

КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

КАФЕДРА КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

**РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА**

*Перша психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях*

<b>Освітній рівень</b>	<u>II (магістерського) рівня вищої освіти</u> (назва рівня вищої освіти)
<b>Галузь знань</b>	<u>05 «Соціальні та поведінкові науки»</u> (шифр і назва галузі знань)
<b>Спеціальність</b>	<u>053 «Психологія»</u> (код й найменування спеціальності)
<b>Освітня програма</b>	<u>Психологія забезпечення ментального здоров'я</u>

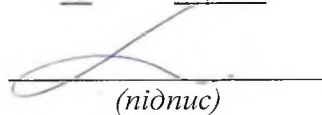
**Розробник:** Наталія ЗАВ'ЯЗКІНА, доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри клінічної психології

  
(підпис)

Робоча програма затверджена  
на засіданні кафедри клінічної психології

протокол № 10 від 23 червня 2025 року

Завідувач кафедри

  
(підпис)

Ірина ЛИСЕНКО  
(ім'я та прізвище)

Схвалено гарантом освітньої програми Психологія забезпечення ментального  
здоров'я

Гарант ОП

  
(підпис)

Тетяна РЯХОВСЬКА  
(ім'я та прізвище)

Розглянуто на засіданні Ради якості вищої освіти  
протокол № 5 від 30 червня 2025 року

Голова РЯВО

  
(підпис)

Наталія ЗАВ'ЯЗКІНА  
(ім'я та прізвище)

## ВСТУП

Робоча програма освітнього компонента «*Перша психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях*» розроблена на основі методичних рекомендацій до розроблення і оформлення робочої програми освітньої компоненти, затвердженої Вченою Радою Київського інституту сучасної психології та психотерапії від 22 лютого 2024 року, протокол №7.

### 1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робочу програму освітнього компонента «*Перша психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях*» складено відповідно до освітньо-професійної програми «Психологія забезпечення ментального здоров'я» другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія.

Статус освітнього компонента – обов'язковий.

Обсяг освітнього компонента – 3.5 кредитів ECTS.

Семестровий контроль – залік.

#### **Мета, завдання освітньої компоненти.**

Мета освітнього компонента – сформувати у здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти цілісне уявлення про теоретичні засади, нормативно-етичні принципи та практичні навички надання першої психологічної допомоги (ППД) у надзвичайних ситуаціях; розвинути професійну компетентність психолога-кризового інтервента у сфері реагування на психотравмувальні події.

Завданнями освітнього компонента є:

- ознайомити здобувачів з науковими підходами до визначення першої психологічної допомоги та її місця в системі кризової інтервенції;
- вивчити типові психологічні реакції особистості на надзвичайні ситуації (стрес, гостра травма, шок, дезадаптація);
- засвоїти алгоритми і моделі надання ППД у різних типах кризових ситуацій;
- сформувати практичні навички емпатичного слухання, виявлення базових потреб постраждалих, стабілізації емоційного стану;

- ознайомити з етичними нормами, межами компетентності та відповідальності під час надання ППД;
- розвивати навички саморегуляції, стресостійкості та збереження психологічного ресурсу самого фахівця;
- стимулювати критичне мислення й рефлексію щодо ролі психолога у кризовому середовищі.

### **Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти**

Код	Зміст компетентності
<b>Інтегральна компетентність</b>	
ІК1	Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у сфері клінічної психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується невизначеністю умов і вимог.
<b>Загальні компетентності</b>	
ЗК 1	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК 4	Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
ЗК 5	Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
ЗК 6	Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК 7	Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
<b>Фахові компетентності</b>	
СК 6	Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.
СК 7	Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
СК 8	Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.
СК 9	Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.
СК 10	Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.
СК 12	Здатність надавати першу психологічну допомогу з урахуванням прав людини постраждалим у надзвичайних ситуаціях.

### **Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти**

Код	Програмні результати
ПР1	Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
ПР 8	Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.
ПР 9	Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
ПР 13	Оцінювати ступені складності завдань на перших етапах надання психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях.

