

ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ ПРАВА, ПУБЛІЧНОГО УПРАВЛІННЯ ТА НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ

Силабус дисципліни «Основи екстреної психологічної допомоги»

1. Профіль дисципліни

<i>Кафедра психології</i>	Освітній ступінь – магістр Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки» Спеціальність: 053 «Психологія» Освітньо-професійна програма «Практична психологія» Кількість кредитів – 4 Загальна кількість годин – 120 Рік підготовки, семестр – 2-й рік, 3-й семестр Компонент освітньої програми: обов'язкова Цикл підготовки: професійний Мова викладання: українська
---------------------------	---

Інформація про викладача

Викладач (-і)	к.психол.н., доцент кафедри Можаровська Тетяна Вікторівна
Профайл викладача (-ів)	https://polissiauniver.edu.ua/можаровська-тетяна-вікторівна/
Контактна інформація	+38 097 5611426, mozharovska.t@gmail.com
Сторінка курсу в Moodle	http://beta.znau.edu.ua:3398/course/view.php?id=2666
Консультації	Онлайн консультація в Zoom, Viber, Telegram щопонеділка та щосереди з 15.00 до 17.00

2. Анотація до дисципліни

Освітня компонента «Основи екстреної психологічної допомоги» для здобувачів вищої освіти другого (магістрського) освітнього ступеня спрямована на висвітлення актуальних та сучасних наукових напрямів надання психологічної допомоги особам у критичних та екстрених ситуаціях життя. Дисципліною передбачено набуття нових теоретичних знань та закріплення нових та набутих навичок і умінь надання психологічної допомоги та підтримки постраждалим у різних кризових, травматичних та складних життєвих обставинах. З метою розвитку особистості практичного психолога, надання ефективної психологічної допомоги (у тому числі і першої психологічної допомоги в умовах війни), дисципліною передбачено висвітлення таких значущих тем, як психологічна допомога та психологічний супровід у структурі діяльності психолога; сучасні теорії та концепції надання психологічної допомоги; стрес, травматичний стрес; посттравматичний стресовий розлад; психологічна допомога в екстремальних та кризових

ситуаціях; психологічна допомога та підтримка в умовах війни; психологічна допомога при переживанні травмуючих подій; переживання горя та втрати; надання екстреної психологічної допомоги; стратегії подолання травмуючих ситуацій: копінг-стратегії; стрес-менеджмент: управління стресом; психотехнології самовідновлення при роботі з кризовими станами. Розвиток практичних навичок здійснюється шляхом виконання індивідуального завдання, яке полягає у розробці програми надання психологічної допомоги особам у складних життєвих обставинах.

Особлива увага приділяється особистості психолога, як представника помічних професій, з метою попередження професійного вигорання, самозбереження, відновлення та зміцнення психічного здоров'я. та засобам презентації та самопрезентації;

Завданням курсу є оволодіння алгоритмом надання екстреної психологічної допомоги різним категоріям клієнтів; усвідомлення специфіки психологічної допомоги та супроводу у діяльності психолога; розуміння специфіки психологічних теорій та концепцій надання психологічної допомоги; оволодіння навичками надання екстреної психологічної допомоги, зокрема під час екстремальних / кризових / травматичних життєвих подій; розвиток навичок самовідновлення фахівців допоміжних професій. Студенти, впродовж вивчення дисципліни, мають засвоїти особливості практичного забезпечення психологічної допомоги; основні види, форми та методи психологічної допомоги; особливості надання психологічної допомоги в екстремальних та кризових ситуаціях; основні стратегії подолання кризових та травмуючих ситуацій; особливості надання екстреної психологічної допомоги особі, яка перебуває у стані стресу, ступору, рухового збудження, страху, тривоги та нервового тремору; особливості психологічного самовідновлення. Студенти, впродовж вивчення дисципліни, мають уміти використовувати набуті знання при наданні психологічної допомоги; встановлювати психологічний контакт; формулювати цілі, завдання надання психологічної допомоги; визначати актуальний стан особи, яка звертається за допомогою; визначати та застосовувати найбільш актуальні та ефективні способи надання психологічної допомоги; робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій; розробляти програми психологічних інтервенцій, провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

3. Мета та цілі дисципліни

Мета та цілі освітньої компоненти «Практикум з психологічного консультування» полягають в інтеграції теоретичних знань психологічної науки у практику роботи практичного психолога; засвоєнні теоретичних знань та розвитку навичок надання психологічної допомоги особам, що їх потребують, у різних (у т.ч. кризових, екстремальних, травматичних)

ситуаціях.

