали пропуски занять) допускаються до іспиту.

Підсумкова оцінка	Результати контролю оцінюються за 4-бальною доводяться до відома студентів не пізніше трьох днів з часу його проведення із внесенням результатів у документи обліку успішності студентів. Студенти, які до початку сесії мають хоча б з одного виду контролю (змістового модуля) незадовільні оцінки, не одержують підсумкову оцінку і не допускаються до екзамену рішенням Педагогічної ради як такі, що не виконали навчальної програми з дисципліни. Деталі, щодо підсумкового контролю окреслені у «Положенні про організацію освітнього процесу» та «Положенні про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут».
Екзаменаційна оцінка	Результати екзамену оцінюються за 4-бальною шкалою у відповідності до «Положення про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут»».

ВЕРИФІКАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ
Критерії оцінювання навчальної діяльності студента
Оцінювання за 4-бальною шкалою

Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
		Екзамен	Диференційований залік
Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Високий (творчий)	відмінно	Зараховано з оцінкою «відмінно»
Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно варіативний)	добре	Зараховано з оцінкою «добре»

Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
		Екзамен	Диференційований залік
Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок			
Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно	Зараховано з оцінкою «задовільно»
Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні			
Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Низький (рецептивно-продуктивний) з можливістю повторного складання семестрового контролю	незадовільно	не зараховано

ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ

Основна література	- Власенко І.А., Фурман В.В., Рева О.М., Канюка І.О. Психологічне здоров'я студентської молоді. Вінниця : ТВОРИ, 2022. 224 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/41404/1/Furman_V_Vlasenko_I_Reva_O_Kanuka_I_PSSM_2022_IL.pdf - Гундєртайло, Ю. (2022). Практики психогігієни як частина здорового способу життя особистості під час війни. Проблеми політичної психології, 12(26), 151-161. https://doi.org/10.33120/popp-Vol26-Year2022-102_5 - Бовдир О.С., Вельдбрехт О.О., Самкова О.М. Психопрофілактика та подолання синдрому емоційного вигорання. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 32 (71) №6 2021. С. 32 – 38. URL: https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.6/06 236 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/18831/1/psychol_extirim.pdf
---------------------------	--

	4. Коцур Н.І., Товкун Л.П. Психогігієна : Навч.посіб. Переяслав : Домбровська Я.М., 2024. 314 с. URL: https://ehsupir.uhsp.edu.ua/server/api/core/bitstreams/06585faa-cb38-4f11-94ef06c6b985f8f1/content 5. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини : навч.посіб. / за ред. І.Я. Коцана. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с. URL: https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/14d613a4-d8aa-4fd9-88a4-600da60a05de/content 6. Основи здорового способу життя. Практичні заняття: навч. посіб. для самостійної роботи студентів / уклад.: І.Ю. Карпюк, Т.К. Обезюк. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. 419 с. URL: https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/8fb08add-670d-4607-ad8d020f9fb54f6c/content 7. Максименко С.Д., Гришко О.Д. Психічний супровід і психічне здоров'я : навч.посіб. Київ : Видавництво Людмила, 2024. 468 с. Т.2. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741253/1/Психологічний%20супровід%20ТОМ%202_%40%23.pdf 8. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, В.М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/733985/1/2_Психічне%20здоров%20Купнар%20Невмерж.pdf 9. М. Пріснякової. Дніпро : Дніпров. гум. ун-т, 2022. 275 с. URL: http://info.dgu.edu.ua/bitstream/123456789/631/1/Колективна%20монографія%20репозитарій.Pdf
Додаткова література	10.Гундертайло, Ю. Д. (2023) Простір і війна: досвід підтримки психогігієни біженців у притулку Простір арт-терапії, 2 (34). С. 78-86. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/740467 11.Данелюк А.Д., Кобзева М.Д., Яковенко В.М. Психогігієна і психопрофілактика в умовах війни. Актуальні питання профілактичної медицини : матеріали науково-практичної конференції, присвяченої 95-річчю із дня народження Юрія Кундієва (м. Харків, 24 жовтня 2022 р.) / ред. кол. : В.О. Коробчанський, О.І. Герасименко, Ю.О. Олійник та ін. - Харків: ХНМУ, 2022. С. 14 – 16. URL: https://repo.knmu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/c992b38b6487-4194-a172-aa1efa68d6ad/content 12.Колесніченко О.С., Мацегора Я.В., Приходько І.І., Психопрофілактика суїцидальної поведінки військовослужбовців : практич. посіб. Харків : НА НГУ, 2022. 231 с. URL: https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/posibnyk_Psykhoprof_SPV2022.pdf 13.Карамушка Л. М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни : Навч.- методичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 124 с. URL:

