

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



Факультет психології

Кафедра соціальної психології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 31 ВІЙСЬКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Освітня програма «Психологія»

Спеціальність С4 Психологія

Галузь знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини

Освітня кваліфікація: Бакалавр з психології

Затверджено на засіданні кафедри
соціальної психології
Протокол № 1 від «26» серпня 2025 р.

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Військова психологія
Викладач (і)	Гринчук Олександра Іванівна
Контактний телефон викладача	
E-mail викладача	oleksandra.hrnychuk@cnu.edu.ua
Формат дисципліни	Денний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	
Консультації	Згідно графіка консультацій

2. Анотація до навчальної дисципліни

Курс «Військова психологія» спрямований на формування системного уявлення про психологічні закономірності діяльності, поведінки та психічних станів військовослужбовців у мирний і воєнний час. У межах курсу розглядаються предмет, завдання та структура військової психології, її роль у системі підготовки військових кадрів, а також історичні витоки становлення воєнної психології як науки і практики. Значна увага приділяється психології особистості військовослужбовця, особливостям його емоційно-вольової сфери, психологічній підготовці до служби та взаємозв'язку психологічної і бойової підготовки. Курс охоплює питання психічних та емоційних станів військових в екстремальних умовах, механізмів психологічного захисту та саморегуляції, проблем відхильної поведінки, її діагностики й профілактики. Окремі теми присвячені особливостям комунікації з військовими та ветеранами війни, етичним аспектам взаємодії, психологічним наслідкам бойового досвіду та процесам реінтеграції у мирне життя. Також вивчаються психологічні засади інформаційних війн і організація психологічної реабілітації та реадaptaції комбатантів. Курс має практичну спрямованість і орієнтований на підготовку фахівців до ефективної психологічної роботи у військовому та соціальному середовищі.

3. Мета та цілі навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни «Військова психологія» є ознайомлення студентів з теоретико-методологічними аспектами військової психології та практичними прийомами надання професійної психологічної підтримки, допомоги та самопомоги особистості військовослужбовця, а також формуванню у студентів компетентностей пов'язаних із комунікацією з військовими котрі повернулись з війни, здійснення контролю психічних станів військовослужбовців, застосування методів психічної саморегуляції, діагностиці динаміки переживання посттравматичного стресового розладу (ПТСР), методів профілактики та психологічної реабілітації пост-стресових розладів; розпізнавання, діагностики та профілактика відхильної поведінки комбатантів, розпізнавання інформаційних маніпулятивних впливів, попереджувальна та профілактична робота із маніпуляціями масовою свідомістю.

4. Програмні компетентності та результати навчання

Інтегральна компетентність: здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів і характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

Загальні компетентності:

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії; володіння соціально-психологічними механізмами взаєморозуміння і взаємовпливу.

ЗК10. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні, знання юридичних та морально-етичних нормативно-регулятивних засад професійної діяльності психолога і готовність їх неухильно дотримуватись.

Спеціальні компетентності:

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання).

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

СК 10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

Програмні результати навчання:

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

ПР21. Виявляти та диференціювати проблеми збереження і відновлення психічного здоров'я та психологічного благополуччя.

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни		
Вид заняття	Загальна кількість годин	
	Очна форма	Заочна форма
лекції	12	4
семінарські заняття / практичні / лабораторні	18	6
самостійна робота	60	80

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
6 семестр	С4 Психологія	3 курс	Основний

