

Міністерство охорони здоров'я України
Полтавський державний медичний університет
Кафедра психіатрії, наркології та медичної психології

«УЗГОДЖЕНО»

Гарант освітньої програми
«Фізична терапія, ерготерапія»
«28» листопада 2024 року

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Голова вченої ради Навчально-
наукового медичного інституту
Протокол від 29 листопада р. № 4

СИЛАБУС
МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ТА ОСНОВИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ
ПІДТРИМКИ
обов'язкова

(редакція з урахуванням оновлення ОП «Фізична терапія, ерготерапія»,
відповідно вимог Стандарту, згідно Наказу МОН України
від 29.10.24р. №1541)

рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
галузь знань	22 Охорона здоров'я
спеціальність	227 Терапія та реабілітація
спеціалізація	227.02 Ерготерапія
освітня кваліфікація	бакалавр терапії та реабілітації
професійна кваліфікація	асистент ерготерапевта
форма навчання	денна
курси та семестри вивчення навчальної дисципліни	<u>II курс, IV семестр</u>

«УХВАЛЕНО»

на засіданні кафедри психіатрії,
наркології та медичної психології
Протокол від 27 листопада 2024 р. № 6

ДАНІ ПРО ВИКЛАДАЧІВ, ЯКІ ВИКЛАДАЮТЬ НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ

Прізвище, ім'я, по батькові викладача (викладачів), науковий ступінь, учене звання	Васильєва Ганна Юріївна, доктор медичних наук, професор
Профайл викладача (викладачів)	https://psychiatry.pdmu.edu.ua
Контактний телефон	+380505651555
E-mail:	profvasylyeva@gmail.com
Сторінка кафедри на сайті ПДМУ	https://psychiatry.pdmu.edu.ua

ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Обсяг навчальної дисципліни

Кількість кредитів / годин – 3/90, із них:

Лекції (год.) - 12

Практичні (год.) – 36

Самостійна робота (год). – 42

Вид контролю – підсумковий модульний контроль (ПМК)

Політика навчальної дисципліни

При організації освітнього процесу в ПДМУ викладачі та здобувачі вищої освіти діють відповідно до:

- «Положення про організацію освітнього процесу в Полтавському державному медичному університеті»;
- «Положення про академічну доброчесність здобувачів вищої освіти та співробітників Полтавського державного медичного університету»;
- «Правил внутрішнього розпорядку для студентів Полтавського державного медичного університету»;
- «Положення про організацію та методику проведення оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в Полтавському державному медичному університеті»;
- «Положення про організацію самостійної роботи студентів в Полтавському державному медичному університеті»;
- «Положення про відпрацювання пропущених занять і незадовільних оцінок здобувачами вищої освіти Полтавського державного медичного університету»;

- «Положення про порядок формування індивідуальних освітніх траєкторій здобувачами освіти ПДМУ»;
- «Положення про рейтинг здобувачів вищої освіти Полтавського державного медичного університету»;
- «Положення про порядок перезарахування навчальних дисциплін та визначення академічної різниці»;
- «Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю знань здобувачів вищої освіти» та ін.

З вищезазначеними положеннями можете ознайомитися за посиланням <https://www.pdmu.edu.ua/n-process/department-npr/normativni-dokumenti>.

Під час навчання на кафедрі психіатрії, наркології та медичної психології здобувач вищої освіти повинен дотримуватись правила поведінки прийнятих в ПДМУ. Кафедрою створене якісне та безпечне освітнє середовище - практичні заняття проходять на базах: КП «Обласний заклад з надання психіатричної допомоги Полтавської обласної ради» та в Навчально-науковому центрі ментального здоров'я ПДМУ. Викладання освітньої компоненти в особливих умовах (військовий стан, карантин під час пандемії) може здійснюватися за допомогою технологій дистанційного навчання, а саме з використанням платформ Zoom та Google-класу.

Шановний здобувачу вищої освіти! При опануванні дисципліни ми дотримуємося [Положення про організацію освітнього процесу в Полтавському державному медичному університеті](#) та Правил внутрішнього розпорядку для здобувачів вищої освіти Полтавського державного медичного університету (<https://www.pdmu.edu.ua/n-process/department-npr/normativni-dokumenti>.)

Звертаємо увагу! Здобувачам освіти необхідно:

- виконувати графік навчального процесу та вимоги навчального плану;
- в обов'язковому порядку відвідувати всі види навчальних занять, передбачені навчальним планом;
- завчасно приходити на заняття;
- відповідати правилам дрес-коду учасників освітнього процесу;
- дотримуватись правил техніки безпеки;
- вимикати телефон під час занять;
- не залишати заняття без дозволу викладача;
- глибоко та всебічно оволодіти знаннями та вміннями, котрі будуть необхідні майбутньому працівнику високої кваліфікації;
- бути комунікативними та відкритими до знань

Для успішного засвоєння дисципліни необхідно систематично готуватися до практичних занять, виконувати практичні завдання, опрацьовувати теми, що рекомендовані для самостійного вивчення, брати активну участь в обговоренні теми заняття в аудиторії. Ми цінуємо старанність, активність, швидкість та креативність мислення, наполегливість в навчанні.

Викладання освітньої компоненти в особливих умовах (військовий стан, карантин під час пандемії) може здійснюватися за допомогою технологій дистанційного навчання, а саме з використанням платформ Google-класу та Zoom.

Академічна доброчесність є фундаментом сталого розвитку вищої освіти та моральним імперативом для її подальшого вдосконалення. Ми дотримуємося політики академічної доброчесності, визначеної [Положенням про академічну доброчесність здобувачів освіти та співробітників Полтавського державного медичного університету](#) і просимо взаємності.