## 2. ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

### Структура освітнього компонента

№ теми	Назва розділів і тем	Кількість годин				
		Всього	Аудит.	у тому числі		
				Лекції	Прак./тести	С.р.
1	Тема 1. Сутність першої психологічної допомоги: виклики та ризики	42	12	6	6	30
2	Тема 2. Алгоритм надання першої психологічної допомоги при надзвичайних ситуаціях (НС) та розлади психічної діяльності як наслідок НС	63	18	8	10	45
<b>Всього годин</b>		<b>105</b>	<b>30</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>75</b>

### Зміст освітньої компоненти

#### Тема 1. Сутність першої психологічної допомоги: виклики та ризики

*Лекція 1. Сутність першої психологічної допомоги. Мета та завдання дисципліни, очікування та «ризика». Література (1-10)*

*Лекція 2. Захисна система людини: роль копінг стратегій та механізмів психологічного захисту у подоланні стресу. Роль копінг-стратегій і механізмів психологічного захисту як складових захисної системи людини у подоланні стресу. Проаналізовано їхні відмінності, функції та взаємодію в адаптації до стресових ситуацій. Підкреслюється важливість усвідомленого використання копінг-стратегій і розпізнавання неадаптивних захисних механізмів для збереження психічного здоров'я. Література (1-10)*

*Лекція 3. Класифікація надзвичайних (екстремальних) ситуацій та особливості організації допомоги. НС як загроза життю, здоров'ю людей, довкіллю та майну: їх різновиди та організація допомоги. Література (1-10)*

#### 1. Перелік засобів практичного опрацювання матеріалу та їх оцінки у процесі освоєння теми

Номер у розділі	Вид завдання/оціночний засіб для поточного контролю	Бали
1.1.	Тест поточного контролю 1	10
1.2.	Тест поточного контролю 2	10

<b>1.3.</b>	<b>Тест поточного контролю 3</b>	10
<b>1.4</b>	<b>Самостійна робота:</b> спрямована на самостійне опрацювання та закріплення теоретичного матеріалу по тематиці курсу.	Не оцінюється

### **3. Практичні завдання**

#### **3.1 Тест поточного контролю 1 (розташований на платформі moodle)**

Тестове завдання включає десять тестових запитань, відповідно до яких здобувач може отримати по одному балу за кожну правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання – десять балів.

#### **3.2. Тест поточного контролю 2 (розташований на платформі moodle)**

Тестове завдання включає десять тестових запитань, відповідно до яких здобувач може отримати по одному балу за кожну правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання – десять балів.

#### **3.3 Тест поточного контролю 3 (розташований на платформі moodle)**

Тестове завдання включає десять тестових запитань, відповідно до яких здобувач може отримати по одному балу за кожну правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання – десять балів.

### **4. Завдання для самостійного опрацювання**

#### **Завдання для самостійної роботи здобувачів із зазначеної теми:**

1. Скласти конспект за тематичним планом з використанням теоретичного матеріалу лекцій, презентацій, рекомендованих джерел, самостійно визначених додаткових матеріалів.
2. Опрацювати теоретичний матеріал для підготовки до практичних занять та складання контрольних тестів.
3. Систематизувати теоретичний матеріал для підготовки до складання заліку.

#### **Тема 2. Алгоритм надання першої психологічної допомоги при надзвичайних ситуаціях (НС) та розлади психічної діяльності як наслідок НС.**

*Лекція 4. Розлади психічної діяльності у біженців.* Розглядаються основні психічні розлади, що виникають у біженців внаслідок травматичного досвіду війни, втрати домівки та соціальної нестабільності. Описано найбільш поширені

стани — посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, тривожні розлади. Наголошується на важливості психологічної підтримки, ранньої діагностики та доступу до психотерапевтичної допомоги для відновлення психічного здоров'я переселенців. *Література (1-10)*

*Лекція 5.1. Алгоритм надання першої психологічної допомоги при надзвичайних ситуаціях: моделі, підходи, визначення, важливі питання.* Буде розглянуто основні моделі та підходи до підтримки постраждалих, визначено ключові етапи допомоги: стабілізація стану, забезпечення безпеки, активне слухання, направлення до фахівців. Акцент зроблено на важливості емпатії, недопущенні повторної травматизації та адаптації допомоги до культурних і вікових особливостей постраждалих *Література (1-10)*