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	кількість год.		
	лекції	заняття	сам. роб
<p>Тема 1. Військова психологія як галузь психологічної науки.</p> <p>Предмет, завдання та структура військової психології. Об'єкт та предмет військової психології, її зміст як науки. Завдання військової психології. Використання військово-психологічних знань у навчально-бойовій та виховній роботі з військовослужбовцями. Роль військової психології в системі підготовки військових кадрів. Історичні витоки воєнної психології як науки та практики.</p>	2 год / 1 год	2 год / -	5 / 10
<p>Тема 2. Психологія особистості військовослужбовця.</p> <p>Поняття особистості військовослужбовця та особливості її вивчення. Особливості емоційно-вольової сфери особистості військового. Професіограма особистості військовослужбовця. Психологічна підготовка особистості до військової служби: зміст, завдання, Взаємозв'язок психологічної підготовки із бойовою підготовкою. Методи та прийоми психологічної підготовки особистості до служби.</p>	2 год / 1 год	2 год / -	5 / 10
<p>Тема 3. Спілкування з військовими, котрі повернулись з війни.</p> <p>Психологічні та соціальні наслідки бойового досвіду у ветеранів війни. Адаптаційні розлади та процеси реінтеграції экс-комбатантів у мирне життя. Ефективні комунікативні стратегії при взаємодії з ветеранами війни. Рекомендації встановлення контакту та комунікації з ветеранами війни в приватній комунікації. Рекомендації встановлення контакту та взаємодії з ветеранами війни в суспільному просторі. Етичні та психологічні обмеження у комунікації з ветеранами війни. Екологічна реакція на візуальні сліди травм чи ампутації у військових. Способи етичної комунікації при потребі вказати ветерану війни про наявність у нього психологічних або соціальних проблем, які потребують професійної допомоги.</p>	2 год / 1 год	3 год / 2 год	10 / 10
<p>Тема 4. Психічні та емоційні стани військових в екстремальних ситуаціях.</p>	2 год / 1 год	2 год / 1 год	10 / 10

<p>Позитивні та негативні психічні стани військових. Реакція психіки та мозку на бойову (екстремальну) ситуацію. Страх, апатія, ступор, плач та деперсоналізація, як пасивні захисні механізми внаслідок перебування в екстремальних умовах. Рухове збудження, агресія, нервові тремтіння, істерика, як активні захисні механізми внаслідок перебування в екстремальних умовах. Психологічні механізми захисту в екстремальних ситуаціях для зменшення стресу. Прийоми психічної саморегуляції спрямовані на підтримку позитивних психічних станів.</p>			
<p>Тема 5. Відхильна поведінка військовослужбовців: прояви, діагностика, профілактика.</p> <p>Сутність та основні положення теорії девіантної поведінки комбатантів. Біопсихосоціальна модель зумовленості девіацій. Поняття норми та девіації поведінки військових. Основні типи поведінкових відхилень та їх клінічні прояви у військових. Типологія відхильної поведінки в екстремальних (бойових) ситуаціях. Форми та методи попередження та профілактики офіцерським складом відхильної поведінки комбатантів.</p>	2 год /	2 год / 1 год	10 /15
<p>Тема 6. Психологія інформаційних війн.</p> <p>Поняття інформаційної війни, її мети та завдань. Історичні етапи розвитку інформаційного протистояння. Психологічні засади інформаційних війн. Використання маніпулятивних прийомів при інформаційному впливі. Механізми інформаційного впливу у інформаційних війнах. Концепція примусового промивання мізків Р.Ліфтона. Масовий психоз: як відбувається маніпулювання масовою свідомістю. Психологічні наслідки інформаційних впливів.</p>	2 год /	3 год / 1 год	10 / 10
<p>Тема 7. Організація психологічної реабілітації (реадаптації) особового складу комбатантів.</p> <p>Психологічна реабілітація військових: сутність, завдання, організація. Психологічні засади формування системи реадаптації й реабілітації в ЗСУ. Досвід організації реабілітації комбатантів у провідних арміях світу. Показання та протипоказання до проведення психологічної реабілітації військовослужбовців.</p>	2 год / -	2 год / 1 год	10 /15
ЗАГ.:	14 /4	16 / 6	60 /80