Ключовий акцент вивчення компоненти здійснюється з орієнтацією на індивідуальні особливості особистості, індивідуальну траєкторію розвитку студента, з дотриманням принципів екологічності розвитку особистості у сучасному світі.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен:

знати: засвоїти особливості практичного забезпечення психологічної допомоги; основні види, форми та методи психологічної допомоги; особливості надання психологічної допомоги в екстремальних та кризових ситуаціях; основні стратегії подолання кризових та травмуючих ситуацій; особливості надання екстреної психологічної допомоги особі, яка перебуває у стані стресу, ступору, рухового збудження, страху, тривоги та нервового тремору; особливості психологічного самовідновлення;

уміти: використовувати набуті знання при наданні психологічної допомоги; встановлювати психологічний контакт; формулювати цілі, завдання надання психологічної допомоги; визначати актуальний стан особи, яка звертається за допомогою; визначати та застосовувати найбільш актуальні та ефективні способи надання психологічної допомоги; робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій; розробляти програми психологічних інтервенцій, провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

Компетентності, на формування яких націлена дисципліна:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

4. Організація навчання Обсяг дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин	
	Денна	Заочна
Лекції	20	8
Практичні / лабораторні	40	10
Самостійна робота	120	162

Формат дисципліни

Форма вивчення: очна; змішана (поєднання традиційних форм навчання з елементами електронного навчання через систему Moodle); дистанційна.

Вибіркова компонента професійного спрямування.

Вид підсумкового контролю – залік.

Тематичний план початкової дисципліни

№ з/п	Тема	Назва теми	Кількість годин	
			ДФН	ЗФН
МОДУЛЬ 1. ЕКСТРЕНА ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА				
<i>Змістовий модуль 1. Психологічна допомога та психологічний супровід</i>				
1.	T1	Тема 1. Психологічна допомога та психологічний супровід у структурі діяльності психолога	12	17
2.	T2	Тема 2. Сучасні теорії та концепції надання психологічної допомоги	12	15
3.	T3	Тема 3. Стрес. Травматичний стрес. Посттравматичний стресовий розлад	12	17
4.	T4	Тема 4. Психологічна допомога в екстремальних та кризових ситуаціях.	12	17
5.	T5	Тема 5. Психологічна допомога та підтримка в умовах війни	12	14
6.	T6	Тема 6. Психологічна допомога при переживанні травмуючих подій. Переживання горя та втрати	16	15
<i>Змістовий модуль 2. Психотехнології надання екстреної психологічної допомоги</i>				
7.	T7	Тема 7. Надання екстреної психологічної допомоги	22	19
8.	T8	Тема 8. Стратегії подолання травмуючих ситуацій: копінг-стратегії	18	15
9.	T9	Тема 9. Стрес-менеджмент: управління стресом	18	15
10.	T10	Тема 10. Психотехнології самовідновлення при роботі з кризовими станами	22	17
11.	T11	Тема 11. <i>Індивідуальне завдання:</i> Розробка та презентація програми надання психологічної допомоги	24	19
		Разом	180	180

Система оцінювання та вимоги

Види навчальної роботи	Min/ max кількість балів
Семестрове оцінювання: - присутність на заняттях (при пропусках занять з проміжних дисциплін допускається відпрацювання пройденого матеріалу) – за відвідування лекції – 1/2,5 бали, практичних – 0,5/2 бали;	25/45;

- усне опитування – за 1 заняття 0,5/2 бал;	
- модульна контрольна робота – максимум 15 балів	
Самостійна робота	6/10
Індивідуальне завдання	3/5
Екзамен	40
Максимальна кількість балів	100

Примітка: Контроль знань та вмінь здобувача вищої освіти здійснюється згідно з кредитно-трансферною системою організації освітнього процесу. Рейтинг студента із засвоєння дисципліни визначається за 100-бальною шкалою, тобто він формується з рейтингу виконання начальної роботи, для оцінювання якої призначається 60 балів, та рейтингу підсумкового контролю – 40 балів.

5. Результати навчання

ПРН 4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПРН 5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПРН 9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

6. Пререквізити

Попередні вимоги до опанування або вибору навчальної дисципліни «Основи екстреної психологічної допомоги» передбачають уміння критично аналізувати та синтезувати інформацію, застосовувати навички ведення комунікації та ефективної міжособистісної взаємодії; знання, вміння, компетенції, що одержані у результаті вивчення таких дисциплін, «Дистанційні технології надання психологічної допомоги», «Психологія стосунків», «Основи соціально-психологічної реабілітації»..

7. Політики дисципліни

Політика щодо формування підсумкової оцінки: Підсумкова оцінка виставляється на основі отриманих поточних балів здобувача та оцінки, отриманої на заліку.

Політика щодо дедлайнів та перескладання: Усі завдання, передбачені дисципліною, мають бути виконані у встановлений термін. Ліквідація заборгованості відбувається протягом одного тижня після встановленого терміну. При цьому оцінка знижується на 10%. Здобувачам вищої освіти після аудиторних занять надається право підвищувати свій рейтинг лише під час складання екзамену/заліку (підсумкового оцінювання) за графіком екзаменаційної сесії.

Політика щодо забезпечення інклюзивності освітньої діяльності: усі матеріали, які обговорюються на занятті висвітлені на освітній платформі Moodle. Також, завдання для самостійного виконання та індивідуальні завдання можуть надсилатися викладачу в електронному форматі. Під час проведення занять можливе синхронне викладання на платформі Zoom.