*Лекція 5.2. Алгоритм надання першої психологічної допомоги при надзвичайних ситуаціях: метод спостереження та інтерв'ю: деякі важливі контексти.* Питання алгоритму надання першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях із фокусом на методи спостереження та інтерв'ю. Їх роль у швидкому виявленні психологічного стану постраждалих, оцінці потреб і визначенні рівня стресової реакції. Наголошується на важливості контексту - віку, культурного середовища, типу події - для ефективного застосування цих методів без шкоди для психіки людини. *Література (1-10)*

*Лекція 6. Розлади психічного здоров'я внаслідок надзвичайних ситуацій (психіатрія надзвичайних ситуацій).* Проблема розладів психічного здоров'я, що виникають внаслідок надзвичайних ситуацій. Розглянуто основні прояви — гострі стресові реакції, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресії, тривожні та психосоматичні розлади. Особливу увагу приділено напрямку психіатрії надзвичайних ситуацій як сфері, що забезпечує своєчасну діагностику, кризове втручання та підтримку постраждалих. *Література (1-10)*

## **2. Перелік засобів практичного опрацювання матеріалу та їх оцінки у процесі освоєння теми**

<b>Номер у розділі</b>	<b>Вид завдання/оціночний засіб для поточного контролю</b>	<b>Бали</b>
<b>2.1.</b>	<b>Тест поточного контролю 1</b>	10
<b>2.2.</b>	<b>Тест поточного контролю 2</b>	10
<b>2.3.</b>	<b>Тест поточного контролю 3</b>	10
<b>2.4</b>	<b>Самостійна робота:</b> спрямована на самостійне опрацювання та закріплення теоретичного матеріалу по тематиці курсу.	Не оцінюється

### **2.1 Тест поточного контролю 1 (розташований на платформі moodle)**

Тестове завдання включає десять тестових запитань, відповідно до яких здобувач можете отримати по одному балу за кожну правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання – десять балів.

### **2.2 Тест поточного контролю 2 (розташований на платформі moodle)**

Тестове завдання включає десять тестових запитань, відповідно до яких здобувач можете отримати по одному балу за кожну правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання – десять балів.

### **2.3. Тест поточного контролю 3 (розташований на платформі moodle)**

Тестове завдання включає десять тестових запитань, відповідно до яких здобувач можете отримати по одному балу за кожну правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання – десять балів.

### **2.4. Завдання для самостійного опрацювання**

#### **Завдання для самостійної роботи здобувачів із зазначеної теми:**

1. Скласти конспект за тематичним планом з використанням теоретичного матеріалу лекцій, презентацій, рекомендованих джерел, самостійно визначених додаткових матеріалів.
2. Опрацювати теоретичний матеріал для підготовки до практичних занять та складання контрольних тестів.
3. Систематизувати теоретичний матеріал для підготовки до складання заліку.

## **3. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА**

Технічні засоби та обладнання: екранні (електронні презентації, віртуальні зали для відпрацювання практичних навичок), комп'ютерні (комп'ютери, планшети, освітні платформи, електронні бібліотеки).

Програмне забезпечення: системне ПЗ (Операційні системи, драйвери), система Moodle, керування курсами (Zoom).

## **4. МЕТОДИ НАВЧАННЯ**

Курс буде викладений у формі лекцій (14 год.), практичних (16 год.) та організації самостійної роботи студентів (75 год.).

Під час викладання дисципліни використовуються наступні методи навчання: словесні (лекції у записі, бесіда та пояснення під час контактних),

наочні (ілюстрація, демонстрація, презентація), практичні (аналіз кейсів, виконання практичних завдань).

## 5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА РЕЙТИНГОВА СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

### Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання освітнього компонента є:

Тест поточного контролю: спрямований на перевірку знання проблематики розладів психічної діяльності; основних понять, теорій та закономірностей, що складають категоріальний апарат патопсихології

Самостійна робота: спрямована на самостійне опрацювання та закріплення теоретичного матеріалу по тематиці курсу.

Підсумковий контроль – залік, проходить в тестовому форматі

Умова допуску до підсумкового контролю: в підсумку мінімальний бал має складати 34.

