

НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Науково-методична лабораторія з питань фармацевтичної освіти

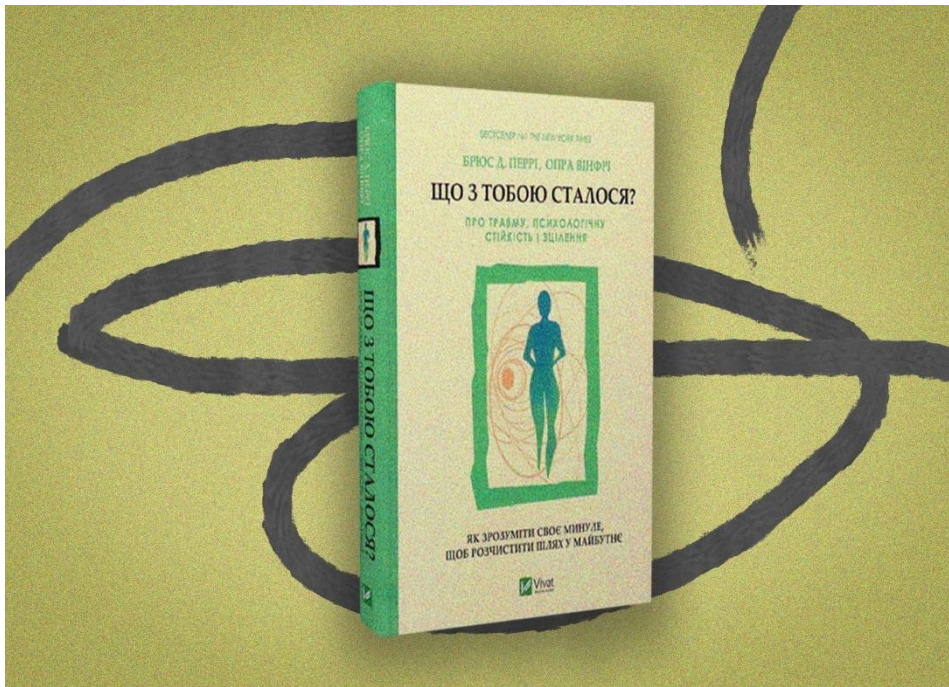
Сектор психологічного супроводу учасників освітнього процесу «Психологічна служба»