Політика щодо дотримання принципів академічної доброчесності здобувачів вищої освіти включає:

- самостійне виконання навчальних завдань поточного та підсумкового контролю без використання зовнішніх джерел інформації (наприклад, окрім випадків дозволених викладачем, підготовки практичних завдань під час заняття);

- списування під час контролю знань заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів);

- самостійне виконання індивідуальних завдань та коректне оформлення посилань на джерела інформації у разі запозичення ідей, тверджень, відомостей.

Політика щодо дотримання принципів та норм етики та деонтології здобувачами вищої освіти:

- дії у професійних і навчальних ситуаціях із позицій академічної доброчесності та професійної етики та деонтології;

- дотримання правил внутрішнього розпорядку кафедри, бути толерантними, доброзичливим и та виваженими у спілкуванні з викладачами та співробітниками кафедри, медичним персоналом закладу охорони здоров'я;

- усвідомлення значущості прикладів людської поведінки відповідно до норм академічної доброчесності та медичної етики.

Політика щодо відвідування занять здобувачами вищої освіти:

- присутність на всіх заняттях: лекційних, практичних, ПМК є обов'язковим з метою адекватного поточного та підсумкового оцінювання знань.

Політика дедлайну та відпрацювання здобувачами вищої освіти:

- відпрацювання пропущених занять відбувається згідно з Регламентом електронного відпрацювання студентами пропущених занять і незадовільних оцінок, що затверджені у закладі вищої освіти;

- роботи, які здає здобувач вищої освіти з порушенням терміну без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від максимальної, наприклад, практичні навички);

- перескладання ПМК з метою підвищення оцінки не допускається, окрім ситуацій невиконання програми дисципліни або неявки на підсумковий контроль.

Викладання на кафедрі відбувається відповідно до норм чинного законодавства України та нормативних документів.

У випадку пропуску занять здобувачі освіти діють відповідно

[Положення про відпрацювання пропущених занять і незадовільних оцінок здобувачами вищої освіти в Полтавському державному медичному університеті.](#)

Вивчення модуля передбачає самостійну роботу здобувача вищої освіти, яка регламентована [Положенням про організацію самостійної роботи здобувачів вищої освіти у Полтавському державному медичному університеті.](#)

Оцінювання результатів навчання проходить прозоро і відкрито. Керуємося [Положенням про організацію та методику проведення оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в Полтавському державному медичному університеті.](#)

Якщо здобувач освіти не згоден з результатами оцінювання, він має право скористатися рекомендаціями [Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю знань здобувачів вищої освіти.](#)

При організації освітнього процесу викладачі та здобувачі освіти діють відповідно до:

- Положення про організацію освітнього процесу в Полтавському державному медичному університеті.

- Положення про академічну доброчесність здобувачів вищої освіти та співробітників Полтавському державному медичному університеті

- Правил внутрішнього розпорядку для студентів Полтавського державного медичного університету.

- Положення про організацію та методику проведення оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в Полтавському державному медичному університеті.

- Положення про організацію самостійної роботи студентів в Полтавському державному медичному університеті.

- Положення про відпрацювання пропущених занять і незадовільних оцінок здобувачами вищої освіти в Полтавському державному медичному університеті.

- Положення про порядок формування індивідуальних освітніх траєкторій здобувачами освіти Полтавського державного медичного університету.

- Положення про порядок перезарахування навчальних дисциплін та визначення академічної різниці.

- Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю знань здобувачів вищої освіти.

- Положення про рейтинг здобувачів вищої освіти Полтавського державного медичного університету.

- Положення про матеріальне заохочування за успіхи у навчанні студентів Полтавського державного медичного університету та ін.

Зі всіма наведеними документами можна ознайомитися за посиланням: <https://www.pdmu.edu.ua/n-process/department-npr/normativni-dokumenti>.

У здобувача освіти є можливість долучитися до неформальної освіти на онлайн платформах (наприклад, <http://portal.phc.org.ua/en/>; <https://academy.nszu.gov.ua/>; <https://prometheus.org.ua/>; <https://members.physio-pedia.com/>). Процедура визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті, відбувається у порядку, визначеному Положенням про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти в Полтавському державному медичному університеті: https://www.pdmu.edu.ua/storage/department-npr/docs_links/fKBks6cPo5jzq0brID6eI7LKTEAcqmrdjrewYFvL.pdf

Опис навчальної дисципліни

Вивчення ментального здоров'я є стандартом для провідних університетів світу. У таких країнах, як США, Велика Британія, Канада, дисципліни, пов'язані з психічним здоров'ям, є обов'язковими для майбутніх медичних фахівців. ВООЗ, ЮНІСЕФ та Міжнародний комітет Червоного Хреста також рекомендують включення курсів із психосоціальної підтримки у підготовку спеціалістів з ерготерапії. Навчальна дисципліна «Ментальне здоров'я та основи психосоціальної підтримки» необхідна майбутнім

висококваліфікованим фахівцям з ерготерапії для набуття систематизованих наукових знань та оволодіння методиками, що вивчають принципи формування, збереження та зміцнення ментального здоров'я, формування резильєнтності в умовах триваючої війни в Україні, оволодіння навичками першої психологічної допомоги (ППД) для осіб у стані стресу та кризи, попередження професійного вигорання у працівників медичної сфери та соціальних служб, а також розробки шляхів та способів створення середовища проживання населення, яке зберігає здоров'я. Дисципліна включає новітні наукові дані з сучасних аспектів охорони психічного здоров'я – виявлення факторів ризику та донозологічна діагностика психічних порушень, викликаних стресогенними подіями, організація на надання психосоціальної підтримки на індивідуальному та колективному рівні, загальні закономірності адаптації організму навколишнього середовища.