Тест включає 20 питань, спрямованих на перевірку знань

Критерії оцінювання: за кожну правильну відповідь – 2 бали.

Максимальна сума балів – 40

### Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Поточний та підсумковий контроль	Бали
<b>Тема 1.</b>	
Контрольний тест 1 (КТ)	10
Контрольний тест 2 (КТ)	10
Контрольний тест 3 (КТ)	10
Всього балів	30
<b>Тема 2.</b>	
Контрольний тест 1 (КТ)	10
Контрольний тест 2 (КТ)	10
Контрольний тест 3 (КТ)	10
Всього балів	30
<b>Підсумковий контроль (залік)</b>	40
<b>Всього годин/балів</b>	100

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Для оцінювання результатів навчання застосовується 100-бальна шкала оцінювання.

Сума балів	Оцінка ECTS	Національна оцінка	
		Екзамен	Залік
90-100	A	Відмінно	зараховано
82-89	B	Дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)	
74-81	C	Добре (в загальному правильна робота з певною кількістю грубих помилок)	
64-73	D	Задовільно (непогано, але зі значною кількістю недоліків)	
60-63	E	Задовільно (задовольняє мінімальні критерії)	
35-59	FX	Незадовільно (із можливістю повторного складання)	не зараховано
1-34	F	Незадовільно (із обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	

## 6. ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Що таке перша психологічна допомога (ППД)? Основні цілі та завдання.
2. Які основні принципи надання ППД при надзвичайних ситуаціях?
3. Охарактеризуйте основні моделі ППД, зокрема модель Psychological First Aid (PFA).
4. Які етапи алгоритму надання першої психологічної допомоги?
5. Роль спостереження у процесі надання ППД: що і як спостерігати?
6. Особливості проведення інтерв'ю при першій психологічній допомозі.
7. Визначення потреб постраждалих: методи і підходи.
8. Які виклики та ризики можуть виникати під час надання ППД?
9. Яким чином враховуються культурні особливості під час надання ППД?
10. Роль соціальної підтримки та волонтерів у наданні першої психологічної допомоги.
11. Психоемоційні реакції людей у надзвичайних ситуаціях: основні типи.
12. Як ППД відрізняється від психотерапії та медичної допомоги?
13. Методи заспокоєння та стабілізації постраждалих під час ППД.
14. Основні помилки, яких слід уникати при наданні першої психологічної допомоги.
15. Як організовується координація роботи служб та фахівців у наданні ППД при масових надзвичайних ситуаціях?

## 7. ПЕРЕЛІК ОСНОВНИХ ДЖЕРЕЛ, РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЛЯ ОСВОЄННЯ КУРСУ:

1. Козловський В.В., Воронова О.В. Перша психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях: теорія і практика. Київ: Видавництво «Наукова думка», 2018.
2. Пархоменко Н.О. Психологічна допомога в кризових і надзвичайних ситуаціях. ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2017.
3. Сергієнко Л.І. Психологічні аспекти допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2019.
4. Власенко О.І. Кризова психологія: теорія, методи, практика. Київ: Видавництво «Либідь», 2020.
5. Горбачова Н.В. Психологічна підтримка у надзвичайних ситуаціях: навчальний посібник. Одеса: ОНУ, 2016.
6. Psychological First Aid: Guide for Field Workers. World Health Organization (WHO), 2011
7. Psychological First Aid: Field Operations Guide. National Child Traumatic Stress Network (NCTSN) & National Center for PTSD, 2006  
Психологічна перша допомога: методичні рекомендації. Міністерство охорони здоров'я України. Національні стандарти та рекомендації з ППД в Україні.
8. Core Concepts in Psychological First Aid: Training Manual. Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health "Coping with Crisis: A Guide for Psychosocial Support". International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC), 2018  
Everly, G.S., Lating, J.M. (2017). The Johns Hopkins Guide to Psychological First Aid
9. Сайт Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС) — матеріали, інструкції та методичні рекомендації з організації психологічної допомоги.
10. Рекомендації Міжнародного товариства кризової та екстреної психології (ISTSS) — міжнародні стандарти та протоколи роботи з постраждалими у НС.