

Наукова бібліотека

Нові надходження на тему:

«Комунікація під час війни»

(вибране з дарчих видань)



Ірпінь

вересень

2024

ЩАЖОВНІ ЧИТАЧІ!

Від початку повномасштабного вторгнення до війська долучилися чимало чоловіків і жінок, які покинули звичний спосіб життя, стали жити за іншими правилами, мають новий досвід, навички та вміння. Війна змінює людей, як військових, так і цивільних. Вона зачепила всіх нас. Різні травматичні досвіди не можна й не варто порівнювати, проте можна шукати точки дотику у взаємній підтримці та взаєморозумінні. Коли ми говоримо про підтримку один одного, зокрема маємо на увазі й спілкування. Як це робити правильно, особливо під час війни? Наприклад, коли в родині і серед близьких є військові, є люди, які пережили окупацію, втрати або ж мають інші травми.

Ситуації, до яких варто бути готовими, можуть виникати вдома, на роботі чи в громадських місцях. Ви можете не знати, як комунікувати з військовими, переселенцями, людьми, які повернулися з полону або втратили найближчих. Це можуть бути знайомі чи незнайомі нам люди. Вчитись вибудовувати комунікацію з іншими – важливо. І добре, що є фахівці, які можуть підказати, як це робити правильно.

«Як ти, брате?» – це волонтерський проєкт, покликаний зібрати найкращі практики щодо того, як зберігати стосунки та надавати підтримку одне одному під час війни, і поширити їх серед наших людей, як військових, так і цивільних. Засновник проєкту – психотерапевт і соціальний психолог Антон Семенов. До створення посібників були долучені військові, психотерапевти, освітяни, медики, підприємці. Прості та дієві алгоритми взаємодії, допомоги та комунікації у різних ситуаціях зібрані в тематичних посібниках кишенькового формату.



**Наукова бібліотека Державного податкового університету
пропонує до вашої уваги віртуальну виставку з даної тематики.**



Опис

Цей посібник – інструкція з психологічної взаємодопомоги для тих, хто хоче допомогти людям поруч проговорити й осмислити їхній складний досвід.

Автори

Брекалова Олеся | Єременко Роман | Ісакова Алія | Коробейник Тетяна | Кучерук Олександр | Мединська Оксана | Романова Тетяна | Сабляш Яна | Семенов Антон | Симоновський Іван | Сотнікова Ксенія

Опубліковано

2023

Тема

Психологія > Психологія воєнного часу

Ключові слова

Психологічна допомога, психологічні проблеми, стрес, спілкування, самотність, апатія, наслідки неосмисленого досвіду, допомога через розмову, людині потрібна саме твоя допомога, що потрібно робити, чого не варто робити, не тиснути, не питати про самі травматичні події, втрати й складний досвід, бути поруч, не пропонувати допомогу, а просити допомоги, осмислення досвіду, прийняття змін, емоції, думки, 4 етапи розмови, контакт, розповідь, осмислення, мовчання, три «секретні фрази», ключові фрази для розмови з людиною з травматичним досвідом, методичка для розмови, приклад розмови.

Тип

Посібник | Практичний посібник

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/brate>



Опис

Посібник адресований українцям, які попри відстань хочуть підтримувати стосунки із близькими. Він буде корисним як військовим, так і цивільним. З посібника ви дізнаєтеся, як розмовляти на відстані, щоб зберегти стосунки, допомогти собі та співрозмовнику, а також полегшити адаптацію при поверненні та возз'єднанні.

Автори

Брекалова Олеся | Єременко Роман | Іскакова Алія | Коробейник Тетяна | Кучерук Олександр | Матвійко-Лисенко Надія | Мединська Оксана | Романова Тетяна | Сабляш Яна | Семенов Антон | Симоновський Іван | Сотнікова Ксенія

Опубліковано

2023

Тема

Психологія > Психологія воєнного часу

Ключові слова

Психологічна допомога, стрес, спілкування, самотність, апатія, емоційна рівновага, правила розмови, приклади розмови, алгоритми розмови, стан, емоції, думки, втома, коли допомоги достатньо, шаблон розмови, що краще не казати, фрази-помічники, ознаки тривоги, заборонені теми, відчуження, маніпуляція,

Тип

Посібник | Практичний посібник

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/shop/yak-ti-kohanaij-yak-rozmovlyati-yaksho-vi-na-vidstani>



Опис

Цей посібник призначений для тих, кому потрібно або хто бажає поговорити з людиною, яка втратила когось із близьких. Посібник не є інструкцією з лікування чи з надання психологічної допомоги. Його мета – допомогти спростити складне спілкування про втрату рідних людей і запобігти шкоді, яку може завдати небезпечна розмова. Ви потрібні тим, хто поруч, і цей посібник може вам допомогти підтримати близьких людей і зміцнити ваші стосунки.

Автори

Брекалова Олеся | Єременко Роман | Іскакова Алія | Коробейник Тетяна |
Кучерук Олександр | Мединська Оксана | Сабляш Яна |
Семенов Антон | Симоновський Іван | Сотнікова Ксенія

Опубліковано

2023

Тема

Психологія Психологія воєнного часу

Ключові слова

Психологічна допомога, стрес, самотність, апатія, втрата близької людини, підтримка близьких та друзів, підтримка рідних, «особлива поведінка», чого ніколи не слід робити, заборонені фрази, що варто робити, співчуття, допомога, спілкування, телефонна розмова, самопомога, теми для розмови.

Тип

Посібник | Практичний посібник

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/loss>



Опис

У посібнику розповідається про те, як відновити контакт, запустити дружнє спілкування, повернути у ваші стосунки з ветеранами відчуття приналежності та єдності. Книга буде корисною членам родин, друзям, колегам по роботі, фахівцям, серед клієнтів яких є ветерани, а також для всіх тих, хто вдячний нашим ветеранам і хоче створити для них дружнє середовище та полегшити їхню адаптацію до цивільного життя.