Пререквізити і постреквізити навчальної дисципліни (міждисциплінарні зв'язки)

Пререквізити. «Ментальне здоров'я та основи психосоціальної підтримки» як навчальна дисципліна ґрунтується на базових знаннях з навчальних дисциплін, здобутих на попередніх етапах освітнього процесу, особливо під час вивчення дисциплін: «Інтегрований курс. Філософія, медична етика та деонтологія», «Основи загальної психології та педагогіки», «Ресурси здоров'я», «Фізіологія рухової активності», «Цифрові технології в ОЗ. Кібербезпека та кібергігієна». Організація роботи здобувачів освіти передбачає формування понятійно-категоріального масиву інформації з кожної теми, практичної роботи, контрольних питань та самостійних завдань, а також розв'язання проблемних наукових задач та ситуацій.

Постреквізити. «Ментальне здоров'я та основи психосоціальної підтримки» закладає основи для вивчення дисциплін «Неврологія та нейрохірургія (з основами психіатрії)», «Професійне мислення ерготерапевта», «Травматологія та ортопедія», «Ерготерапія при порушеннях діяльності внутрішніх органів та хірургічних втручаннях», «Безбар'єрність, універсальний дизайн та інклюзія», «Ерготерапія при порушеннях діяльності нервової системи та посттравматичних стресових розладах», «Основи стоматології. Ерготерапія в стоматології», «Мовленнєва і сенсорна системи та їх порушення. Ерготерапія при порушеннях діяльності зорового та слухового аналізаторів», «Клінічна практика з ерготерапії в стоматології», «Клінічна практика з ерготерапії при порушеннях діяльності зорового та слухового аналізаторів», «Клінічна практика з ерготерапії при порушеннях

діяльності нервової системи та посттравматичних стресових розладах», що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами та формування умінь застосовувати знання з стресасоційованих розладів в процесі подальшого навчання й у професійній діяльності.

Цей курс підготовки передбачає оволодіння основами психосоціальної підтримки, засвоєння вміння оцінювати психічний стан пацієнта, орієнтування в порушеннях ментального здоров'я, уміння вибрати правильну тактику при наданні першої психологічної допомоги особам з гострою реакцією на стрес, проводити профілактичні заходи, пропагувати здоровий спосіб життя.

Протягом вивчення дисципліни «Ментальне здоров'я та основи психосоціальної підтримки» ви отримаєте глибокі теоретичні знання та набудете необхідних практичних навичок та фахових компетентностей для застосування в ерготерапевтичній практиці.

Навчальний матеріал систематизований, містить практичні завдання та мультимедійний супровід.

Мета та завдання навчальної дисципліни:

Метою вивчення навчальної дисципліни «Ментальне здоров'я та основи психосоціальної підтримки» є формування у здобувачів вищої освіти цілісної системи знань щодо збереження та підтримки ментального здоров'я, основ психосоціальної підтримки осіб при надзвичайних ситуаціях, а також першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях, в тому числі внаслідок військових дій, терактів, аварій чи стихійних лих, катастроф, важких фізичних травм, ситуації насильства, в тому числі гендерно зумовленого насильства, загрози смерті.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Ментальне здоров'я та основи психосоціальної підтримки» є формування системи знань щодо збереження ментального здоров'я, професійних умінь та практичних навичок формування стресостійкості та резильєнтності в ерготерапевтичній практиці, що складають основу майбутньої професійної діяльності та формування навичок з оцінки та надання першої психологічної допомоги при надзвичайних ситуаціях, відповідно до стандарту освітньої програми, що в сукупності готує основу майбутньої професійної діяльності здобувачів освіти.

Компетентності та результати навчання, формуванню яких сприяє дисципліна (інтегральна, загальні, спеціальні)

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері професійної діяльності ерготерапевта з відновлення активності та участі осіб різних вікових, нозологічних та професійних груп, які стосуються ментальних, сенсорних, нейром'язовоскелетних, кардіореспіраторних та інших функцій організму.

Спеціальні:

СК 01. Здатність застосовувати теоретичні знання з ерготерапії та науки про заняттєву активність щодо природи, значення та цінності заняттєвої активності та участі, їх взаємозв'язку із здоров'ям, добробутом, заняттєвою та соціальною справедливістю.

СК 02. Здатність інтегрувати у практичну діяльність знання типового розвитку людини, станів здоров'я, медичної термінології та патологічних процесів, які стосуються різних структур та функцій організму, що впливають на заняттєву активність та участь осіб різних вікових та нозологічних груп.

СК 03. Здатність аналізувати і враховувати у практичній діяльності вплив особистих факторів, функцій і структур організму та факторів середовища на заняттєву активність та участь.

Програмні результати навчання, згідно з освітньо-професійною програмою, формуванню яких сприяє дисципліна

ПРН 01. Застосовувати знання та розуміння доказової бази та філософського підґрунтя щодо природи, значення та цінності заняттєвої активності та участі, пояснювати їхній взаємозв'язок зі здоров'ям, добробутом, заняттєвою та соціальною справедливістю.

ПРН 04. Аналізувати вплив особистих факторів, цінностей, переконань та духовності, функцій і структур організму, аспектів фізичного, соціального, культурного та інституційного середовища на заняттєву активність і участь.

ПРН 22. Здійснювати заходи ерготерапії з особами, які мають психосоматичні стани, в тандемному партнерстві з медичними психологами, психотерапевтами. Вміти відрізнити під час роботи стадії сприйняття наявної ситуації з пацієнтом/клієнтом.

Результати навчання для дисципліни:

по завершенню вивчення навчальної дисципліни студенти повинні

знати:

- Концепція ментального здоров'я.
- Поняття ПЗПСП (психічне здоров'я та психосоціальна підтримка). Психологічний стан людини.

- Предмет, завдання та методи дослідження психологічного стану людини.
- Поняття про стрес. Патофізіологія стресу. Загальні ознаки і симптоми стресу.
- Механізми адаптації до стресу.
- Психологічні механізми захисту особистості.
- Вплив надзвичайних ситуацій на людину, родину, громаду.
- Основні підходи та стратегії роботи в умовах надзвичайних ситуацій;
- Поняття «резилієнс» на індивідуальному (персональному) та груповому рівнях.
- Базові принципи психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайних ситуацій.
- Стратегії та інтервенції з урахуванням потреб і ресурсів клієнтів.