- <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737839>
14. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730974/1/Карамушка%20Л. Методичн%20рекомендації.pdf>
 15. Каськов, І. (2023). Психопрофілактика девіантної та делінквентної поведінки особистості в умовах політико-соціальної нестабільності. Вісник Національного університету оборони України, 75(5), 37–43. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-37-43>
 16. Корнієнко І.О. Психогігієна як важливий чинник збереження психічного здоров'я учнів. Габітус. 2022. Вип. 38. С. 77 – 82. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.38.13>
 17. Корнієнко І. О. Психогігієна як важливий чинник збереження психічного здоров'я учнів . Габітус. 2022. - Вип. 38. - С. 77-82. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2022_38_15.
 18. Сибірна Р. І., Сибірний А. В. Психопрофілактика серед осіб, які перебувають в особливих умовах. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (Серія психологічна). №1 (2024). С. 54- 59. URL: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-8>
 19. Медична психологія: підручник / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том І. 3-е вид. доробл. і доповн. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 512 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735924>
 20. Медична психологія: підручник / за редакцією академіка С.Д. Максименка. Том ІІ. 3-е вид. доробл. і доповн. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 520 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735927>
 21. Психопрофілактика та психокорекція професійного відчуження у працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій: монографія / О. О. Сергієнко, Л. А. Перелигіна, В. Ф. Боснюк та ін. Харків : НУЦЗУ, 2021. 133 с. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/13987> Друковане видання з фонду бібліотеки КІП https://opac.kpi.ua/F/?func=direct&doc_number=000640171&local_base=KPI01
 22. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів : навч.-метод. посіб. / Л. І. Магдисюк та ін. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. Ушакова, І. М. (2022).
 23. Психопрофілактика виникнення гострих стресових розладів у працівників ДСНС України під час війни. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (2), 95-99. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.19>
 24. Шевяков, О., Бурлакова, І., Корнієнко, В., Вакулик, В., Славська, Я., Остапенко, І., & Герасимчук, О. (2024). ПСИХОПРОФІЛАКТИКА КРИЗИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ. Науковий вісник Дніпровського державного університету внутрішніх справ, (1), 317–324. <https://doi.org/10.31733/2078-3566-2022-5-317-324> Борисенко, З. (2021).

	25. Психопрофілактика залежності підлітків від Інтернету. Проблеми гуманітарних наук. Психологія, 49, 22–34. doi: https://doi.org/10.24919/2312-8437.49.255847
<i>Інтернет-ресурси</i>	26. Рonomarenko Т. (2021). ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ЩО ПРАЦЮЮТЬ В ОНЛАЙН-ПРОСТОРИ – СТАН ПРОБЛЕМИ, ПРИЧИНИ ТА ПСИХОПРОФІЛАКТИКА. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС, 7(3), 58–66. https://doi.org/10.31108/1.2021.7.3.6 27. Психологічна гігієна як умова ефективності під час війни. Міністерство охорони здоров'я України. URL: https://moz.gov.ua/uk/psihologichna-gigiena-jak-umova-efektivnosti-pid-chasvijni#! 28. Гігієна правці в деталях: психічне та ментальне здоров'я, психосоціальні ризики та їхні фактори. Психосоціальна підтримка та перша психологічна допомога. Південне міжрегіональне управління Державної служби з питань праці. URL: https://pd.dsp.gov.ua/news/hihiiena-pratsi-v-detaliakh-psykhichnoho-ta-mentalne-zdorov-iapsykhosotsialni-ryzyky-ta-ikhni-factory-psykhosotsialna-pidtrymka-ta-persha-psykholohichnadopomoha/# 29. Що таке ментальне здоров'я та як його покращувати? Ти як? Всеукраїнська програма ментального здоров'я. URL: https://howareu.com/materials/shcho-take-mentalne-zdorovia 30. Міщенко, М. (2023). PSYCHOLOGICAL STABILITY (RESILIENCE) IN THE CONDITIONS OF WAR. Modern Engineering and Innovative Technologies, 2(28-02), 7–10. https://doi.org/10.30890/2567-5273.2023-28-02-002 31. Полька Н.С., Махнюк В.М., Чорна В.В., Серебреннікова О.А., Махнюк В.В. Актуальність розробки законопроекту «про психологічну, психотерапевтичну допомогу населенню України» для створення умов профілактики психічних розладів у воєнний та повоєнний період. Гігієна населених місць : зб. наук. пр. К., 2023. Вип. 73. С. 156-65. URL: https://doi.org/10.32402/hygiene2023.73.156_6 32. Пінчук, О. В. (2024). Психологічна просвіта: міжнародний досвід покращення ментального здоров'я та розвитку психологічної культури молоді . Імідж сучасного педагога, (6(219), 76–79. https://doi.org/10.33272/2522-9729-2024-6(219)-76-79 33. Гнатюк О.В. (2023) Основні прояви адаптаційних розладів у здобувачів освіти в умовах воєнного стану. Актуальні проблеми клінічної та технологічної медицини. КВІЦ, м. Київ, Україна, С. 59 – 61. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737746 34. Москаленко О.В., Блохіна І.О. До проблеми вивчення психологічного здоров'я особистості. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 2 2022. С. 92 – 96. URL: https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/15_14-9-15 35. Павлюк. М.М. (2023) Профілактика девіацій розвитку особистості у складних життєвих обставинах. Перша Всеукраїнська науково-практична конференція з адиктології: матеріали науково-практичної

- конференції, 16-17 вересня 2023 року: Зб. матеріалів . Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна, С. 109 – 116. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/738116>
- 36.Рябоконь. В.В. Психологічне здоров'я людини як один із компонентів теорії особистості. Габітус. Випуск 21. 2021. С. 201 – 205. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2021/21-2021/37.pdf>
33. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. Національний інститут стратегічних досліджень. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnohozdorovya-v-chasy-viyny>
- 37.Євтушенко І.В. Психологічне здоров'я: поняття, критерії та рівні. Вісник післядипломної освіти. Вип. 25(54). Серія «Соціальні та поведінкові науки». С. 56 – 69. URL: [https://doi.org/10.58442/2522-9931-2023-25\(54\)56-69](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2023-25(54)56-69)
- 38.Що важливо знати про психічне здоров'я? Центр громадського здоров'я МОЗ України. URL: <https://phc.org.ua/news/scho-vazhливо-znati-pro-psikhichne-zdorovya>
- 39.34. Pavlyk, N. (2022). СТРУКТУРА Й КРИТЕРІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ. Психологія і особистість, (1), 34–59. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2022.1.252051>
- 40.Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
- 41.Портал професійних психологів України «У психолога». URL: <http://upsihologa.com.ua/>
- 42.Електронна бібліотека НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут». URL: <https://kpdi.edu.ua/biblioteka>