6. Система оцінювання навчальної дисципліни

<p>Загальна система оцінювання навчальної дисципліни</p>	<p>Для студентів денної форми навчання та студентів, що мають індивідуальний графік навчання: Максимальна кількість балів яку студент може набрати протягом семестру -100. З них:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) семінарські заняття – 10 балів 2) тести до тем – 10 балів 3) контрольна робота – 10 балів 4) практичне завдання – 10 балів 5) пройдене навчання на платформі https://prometheus.org.ua/, курс: Травматичний досвід і ПТСР: інструментарій для психотерапевта, що підтверджено сертифікатом – 10 балів 5) екзамен – 50 балів <p>Для студентів заочної форми навчання: Максимальна кількість балів яку студент може набрати протягом семестру -100. З них:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) тести до тем – 10 балів 2) контрольна робота – 15 балів 3) практичне завдання – 15 балів 4) пройдене навчання на платформі https://prometheus.org.ua/ , курс: Травматичний досвід і ПТСР: інструментарій для психотерапевта, що підтверджено сертифікатом – 10 балів 5) екзамен – 50 балів
<p>Вимоги до письмових робіт</p>	<p>Практичні завдання виконуються студентами в письмовій формі і здаються викладачу у призначений термін.</p> <p>Практичне завдання 1. до теми «Психічні та емоційні стани військових в екстремальних ситуаціях». Мета: сформувати вміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> • аналізувати психологічні особливості військовослужбовця; • визначати психічні та емоційні стани в умовах служби та бойового досвіду; • пропонувати базові заходи психологічної підтримки з дотриманням етичних норм. <p>Формат і обсяг;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Індивідуальне завдання • Обсяг: 3–4 сторінки • Термін виконання: 1 тиждень <p>Завдання: На основі запропонованого індивідуального кейсу, студент повинен покроково виконати практичне завдання.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дати характеристику психологічного стану військового (1–1,5 сторінки) <ul style="list-style-type: none"> • визначити можливі психічні та емоційні стани військовослужбовця; • пояснити їх зв'язок з умовами служби та стресовими факторами. 2. Визначити психологічні особливості особистості військового (0,5–1 сторінка) <ul style="list-style-type: none"> • описати емоційно-вольову сферу; • вказати можливі сильні сторони та психологічні ресурси.

3. Визначити механізми психологічного захисту і саморегуляції (0,5 сторінки)

- назвати й коротко охарактеризувати 2–3 можливі механізми психологічного захисту;
- запропонувати прості способи саморегуляції (дихальні вправи, релаксація тощо).

4. Запропонувати базові заходи психологічної підтримки (1 сторінка)

- запропонувати заходи психологічної допомоги на рівні підрозділу;
- врахувати етичні принципи взаємодії з військовослужбовцем.

Очікувані результати від виконання завдання:

Студент повинен продемонструвати:

- розуміння основних понять військової психології;
- здатність аналізувати психологічні стани;
- уміння пропонувати практичні й реалістичні заходи підтримки.

Примітка для студентів

У роботі не потрібно ставити клінічні діагнози. Аналіз має ґрунтуватися на навчальному матеріалі курсу та загальних психологічних поняттях.

Критерії оцінювання практичного завдання:

У завданні оцінюється правильність визначення психічних станів; логічність і обґрунтованість висновків; практична доцільність запропонованих заходів; структура та академічна мова викладу.

100 - 90 балів (відмінно) - чітко визначено 2–3 релевантні психічні та емоційні стани, показано зв'язок із умовами служби, розкрито емоційно-вольову сферу, сильні сторони та ресурси, коректно визначено 2–3 механізми захисту та запропоновано реалістичні методи саморегуляції, запропоновано логічний, етично коректний і практично здійснений комплекс заходів, Логічна структура, коректна термінологія, відсутність плагіату.

89-70 балів (добре) - названо психічні стани, але аналіз поверховий або частково узагальнений, опис є, але без глибини або прикладів, механізми названо, але частково некоректно пояснено, заходи доречні, але не повністю обґрунтовані, невеликі стилістичні або структурні недоліки.

69-50 балів (задовільно) - описові формулювання без чіткої психологічної інтерпретації, загальні фрази, слабкий зв'язок із кейсом, перелік без пояснення або практичної прив'язки, загальні рекомендації без конкретики, помітні мовні помилки, слабка логіка викладу.