вміти:

- демонструвати здатність використовувати належні комунікативні навички та поведінку з постраждалими особами внаслідок надзвичайних ситуацій.
- застосувати принципи психосоціальної підтримки та базових підходів у роботі з клієнтами.
- демонструвати диференційований підхід до оцінки стану та надання першої психологічної допомоги дітям та підліткам, дорослим, літнім людям.
- застосовувати на практиці принципи етики та деонтології, розуміти соціальні наслідки професійної діяльності.
- використовувати навички критичного мислення для організації і надання екстреної медичної допомоги при масових випадках, у надзвичайних ситуаціях у мирний та воєнний час.

Тематичний план лекцій (за модулями) із зазначенням основних питань, що розглядаються на лекції

№ п/п	Назва теми	К-ть годин
1	Концепція ментального здоров'я. Поняття ПЗПСП (психічне здоров'я та психосоціальна підтримка). Психологічний стан людини. Предмет, завдання та методи дослідження психологічного стану людини. Психологічні механізми	2

	захисту особистості. Алгоритм дій ерготерапевта.	
2	Поняття про стрес. Загальні ознаки і симптоми стресу. Поняття «резилієнс». Історія розвитку концепції резилієнс. Підходи до розуміння резилієнс. Поняття благополуччя. «Резилієнс» vs «травма»: основні ознаки, відмінності. Види (рівні) резилієнс та підходи до їх вимірювання. Алгоритм дій ерготерапевта.	2
3	Психосоціальна підтримка: загальні принципи та аспекти, основні завдання та алгоритм технології. Підтримка людей, що переживають стрес. Особливості психосоціальної підтримки у груповій та індивідуальній роботі. Алгоритм дій ерготерапевта.	2
4	Піраміда інтервенцій з підтримки психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Перша психологічна допомога. Алгоритм дій ерготерапевта.	2
5	Психосоціальна підтримка та супровід переміщених осіб та осіб, що пережили страхіття війни. Перша психологічна допомога дітям та підліткам. Психосоціальна підтримка дітей та підлітків, що пережили страхіття війни. Алгоритм дій ерготерапевта.	2
6	Психосоціальна підтримка та супровід тих, хто знаходиться в жалобі. Психосоціальна підтримка та супровід тих, хто зазнав втрати. Втрата та горювання. Психосоціальна підтримка членів родин зниклих безвісті. Алгоритм дій ерготерапевта.	2
	Разом	12

Тематичний план практичних занять за модулями і змістовими модулями із зазначенням основних питань, що розглядаються на практичному занятті

№	Назва теми	К-сть годин
Змістовий модуль 1. Ментальне здоров'я. Поняття МНПСС (ПЗПСП: психічне здоров'я та психосоціальна підтримка)		
1.	Концепція ментального здоров'я. Поняття ПЗПСП (психічне здоров'я та психосоціальна підтримка). Поняття про стрес. Загальні ознаки і симптоми стресу. Психологічний стан людини. Предмет, завдання та методи дослідження психологічного стану людини. Психологічні механізми	2

	захисту особистості. Алгоритм дій ерготерапевта	
2.	Патофізіологія стресу. Загальні ознаки і симптоми стресу. Механізми адаптації до стресу. Алгоритм дій ерготерапевта	2
3.	Поняття «резилієнс». Історія розвитку концепції резилієнс. Підходи до розуміння резилієнс. Поняття благополуччя. «Резилієнс» vs «травма»: основні ознаки, відмінності. Види (рівні) резилієнс та підходи до їх вимірювання	2
Змістовий модуль 2. Основи психосоціальної підтримки у складних життєвих ситуаціях		
4.	Психосоціальна підтримка: загальні принципи та аспекти, основні завдання та алгоритм технології. Підтримка людей, що переживають стрес. Особливості психосоціальної підтримки у груповій та індивідуальній роботі. Алгоритм дій ерготерапевта	2
5.	Піраміда інтервенцій з підтримки психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Перша психологічна допомога. Алгоритм дій ерготерапевта	2
6.	Встановлення контакту з людьми, які зазнали впливу надзвичайних ситуацій: загальні правила. Навички встановлення контакту (базові навички спілкування) для роботи з різними категоріями клієнтів. Алгоритм дій ерготерапевта	2
7.	Психосоціальна підтримка та супровід переміщених осіб та осіб, що пережили страхіття війни. Алгоритм дій ерготерапевта	2
8.	Перша психологічна допомога дітям та підліткам. Психосоціальна підтримка дітей та підлітків, що пережили страхіття війни. Алгоритм дій ерготерапевта	2
9.	Психосоціальна підтримка та супровід тих, хто знаходиться в жалобі. Психосоціальна підтримка та супровід тих, хто зазнав втрати. Втрата та горювання. Алгоритм дій ерготерапевта	2
10.	Психосоціальна підтримка членів родин зниклих безвісті.	2
11.	Надання цільової підтримки людям, які страждають внаслідок стресу або порушень психічного здоров'я. Алгоритм дій ерготерапевта	2
12.	Психосоціальна підтримка осіб, які зазнали насильство.	2
13.	Психосоціальна підтримка людям, які зазнали сексуального	2