Автор

[Брекалова Олеся](#) | [Єременко Роман](#) | [Ісакова Алія](#) | [Коробейник Тетяна](#) | [Кучерук Олександр](#) | [Матвійко-Лисенко Надія](#) | [Мединська Оксана](#) | [Романова Тетяна](#) | [Сабляш Яна](#) | [Семенов Антон](#) | [Симоновський Іван](#) | [Сотнікова Ксенія](#)

Опубліковано

2023

Тема

[Психологія](#) > [Психологія воєнного часу](#)

Ключові слова

Психологічна допомога, стрес, повернення ветерана, що ветерану не потрібно, що потрібно ветерану, взаємодія та залучання до спільних справ, встановлення фізичного контакту, спілкування, приклад розмови між колегами, самотність, апатія, повернення до цивільного життя, матеріальна мотивація, працевлаштування, нерозумінням нових правил, скутість в спілкуванні, бажання повернутися до військового життя, труднощі з засинанням, реакції на безлад, реакції на несправедливість, політика, війна, алгоритми, які можуть використовувати люди без досвіду психотерапії.

Тип

[Посібник](#) | [Практичний посібник](#)

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/veteran>



Опис

Цей посібник призначений допомогти вам підтримувати своїх дітей тоді, коли вам самим буває складно. Посібник не є інструкцією з лікування чи з надання психологічної допомоги. Його мета – зберегти стосунки і підтримати тих, хто намагається підтримати інших.

Автори

Брекалова Олеся | Єременко Роман | Іскакова Алія | Коробейник Тетяна | Кучерук Олександр | Мединська Оксана | Сабляш Яна | Семенов Антон | Симоновський Іван | Сотнікова Ксенія

Опубліковано

2023

Тема

Психологія > Психологія воєнного часу

Ключові слова

Психологічна допомога, стрес, спілкування, самотність, як уникнути типових помилок у спілкуванні з дітьми, як спілкуватися правильно, зміна поведінки дитини, зразки принципів і правил, єдність, відповідальність, підхід, підбір дистанції, знайомство (знову), розмова, складна ситуація, схвалення дій дитини, реакція, дитина реагує на реакцію, природний страх дітей, контроль над ситуацією, апатія, агресія, заперечення, безпорадність, гіперактивність пов'язана з тривогою, бунт дітей, соматичні болі, дитяча поведінка, вередування, реакція на навантаження, нічні страхи, жахливі ігри, розповіді про те, що сталося, привернення уваги, зразки принципів, шаблони правил.

Тип

Посібник | Практичний посібник

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/sonechko>



Опис

Проведення доброї розмови у всі часи було складним завданням і потребувало певної майстерності, тож це робили спеціально навчені люди – мудреці, старійшини, священники, психотерапевти. Але повномасштабна війна від всіх нас вимагає бути мудрими і уважними до людей навколо. Ми всі маємо берегти одне одного і допомагати одне одному всім, чим можемо, зокрема й психологічно.

Автори

Брекалова Олеся | Єременко Роман | Іскакова Алія | Коробейник Тетяна | Кучерук Олександр | Матвійко-Лисенко Надія | Мединська Оксана | Романова Тетяна | Сабляш Яна | Семенов Антон | Симоновський Іван | Сотнікова Ксенія

Опубліковано

2023

Тема

Психологія > Психологія воєнного часу

Ключові слова

Психологічна допомога, стрес, спілкування, самотність, апатія, емоційна рівновага, правила розмови, приклади розмови, алгоритми розмови, стан, емоції, думки, втома, коли допомоги достатньо, шаблон розмови, що краще не казати, фрази-помічники, ознаки тривоги, заборонені теми, відчуження, маніпуляція, навмисний тиск на людину, негатив.

Тип

Посібник | Практичний посібник

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/pogovory-zi-mnoyu>



Опис

Цей посібник для тих, хто адаптується до життя в армії та намагається бути більш ефективним, боєдатним та корисним своїй країні як військовий. Він для тих, хто освоює нові для себе ролі командирів та підлеглих, а також для тих, хто хоче мати добрі стосунки з побратимами зі свого та інших підрозділів.

Автори

Брекалова Олеся | Єременко Роман | Іскакова Алія | Коробейник Тетяна | Кучерук Олександр | Матвійко-Лисенко Надія | Мединська Оксана | Романова Тетяна | Сабляш Яна | Семенов Антон | Симоновський Іван | Сотнікова Ксенія

Опубліковано

2023

Тема

Психологія > Психологія воєнного часу

Ключові слова

Психологічна допомога, настанова для бійців, настанова для командирів, як бути впевненим командиром, негативне ставлення до оточення, що робити з негативом, реакція на потребу інших в увазі, алгоритм дій зміцнення стосунків, умови для зміцнення стосунків, стрес, стресостійкість, зняття внутрішньої тривоги, довіра, авторитет, розповідати, слухати, допомогти, щиро дякувати, вдячність, відданість, розкажи, підтримай, вислухай, подякуй, гнів, реакція на потребу інших в повазі, образа, реакція на потребу інших в гідності, виснаженість, відновлення стосунків, соціальні закономірності, терміни.

Тип

Посібник | Практичний посібник

Мова

Українська

Посилання для цитування

<https://yakty.com.ua/commander>

Колектив бібліотеки завжди щиро вдячний нашим дарувальникам, зокрема, декану факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації, доктору наук із соціальних комунікацій Зикун Наталії Іванівні. Книги, подаровані нею, представлені в цій презентації.

Чекаємо вас у бібліотеці (корп. С., кімн. 372)!