49-10 балів (не задовільно) - Помилкове або фрагментарне визначення станів, Формальний опис, Помилки в термінах, непридатні рекомендації, Формальні або нереалістичні пропозиції, Значні порушення структури, Ознаки не добротності.

	<p>10- 0 (не задовільно) - аналіз відсутній, висновки відсутні, завдання відсутнє.</p> <p>Підсумкове тестування по курсу (контрольну роботу) студенти проходять онлайн в системі дистанційного навчання.</p> <p>Критерії оцінювання підсумкового тесту: Тест містить 40 запитань закритої форми; максимальний бал для очної форми – 10 балів, для заочної форми – 15 балів. Набрана студентом кількість балів за підсумковий тест залежить від кількості правильних відповідей.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>Студент денної форми допускається до складання екзамену за умови виконання всіх завдань: роботи на семінарах, пройденого тестування по темах та підсумкового тесту, виконання практичного завдання, пройденого онлайн навчання, що підтверджується сертифікатом. Мінімальний набраний студентом бал для складання іспиту становить 25 балів.</p> <p>Студент заочної форми допускається до складання екзамену за умови виконання всіх завдань: пройденого тестування по темах та підсумкового тесту, виконання практичного завдання, пройденого онлайн навчання, що підтверджується сертифікатом. Мінімальний набраний студентом бал для складання іспиту становить 25 балів.</p>
Підсумковий контроль	Форма підсумкового контролю – екзамен.

7. Політика навчальної дисципліни

<p>Студент повинен виконати всі передбачені курсом види робіт. За умови відсутності на занятті (чи заняттях) студент повинен ліквідувати заборгованість та виконати усі завдання по курсу. Якщо до останнього заняття студент не ліквідував заборгованість і не набрав мінімум 25 балів, він не отримує допуску до складання екзамену. Проте, згідно Положення про навчальний процес він матиме змогу перездати курс за талоном 2 або 3, за умови здачі усіх передбачених курсом видів робіт. За умови пропуску студентом усього курсу він буде спрямований на повторне вивчення курсу.</p> <p>Якщо студент при виконання практичних завдань не дотримується академічної доброчесності, такі завдання йому не зараховуються.</p> <p>Академічна доброчесність: Вступаючи на цей курс, студенти повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Прикарпатському національному університеті ім. В. Стефаника</p> <p>Положення про запобігання академічному плагіату: https://pnu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/04/nova-redaktsiia-polozhennia-pro-zapobihannia-akademichnomu-plahiatu.pdf</p> <p>Положення 2 https://pnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/02/Колекс.FR12.pdf</p>

Пропуски занять (відпрацювання)

Пропущені семінарські заняття не відпрацьовуються. Студент який не відвідує семінарські заняття втрачає можливість отримання балів за роботу на семінарі.

Лекційні заняття не відпрацьовуються, але знання лекційного матеріалу обов'язкове. Студенти, які навчаються за індивідуальним графіком, виконують всі завдання згідно вимог.

Виконання завдань пізніше встановленого терміну

Роботи повинні бути виконані й представлені студентом у встановлений час консультацій або протягом тижня КСР, при цьому не пізніше ніж за 1 тиждень до завершення вивчення навчального курсу групою. Студенти, які не виконали заплановані завдання, тести, ІНДЗ, завдання самостійної та контрольної роботи вчасно, повинні їх виконати, однак оцінка при цьому буде знижена на один бал за виконане завдання. У випадку незадовільного виконання завдань, виявів недобропорядної поведінки, академічної недоброчесності (списування), викладач пропонує студентові (-ці) повторно виконати необхідний вид роботи, а пред'явлені студентом завдання не зараховуються.

Неформальна освіта

Можливість зарахування результатів неформальної освіти здійснюється згідно Положення <https://surl.li/sxpdye>

Рекомендовані платформи Coursera, Prometheus, Udemy, EdEra

Комунікація з викладачем відбувається посередництвом старости (з приводу актуальних питань), при особливій потребі вияснити окремі питання індивідуально (які не відображені у силабусі) – через електронну пошту.