	насильства та насильства з боку інтимного партнера, в рамках послуг з охорони здоров'я. Алгоритм дій ерготерапевта	
14	Психосоціальна підтримка та супровід жінок та дівчат в безпечних місцях – в притулках. Алгоритм дій ерготерапевта	2
15.	Навички психосоціальної підтримки під час спалахів інфекційних захворювань. Алгоритм дій ерготерапевта	2
Змістовий модуль 3. Основи психосоціальної підтримки надавачів послуг		
16.	Турбота про персонал та волонтерів, які надають послуги з ПЗПСП. Зміцнення психічного здоров'я та психосоціального добробуту піклувальників та працівників освіти в посиленні їхньої спроможності підтримувати дітей. Алгоритм дій ерготерапевта	2
17.	Стратегії підтримки власного благополуччя для фахівців в ерготерапевтичному процесі. Усвідомлення меж власної компетентності. Інтервізія та супервізія як методи професійного розвитку.	2
18.	Професійне вигорання та його основні ознаки; профілактика професійного вигорання; підтримка власних ресурсів. Алгоритм дій ерготерапевта	2
Усього		36

Самостійна робота

№п	Тема	К-сть годин
Змістовий модуль 1. Ментальне здоров'я. Поняття МНПСС (ПЗПСП: психічне здоров'я та психосоціальна підтримка)		
1.	Підготовка до практичних занять	10
Змістовий модуль 2. Основи психосоціальної підтримки у складних життєвих ситуаціях		
1.	Підготовка до практичних занять	20
Змістовий модуль 3. Основи психосоціальної підтримки надавачів послуг		
1.	Підготовка до практичних занять	12
Разом		42

Індивідуальні завдання

Виконання індивідуального завдання передбачає підготовку повідомлення або написання реферату на основі опрацювання першоджерел на одну із запропонованих тем:

1. Поняття ментального здоров'я: сучасні підходи та міжнародні стандарти.
2. Вплив біологічних, психологічних і соціальних факторів на психічне здоров'я людини.
3. Зв'язок між фізичним і психічним здоров'ям: біопсихосоціальна модель.
4. Роль соціальних мереж та цифрових технологій у формуванні ментального здоров'я.
5. Стигматизація психічних розладів у суспільстві: причини та шляхи подолання.
6. Вплив війни та збройних конфліктів на психічне здоров'я населення.
7. Психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в нових громадах.
8. Втрата та горювання: етапи, особливості та психосоціальна підтримка.
9. Роль сім'ї та соціального оточення у підтримці психічного здоров'я людини.
10. Психосоціальна підтримка як складова комплексної допомоги пацієнтам: концепції та підходи.
11. Вплив психосоціальної підтримки на якість життя пацієнтів із хронічними захворюваннями.
12. Роль міждисциплінарної команди у психосоціальному супроводі пацієнтів.
13. Стрес і професійне вигорання у фахівців, що надають психосоціальну підтримку: профілактика та шляхи подолання.
14. Використання арт-терапії та інших методів немедикаментозної підтримки в роботі з пацієнтами.
15. Психосоціальна підтримка осіб з порушеннями опорно-рухового апарату.
16. Психологічний супровід людей із сенсорними порушеннями (сліпота, глухота тощо).
17. Соціальна адаптація осіб з інтелектуальними порушеннями: роль психолога та соціального працівника.
18. Особливості психосоціальної роботи з пацієнтами, які мають рідкісні (орфанні) захворювання.
19. Психологічна допомога онкопацієнтам: методи підтримки та роль родини.

20. Етичні аспекти комунікації з пацієнтами в термінальній стадії хвороби.
21. Роль психосоціального супроводу в паліативній медицині: міжнародний досвід та українські реалії.
22. Підтримка сімей онкопацієнтів: емоційний стан, стратегії подолання стресу.
23. Особливості психосоціальної адаптації ветеранів війни до мирного життя.
24. Психологічна підтримка сімей військовослужбовців: виклики та ефективні методи.
25. Волонтерська допомога військовим: форми, методи та вплив на емоційний стан волонтерів.
26. Психосоціальна підтримка дітей, що пережили травматичні події (війна, насильство, стихійні лиха).
27. Соціальна адаптація дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування.
28. Особливості психосоціальної підтримки дітей із розладами аутистичного спектра.
29. Булінг у школі: роль психолога в наданні підтримки жертвам та профілактичні заходи.
30. Комплексний підхід до психосоціального супроводу осіб із алкогольною залежністю.
31. Психологічна допомога наркозалежним: ефективність мотиваційного консультування.
32. Підтримка родин осіб із залежностями: спільна терапія як шлях до одужання.
33. Вплив ігроманії на психічне здоров'я та соціальні зв'язки людини: методи допомоги.
34. Емоційне вигорання та соціальна ізоляція у літніх людей: методи подолання.
35. Психосоціальна підтримка людей із деменцією та їхніх опікунів.
36. Волонтерство як метод соціальної інтеграції осіб похилого віку.
37. Особливості роботи психолога в геріатричних закладах.
38. Соціальна адаптація осіб із шизофренією: досвід психосоціальної реабілітації.
39. Депресія як глобальна проблема: роль психосоціальної підтримки в процесі лікування.
40. Психологічна допомога людям із тривожними розладами.
41. Структура та роль кризових центрів у наданні психосоціальної допомоги.

Перелік питань, який повинен засвоїти здобувач вищої освіти при вивченні навчальної дисципліни (форма контролю – ПМК)

