

## СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

### ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| <b>Рівень вищої освіти</b>          | Другий (магістерський) рівень                |
| <b>Освітньо-професійна програма</b> | Психологія забезпечення ментального здоров'я |
| <b>Кафедра</b>                      | Клінічної психології                         |
| <b>Кількість кредитів</b>           | 3.5 кредитів ЄКТС                            |
| <b>Форма контролю</b>               | Залік  |
| <b>Мова викладання</b>              | Українська                                   |
| <b>Розробники курсу</b>             | Наталія Завязкіна                            |
| <b>Контактна інформація</b>         | nzaviazkina@gmail.com                        |

### ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <b>ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА</b>         | <p>Дисципліна «Перша психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях» належить до переліку нормативних дисциплін циклу професійної підготовки фахівців з вищою освітою за спеціальністю С4 «Психологія». В ній розглядаються теоретичні засади, нормативно-етичні принципи та практичні навички надання першої психологічної допомоги (ППД) у надзвичайних ситуаціях.</p>                    |
| <b>МЕТОДИЧНО-МЕТОДИЧНО-МЕТОДИЧНО</b> | <p>Метою освітнього компонента є: сформулювати 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.</p> |

### ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

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

**Лекція 1. Сутність першої психологічної допомоги. Мета та завдання дисципліни, очікування та «ризика».**

**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.

**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.

## **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.

**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

**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.

**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.

### **ПОЛІТИКА КУРСУ**

Дисципліна спрямована на формування знань і практичних навичок з першої психологічної допомоги, психологічної допомоги людям із психічними розладами внаслідок надзвичайних ситуацій. Навчання передбачає дотримання етичних норм, конфіденційності, академічної доброчесності та активну участь студентів у заняттях. Оцінювання здійснюється на основі поточного контролю, виконання всіх вказаних в програмі завдань та підсумкової атестації.

### **ОЦІНЮВАННЯ**

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

| Тема                                | 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>Поточний контроль:</b>           | 60   |
| <b>Підсумковий контроль (залік)</b> | 40   |
| <b>Всього годин/балів</b>           | 100  |

**Умова допуску до підсумкового контролю:** мінімальна кількість балів при виконанні умов академічної дисципліни – 34 бали

## 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).

Освітній компонент забезпечується робочою програмою дисципліни, силабусом, лекційними матеріалами, методичними рекомендаціями до практичних і самостійних занять, кейсами з клінічної практики, тестовими завданнями для поточного та підсумкового контролю, а також рекомендованою основною й додатковою літературою та електронними освітніми ресурсами.

## РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

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.