8. Рекомендована література

1. Бондарев Г.В., Круть П.П. Основи військової психології: навч.посібник. Харків.нац.у-т внут.справ., Харків.2020., 272с.
2. Балашова С. П., Васильев С. П., Дубровинський Г. Р. Практичний курс військової
3. психології. Навчальний посібник. Ч.ІІ. Київ, 2013. 170с.
4. Військова психологія: Конспект лекцій [Електронний ресурс]: навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра за всіма спеціальностями та всіма освітніми програмами / КПІ ім. Ігоря Сікорського; уклад.: О.А. Карачинський. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2024. — 128 с.
5. Зоран Комар. Психологічна стійкість воїна. Підручник для військових психологів. Київ, 2017. 185 с.
6. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. К. НДЦ ГП ЗСУ. 2017. 282с.
7. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України. Методичний посібник. К.: ФОП Маслаков. 2019. 288с.
8. Лісовський, П. М. Військова психологія: методологічний аналіз : навчальний посібник. К. : Кондор-Видавництво, 2024. 290 с.
9. Неурова, А. Б. Психологія індивідуальної роботи з військовослужбовцями : навч.-метод.посібник. К. : ЦУЛ, 2023. 336 с.
10. Романишин А.М. Психологія бою: діяльність командира підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу в ході бойових дій: навчально-методичний посібник. Львів:НАСВ, 2015. 322с.
11. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: метод.посібник / О.М.Кокун та ін. К. : КНТ, 2023. 168 с.
12. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та

- членам їхніх сімей цивільними психологами: метод. посібник / Кокун О. та ін. К. : ЦУЛ, 2023. 176 с.
13. Охорона психічного здоров'я в умовах війни/ пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова. К.: Наш формат, 2017. 1068с.
 14. Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України : метод. посібник / Кокун О.М. та ін. К. : КНТ, 2023. 302 с.
 15. Психологічна робота з військовослужбовцями учасниками бойових дій на етапі відновлення : метод. посібник. К. : ЦУЛ, 2023. 283 с.
 16. Психологія бойової психічної травми : монографія / О. А. Блінов. К. : Талком, 2016. 246 с.
 17. Ягупов, В. Військова психологія: методологія, теорія та практика. Підручник. К. : Psyhobook, 2023. 520 с.
 18. Гринчук О.І. Психологічна готовність майбутніх офіцерів-психологів до професійної діяльності: основні критерії та показники //Збірник наукових праць: психологія. - Івано-Франківськ: Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2018. Вип.22. С.106-115. <https://doi.org/10.15330/psp.22.106-115>
 19. Гринчук О.І. Копінг-стратегії поведінки як чинник формування психологічної готовності майбутніх офіцерів-психологів до військової служби. Психологія особистості : науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, 2022. Т. 12. № 1. С.26-34/ <https://doi.org/10.15330/ps.12.1.26-34>
 20. Сидорович О., Москальова А., Гринчук О. Психологічна резильєнтність як чинник подолання кризових ситуацій у дорослому віці: механізми та вплив на особистісний розвиток/Перспективи та інновації науки. №10 (44) 2024. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-10\(44\)-1014-1024](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-10(44)-1014-1024)
 21. Гринчук О.І., Мельниченко С.В., Білоус О.В. Психологічні механізми посттравматичного зростання та фактори ризику повторної травматизації у процесі адаптації військовослужбовців після участі в бойових діях. Наукові перспективи № 9 (63) 2025. С. 1514-1524. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-9\(63\)-1514-1524](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-9(63)-1514-1524)
 22. Гринчук О.І. Добрянська М.П. Психологічні особливості впливу персонального іміджу військовослужбовців на становлення професійної самоефективності. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи. 2025, № 3 (1). С. 60-78. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2025-68-3-1-60-78>

Гринчук Олександра Іванівна
кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри соціальної психології