1. Як визначається поняття ментального здоров'я?
2. Які основні чинники впливають на ментальне здоров'я людини?
3. У чому полягає концепція психосоціальної підтримки (ПЗПСП)?
4. Які основні завдання психосоціальної підтримки?
5. Дайте визначення стресу та поясніть його основні фази.
6. Які основні ознаки та симптоми стресу можна виділити?
7. Які фізіологічні та психологічні реакції організму на стрес?
8. Що таке патофізіологія стресу та які її ключові прояви?
9. Як працюють психологічні механізми захисту особистості?
10. Що таке резилієнс та які його рівні можна виділити?
11. Чим відрізняється резилієнс від травми?
12. Як можна оцінити рівень резилієнс у людини?
13. Як поняття благополуччя пов'язане з психічним здоров'ям?
14. Які основні принципи психосоціальної підтримки?
15. Які елементи включає піраміда інтервенцій з підтримки психічного здоров'я?
16. У чому відмінність групової та індивідуальної психосоціальної підтримки?
17. Які основні етапи надання першої психологічної допомоги (ППД)?
18. Які навички є ключовими для встановлення контакту з людиною в кризовій ситуації?
19. Як надавати ППД дітям та підліткам?
20. Які відмінності існують між підтримкою дорослих та дітей під час кризових ситуацій?
21. Які особливості психосоціальної підтримки для вимушено переміщених осіб?
22. Як травматичний досвід впливає на психічне здоров'я біженців?
23. Які стратегії адаптації та реабілітації рекомендуються для осіб, що пережили війну?
24. Які основні стадії горювання?
25. Які особливості супроводу осіб, що втратили близьких?
26. Як психосоціальна підтримка допомагає зменшити наслідки втрати для людини?
27. Які методи використовуються для надання цільової підтримки людям із психічними розладами?
28. Які групи людей найбільш схильні до наслідків стресу?

29. Як можна оцінити рівень психологічної дистресу в осіб, які пережили травматичні події?

30. Чому важливо надавати психосоціальну підтримку спеціалістам, які працюють із кризовими групами?

31. Які основні ознаки професійного вигорання серед персоналу та волонтерів?

32. Які стратегії самодопомоги та профілактики емоційного вигорання існують?

33. Як супервайзія та підтримка колег допомагають запобігти професійному вигоранню?

34. Як надавати психосоціальну підтримку людям, які зазнали насильства?

35. Які особливості супроводу жінок і дівчат у притулках та безпечних місцях?

36. Як організувати психосоціальну підтримку під час спалахів інфекційних захворювань?

37. Які методи допомоги ефективні для людей, що пережили сексуальне насильство?

38. Які етичні аспекти важливо враховувати при наданні психосоціальної підтримки?

Перелік практичних навичок, якими повинен оволодіти студент до ПМК

1. Визначення та оцінка психосоціальних потреб різних категорій клієнтів.

2. Навички ефективного слухання та встановлення довірливого контакту з клієнтом.

3. Використання базових навичок спілкування для роботи з людьми в кризових ситуаціях.

4. Застосування принципів психосоціальної підтримки в індивідуальній та груповій роботі.

5. Розпізнавання ознак стресу, емоційного вигорання та психологічної дистресії.

6. Проведення скринінгу психоемоційного стану клієнта за допомогою стандартних опитувальників.

7. Алгоритм надання першої психологічної допомоги (ППД).

8. Навички підтримуючого спілкування з людиною в стані гострого стресу.

9. Вміння стабілізувати емоційний стан людини за допомогою заземлення (техніки стабілізації).

10. Практичне застосування методів емоційної регуляції під час кризових ситуацій.

11. Використання методів саморегуляції та управління власними емоціями у складних випадках.

12. Надання підтримки дітям та підліткам, які пережили стресові події.

13. Надання психосоціальної підтримки вимушено переміщеним особам та особам, що пережили страхіття війни.

14. Робота з людьми, які переживають втрату та знаходяться в процесі горювання.

15. Надання підтримки членам родин, де є зниклі безвісти.

16. Допомога особам, які зазнали насильства, зокрема сексуального або з боку інтимного партнера.

17. Психосоціальна підтримка осіб з порушеннями психічного здоров'я або тих, хто перебуває в стані кризи.

18. Супровід жінок та дівчат у притулках та безпечних місцях.

19. Надання підтримки персоналу та волонтерам, які працюють із кризовими групами, з метою профілактики емоційного вигорання.

20. Організація психосоціальної підтримки під час гуманітарних криз.

21. Навички роботи в команді у ситуаціях масових надзвичайних подій.

22. Надання підтримки під час спалахів інфекційних захворювань (COVID-19 тощо).

23. Використання психоедукації для інформування клієнтів про стрес, травму та способи самопомоги.

24. Впровадження групових та індивідуальних програм підтримки для осіб, які пережили травматичний досвід.

25. Використання методів психоемоційного відновлення для роботи з власним стресом.

26. Вміння застосовувати техніки резилієнс (психологічної стійкості) у роботі з клієнтами.

27. Використання технік релаксації, медитації, дихальних вправ та когнітивно-поведінкових методів самопомоги.

28. Знання алгоритмів роботи із синдромом професійного вигорання.

Методи навчання

- **Вербальні.** Основними видами словесної передачі знань у процесі вивчення ОК є пояснення, бесіда, проблемний виклад, розповідь (прикладні клінічних випадків і моделей надання першої психологічної допомоги,

навчальна тематична дискусія, мозковий штурм. Вербальні методи спрямовані на формування клінічного мислення, професійної аргументації та системного бачення комплексної допомоги.

- **Наочні.** До цієї групи належать демонстрація належної комунікації, алгоритмів надання першої психологічної допомоги, комплексного оцінювання ментального здоров'я, використання матеріалів презентацій, фото- і відеоматеріалів з організації безпечного середовища в ерготерапевтичному процесі. Наочні матеріали супроводжуються словесним коментарем, що підкреслює зв'язок між оцінюванням, прийняттям рішень, безпекою та результатами участі в повсякденному житті.

- **Активні та інтерактивні.** Методи практичного навчання включають відпрацювання навичок комунікації, надання першої психологічної допомоги, імітаційні завдання з елементами тренінгу, аналіз клінічних ситуацій (кейсів) із формуванням індивідуалізованого плану ерготерапевтичного менеджменту з урахуванням психічного стану, адаптацію психосоціальної підтримки, психоосвітні заходи для клієнтів та їх доглядальників. Суть методів полягає у багаторазовому відпрацюванні алгоритмів надання першої психологічної допомоги, психосоціальної підтримки, психоосвітніх заходів для клієнтів та їх доглядальників, що забезпечує формування стійких практичних компетентностей ерготерапії.