КНИЖКОВА ВИСТАВКА



*ПСИХІЧНЕ
ЗДОРОВ'Я
ПІД ЧАС ВІЙНИ*

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ



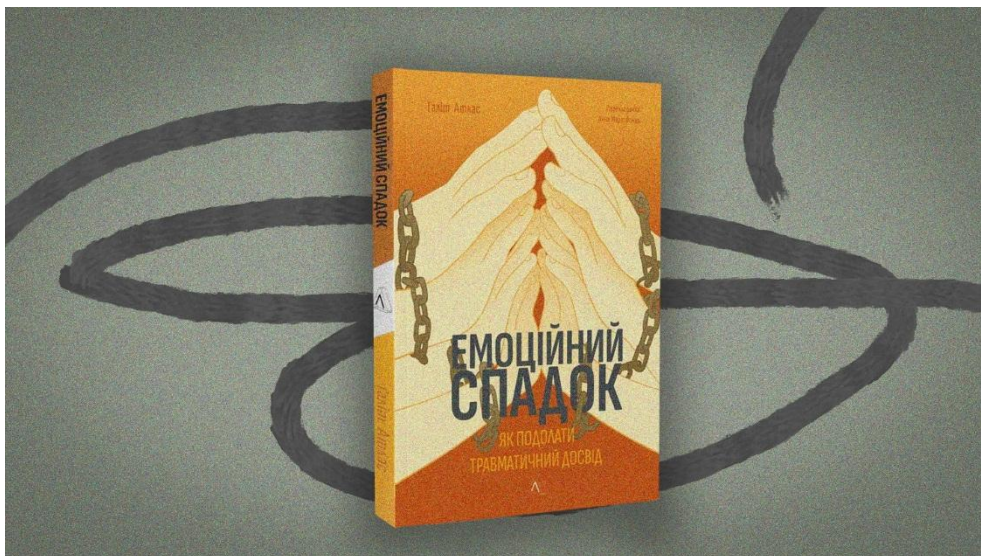
Брюс Д. Перрі, Опра Вінфрі

**«Що з тобою сталося.
Про травму,
психологічну стійкість і
зцілення.
Як зрозуміти своє
минуле»**

Після прочитання цієї книжки ви зрозумієте, як перепрограмувати мозок, що робити з травматичним досвідом і в чому сила запитання «Що з тобою сталося?»

<https://vivat-book.com.ua/scho-z-toboyu-stalosya-pro-travmu-psiholog-chnu-st-uk-st-zc-lennya-yak-zrozum-ti-svo-minule.html>

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ



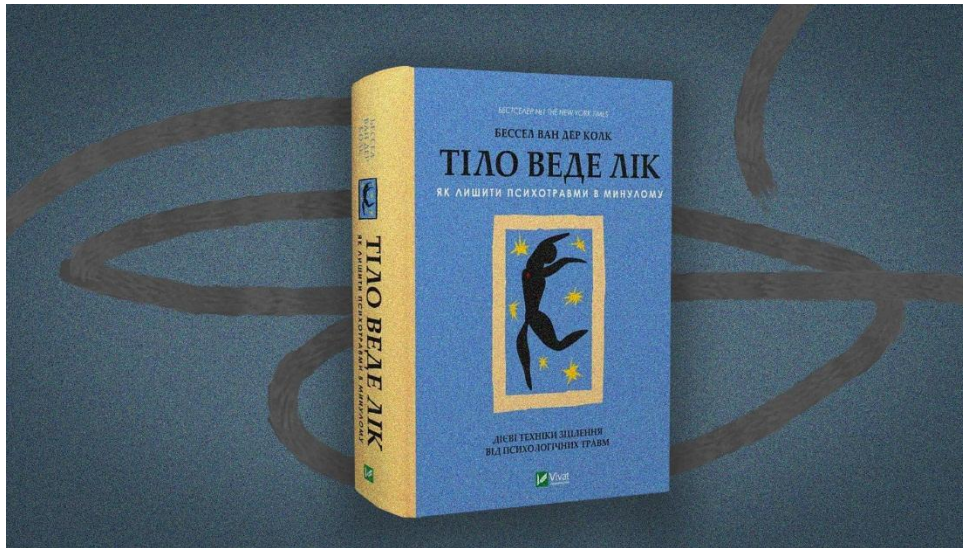
Галіт Атлас

**«Емоційний спадок.
Як подолати
травматичний досвід»**

Ця книжка допоможе розібратися з емоційним спадком і навчить спокійно обговорювати заборонені почуття та спогади.

<https://laboratoria.pro/products/emotsijnyj-spadok-yak-podolaty-travmatychnyj-dosvid>

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ



Бессел ван дер Колк

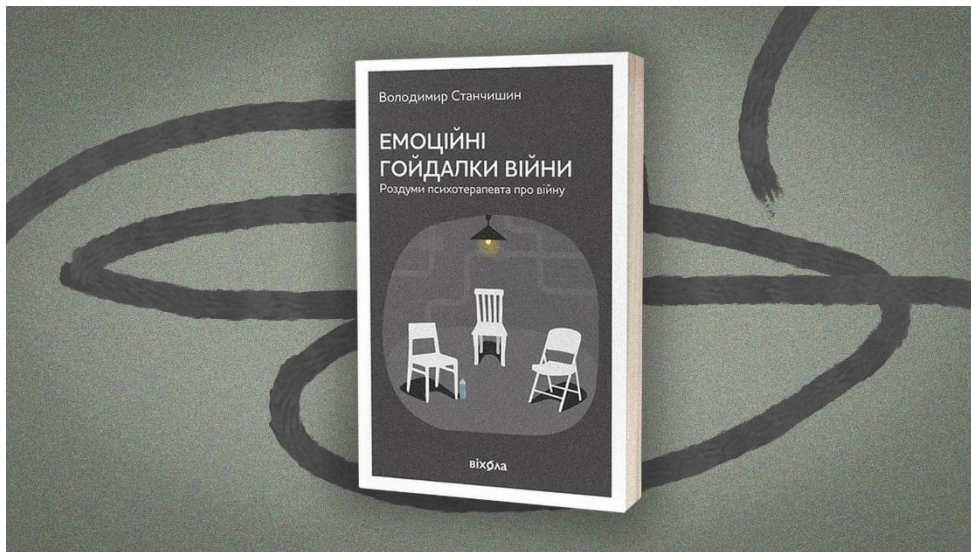
«Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому»