Форми і методи оцінювання

Методи контролю:

- усний контроль;
- письмовий контроль;
- тестовий контроль
- перевірка практичних навичок;
- індивідуальний контроль;
- груповий контроль;
- самоконтроль.

Формою контролю є підсумковий модульний контроль (ПМК).

Система поточного та підсумкового контролю

Оцінювання результатів навчання здійснюється на принципах об'єктивності, систематичності та системності, плановості, єдності вимог, відкритості, прозорості, доступності та зрозумілості методики оцінювання, з урахуванням індивідуальних можливостей здобувачів вищої освіти.

Контрольні заходи з дисципліни включають поточний та підсумковий контроль, які регламентуються

«Положенням про організацію та методику проведення оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в Полтавському державному медичному університеті».

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять. Викладач оцінює успішність кожного здобувача вищої освіти відповідно до тематичного плану у формі усного опитування, виконання письмових завдань, тестових завдань, міні-кейсів за чотирибальною (традиційною) шкалою з використанням критеріїв оцінювання для дисципліни, розроблених з урахуванням узагальнених критеріїв оцінювання знань студентів.

Дисципліна оцінюється в формі підсумкового модульного контролю.

Таблиця 1. *Стандартизовані узагальнені критерії оцінювання знань здобувачів вищої освіти в ПДМУ:*

За 4-бальною шкалою	Оцінка в ЕКТС	Критерії оцінювання
5 «відмінно»	A	Здобувач освіти виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили, володіє не менш ніж 90% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.
4 «добре»	B	Здобувач освіти вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує справи і задачі у стандартизованих ситуаціях, самостійно виправляє помилки, кількість яких незначна, володіє не менш ніж 85% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.
	C	Здобувач освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом науковопедагогічного працівника, в цілому самостійно застосовувати її на практиці, контролювати власну діяльність;

		виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок, володіє не менш ніж 75% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.
3 «задовільно»	D	Здобувач освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень з допомогою науково-педагогічного працівника може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих, володіє не менш ніж 65% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.
	E	Здобувач освіти володіє навчальним матеріалом на рівні вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні. володіє не менш ніж 60% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.
2 «незадовільно»	FX	Здобувач освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину матеріалу, володіє менш ніж 60% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.
	F	Здобувач освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, володіє менш ніж 60% знань з теми як під час опитування, та усіх видів контролю.

Після завершення вивчення всіх тем модуля проводиться конвертація оцінки за традиційною 4-бальною шкалою у багатобальну (максимум 120 балів) – конвертація сумарної оцінки поточної успішності за модуль – проводиться лише після поточного заняття, що передує підсумковому модульному контролю.

Конвертація проводиться за наступним алгоритмом:
– підраховується середня оцінка здобувача за традиційною шкалою,

отримана протягом поточних занять, що належать до даного модуля (з точністю до сотих бала);

- для одержання конвертованої багатобальної сумарної оцінки поточної успішності за модуль середню оцінку отриману за традиційною 4-бальною шкалою треба помножити на коефіцієнт 24, або за таблицею 2. Винятком є випадок, коли середня за традиційною 4-бальною шкалою оцінка складає 2 бала. У цьому разі здобувач отримує 0 балів за багатобальною шкалою;
- середній бал поточної успішності розраховується на загальну кількість занять у модулі, а не на фактично відвідану здобувачем.

Оцінювання індивідуальних завдань студента

Оцінка за індивідуальні завдання нараховуються студентові лише за умов успішного їх виконання та захисту.

Кількість балів, яка нараховується за різні види індивідуальних завдань, залежить від їхнього обсягу та значимості. Вони додаються до суми балів, набраних студентом на заняттях під час поточної навчальної діяльності.

Оцінювання самостійної роботи студентів

Самостійна робота студентів, яка передбачена темою заняття поряд із аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті.

Таблиця 2

Уніфікована таблиця відповідності балів за поточну успішність, балам за ПМК, екзамен, та традиційній чотирьохбальній оцінці.

Середній бал за поточну успішність (А)	Бали за поточну успішність з модуля (А * 24)	Бали за ПМК з модуля (А*16)	Бали за модуль та/або екзамен (А*24 + А*16)	Категорія ЄКТС	За 4-бальною шкалою
2	48	32	80	F/FX	2 незадовільно
2,1	50	34	84		
2,15	52	34	86		
2,2	53	35	88		
2,25	54	36	90		
2,3	55	37	92		
2,35	56	38	94		
2,4	58	38	96		
2,45	59	39	98		
2,5	60	40	100		
2,55	61	41	102		

4,5	108	72	180	A	5 відмінно
4,55	109	73	182		
4,6	110	74	184		
4,65	112	74	186		
4,7	113	75	188		
4,75	114	76	190		
4,8	115	77	192		
4,85	116	78	194		
4,9	118	78	196		
4,95	119	79	198		
5	120	80	200		

Мінімальна конвертована сума балів поточної успішності для всіх модулів усіх дисциплін усіх кафедр є єдиною і складає 72 бала.

Підсумковий модульний контроль здійснюється по завершенню вивчення всіх тем модуля та після тестового контролю, який проводиться вкінці усіх практичних занять на останньому контрольному занятті. До підсумкового контролю допускаються здобувачі першого (бакалаврського) рівня, які виконали всі види робіт, передбачені навчальною програмою та при вивченні модуля набрали кількість балів, не меншу за мінімальну (оцінка 3,0 – 72 бали).