Цю книжку написав Бессел ван дер Колк, психіатр, який майже 50 років досліджує проблему посттравматичного стресового розладу. У ній він детально пояснює, як залишити минуле в минулому, чому не можна ігнорувати сигнали тіла під час ПТСР, і пропонує дієві методи зцілення, які точно не зашкодять.

Після її прочитання ви навчитеся краще розуміти себе та інших.

<https://vivat-book.com.ua/tilo-vede-lik-yak-lishiti-psikhotravmi-v-minulomu.html>

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ



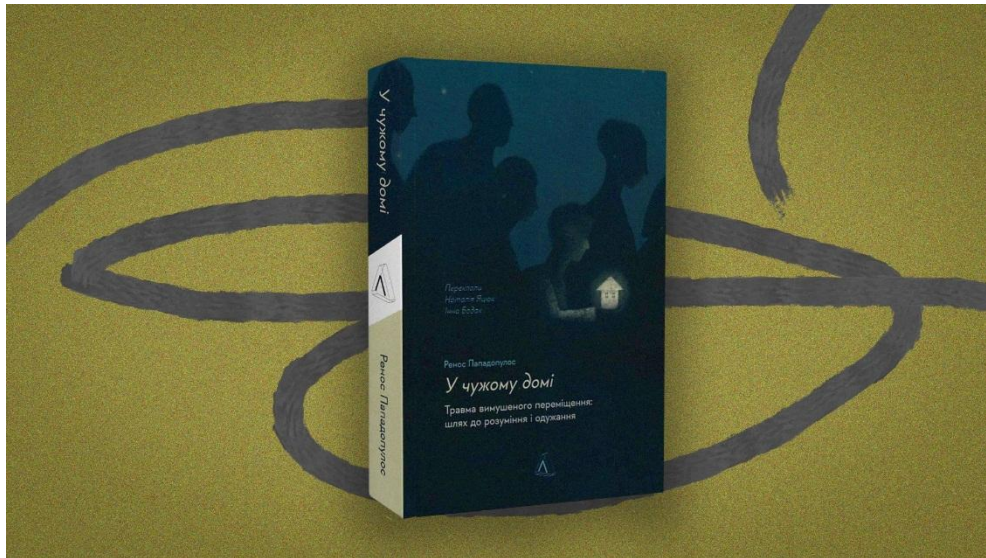
Володимир Станчишин

«Емоційні гойдалки війни»

Після прочитання цієї книжки ви зрозумієте, як перепрограмувати мозок, що робити з травматичним досвідом і в чому сила запитання «Що з тобою сталося?»

<https://www.vikhola.com/product-page/rozdummy-psyhoterapevta-pro-vijnu>

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ



Ренос Пападопулос

**«У чужому домі. Травма
вимушеного переміщення:
шлях до розуміння і
одужання»**

З науковою точністю та чутливістю Ренос Пападопулос досліджує досвід людей, які змушені залишити дім у пошуках безпеки. Відтворює історичний та культурний контексти вимушеного переміщення. Це посібник для тих, хто працює з переселенцями, і тих, хто переживає такий досвід і хоче розібратися в собі.

<https://laboratoria.pro/products/u-chuzhому-domi-travma-vymushenogo-peremischennya-shlyah-do-rozuminnya-i-oduzhannya>