Здобувачі першого (бакалаврського) рівня, які під час вивчення модуля, з якого проводиться підсумковий контроль, мали середній бал поточної успішності від 4,50 до 5,0 звільняються від складання ПМК і автоматично (за згодою) отримують підсумкову оцінку відповідно до таблиці, при цьому присутність здобувача освіти на ПМК є обов'язковою. У разі незгоди з оцінкою, зазначена категорія здобувачі першого (бакалаврського) рівня, складає ПМК за загальними правилами.

Підсумковий модульний контроль проводиться стандартизовано на останньому занятті модуля і включає контроль теоретичної і практичної підготовки. Білети для підсумкового модульного контролю включають 2 усних питання по 40 балів.

Результат ПМК оцінюється в балах і в традиційну 4-бальну оцінку не конвертується.

Максимальна кількість балів ПМК складає 80 балів. Мінімальна кількість балів ПМК, при якій контроль вважається складеним складає 50 балів. Максимальна кількість балів за модуль складає 200 балів (з них до 120 балів за поточну успішність).

Після складання підсумкового модульного контролю розраховується загальна кількість балів за модуль:

- а) сума балів поточної успішності;
- б) бали підсумкового модульного контролю.

Максимальна кількість балів за модуль складає 200 балів. Відомості після складання ПМК, заповнюються відповідно до положення про організацію навчального процесу в ПДМУ та подаються в деканат. Здобувачі першого (бакалаврського) рівня, які не склали ПМК мають право 2 рази перескласти модуль згідно графіка перескладань.

Методичне забезпечення

1. Робоча програма навчальної дисципліни.
2. Силабус навчальної дисципліни
3. Мультимедійні презентації.
4. Матеріали для контролю знань, умінь і навичок студентів (тести різних рівнів складності, ситуаційні задачі).

Рекомендована література

Базова

Загальні питання психосоціальної підтримки та психічного здоров'я

1. Програма ментального здоров'я | Ти як? <https://howareu.com/BOO3>. Підтримка психічного здоров'я: глобальна перспектива. World Health Organization. Mental Health Action Plan 2013-2020.↪ [WHO Mental Health](#)
2. Васильєва Н.В., Пашковська О.В. Психологічна підтримка особистості в кризових ситуаціях. – Київ, 2018.
3. Бех І.Д., Лозова В.І. Основи психічного здоров'я та соціальної адаптації особистості. – Київ: Академія, 2019.
4. Крамер Т.Л., Хілл Р.Д. Психосоціальна підтримка та супровід в клінічній практиці. – Нью-Йорк: Springer, 2020.
5. Skripnikov A. Perceived stress, resilience and their influence on the formation of coping behavior in medical students in the conditions of full-scale war in Ukraine/ Skripnikov A., Vasylyeva G., Shynder V., Pogorilko O., Voloshyn V. //Actual problems of education and science in the conditions of war. - 2023. – P. 147-152
6. Coping with War Stress in Ukrainian Students / Z. Kundii, A. Skrypnikov, R. Isakov, G.Vasylyeva /Studies in Systems, Decision and Control. - 2024. – Vol. 529. - P. 111–125.
7. Ментальне здоров'я населення Полтавської області: колективна

монографія / за ред. А. М. Скрипнікова, Л. О. Герасименко. – Полтава : ПП «Астрая», 2023. – 190 с.

Перша психологічна допомога (ППД) та робота з травмою

8. ВООЗ, ЮНІСЕФ, Міжнародний комітет Червоного Хреста. Перша психологічна допомога: Посібник для надавачів підтримки. – 2016. ⇄ [Перша психологічна допомога](#)

9. Горностай П.П. Психологічна травма та шляхи її подолання. – Київ: Інститут психології, 2019.

10. Губачова О.М., Чуприна Ю.Є. Кризова психологічна допомога: основи та методи. – Харків: ХНУ, 2020.

Психосоціальна підтримка окремих категорій осіб

11. Інститут психічного здоров'я УКУ. Психосоціальна підтримка людей, які пережили війну: навчальний посібник. – Львів, 2022.

12. Кюблер-Росс Е. Про смерть і вмирання. – Київ: КМ-Букс, 2020.

13. ВООЗ. Керівництво з надання допомоги людям, які зазнали насильства. – 2019.

14. ВООЗ, ЮНІСЕФ. Психологічна підтримка дітей та підлітків у кризових ситуаціях. – 2018.

15. Американська психіатрична асоціація. DSM-5: Діагностичний і статистичний посібник із психічних розладів. – 5-те видання, 2013.

Робота з персоналом та волонтерами, профілактика вигорання

16. Шпаченко О.Ю. Емоційне вигорання в професійній діяльності: шляхи подолання. – Київ, 2020.

Допоміжна

1. Van der Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. – New York: Viking, 2015.

2. Herman J.L. Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror. – Basic Books, 2015. (Робота про наслідки насильства та процес відновлення.)

3. Neimeyer R. Techniques of Grief Therapy: Creative Practices for Counseling the Bereaved. – New York: Routledge, 2016.

4. Perry B.D., Szalavitz M. The Boy Who Was Raised as a Dog: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook. – Basic Books, 2017. (Практичний підхід до роботи з дітьми, які пережили травму.)

5. Maslach C., Leiter M.P. The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It. – Jossey-Bass, 2016.

6. Figley C.R. Compassion Fatigue: Coping With Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized. – Routledge, 1995. (Класика про вторинну травматизацію у помічників.)

7. Patel V., Thornicroft G. Global Mental Health: Principles and Practice. – Oxford University Press, 2018.

Інформаційні ресурси

Онлайн-ресурси та платформи для додаткового навчання

Програма ментального здоров'я | Ти як? <https://howareu.com/>

Міжнародна федерація Червоного Хреста – [Mental Health and Psychosocial Support \(MHPSS\)](#)

UNICEF – [Supporting Mental Health and Psychosocial Wellbeing](#)

Український Католицький Університет (УКУ) – [Центр психічного здоров'я](#)

Розробники:

д.мед.н., професор Ганна ВАСИЛЬЄВА