Політика щодо академічної доброчесності: Усі письмові роботи перевіряються на наявність вихідних даних щодо джерел використаної інформації і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 20%. Списування під час модульних робіт та екзамену заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування (наприклад, тестування за допомогою Google-form або на платформі Moodle).

Політика щодо відвідування: Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за активність на яких нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування тощо) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із гарантом ОП.

Самостійна робота та індивідуальні завдання: включає в себе теоретичне вивчення питань, що стосуються тем лекційних занять, які не ввійшли в теоретичний курс, або ж були розглянуті дуже стисло, їх поглиблене опрацювання за рекомендованою літературою, а також виконання домашніх навчально-дослідних завдань з метою закріплення теоретичного матеріалу.

8. Технічне та програмне забезпечення

Лекційні та практичні заняття проводяться в аудиторіях, обладнаних мультимедійними засобами, телевізорами, комп'ютерами, фліпчартами і передбачають використання мультимедійних презентацій.

9. Література

Основна література:

1. Бондаренко О.Ф. *Психологічна допомога особистості*. Харків: Фоліо, 1996. 237 с.
2. Васьківська С.В. *Основи психологічного консультування: Навчальний посібник*. К.: Четверта хвиля, 2004. 256 с.
3. Грабовська С., Єсип М. Проблема копіngu в сучасних психологічних дослідженнях. *Соціогуманітарні проблеми людини*. №4, 2010. С. 188-199.
4. Зубалий Н.П., Левочкина А.М. *Основи психотерапії*. К.: МАУП, 2001. 160 с.
5. Михальська С. А., Михальський А. В. Особливості організації та надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2012. Вип. 5. С. 340-349.
6. Перша психологічна допомога: посібник для працівників на місцях. Київ: Унів. видво ПУЛЬСАРИ, 2017. 64 с.
7. Титаренко Т. *Життєві кризи: технології консультування: в 2 частинах*. К.: Главник, 2007. Ч. 1. 144 с.; Ч. 2. 176 с. (Серія «Психол. інструментарій»).

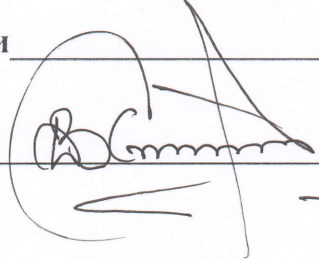
Додаткова література

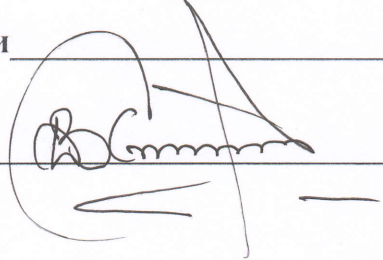
1. Дмитренко А.К., Чуйко Г.В. *Основи гуманістичної психології*: Навчально-методичний посібник. Чернівці: Прут, 2002. 268 с.
2. Максименко С. Д., Прокоф'єва О. О., Царькова О. В., Цехмістер Я. В., Кочкурова О. В. *Практикум із групової психокорекції*: підручник. К.: Видавничий Дім «Слово», 2015. 752 с.
3. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т. М. Титаренко. К.: Агропромвидав України, 1998.
4. Психологія особистості: словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. К.: Рута, 2001. 320 с.
5. Скрипник Н.І. *Практикум з групової психокорекції*: навчально-методичний посібник. Умань: ПП Жовтий О.О., 2016. 100 с.
6. Яценко Т.С. *Психологічні основи групової психокорекції*: навч. Посібник. К.: Либідь, 1996. 264 с.
7. Endler N., Parker J. Assessment of Multidimensional Coping Task, Emotion and avoidance Strategies // Psychological Assessment, 1994. Vol. 6. P. 50–60.
8. Lazarus R., Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. New York: Springer, 1984.
9. Pearlin L., Schooler C. The Structure of Coping // The Journal of health and Social behavior, 1999. Vol. 19. № 1. P. 2–21.
10. Rodrigue J., Jackson S., Perri M. Medical coping models questionnaire: Factor structure for adult transplant candidates // International Journal of Behavioral Medicine, 2000. Vol. 7 (2). P. 89–11.
11. Terelak J. Człowiek i stres: koncepcje, źródła, reakcje, radzenie sobie, modyfikatory. Bydgoszcz-Warszawa: Branta, 2008.

Інформаційні ресурси:

1. Державна науково-педагогічна бібліотека України ім. В. О. Сухомлинського. Режим доступу: www.dnpb.gov.ua
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського: Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua>
3. Бібліотечно-інформаційний ресурс Житомирської обласної універсальної наукової бібліотеки ім. Олега Ольжича. Режим доступу: <http://www.lib.zt.ua/>
4. Бібліотека Поліського національного університету. Режим доступу: <http://lib.znau.edu.ua/jirbis2/>
5. Пошукова система наукової літератури. Режим доступу: <https://scholar.google.com.ua/schhp?hl=uk>
6. Пошукова система наукової літератури Academia. Режим доступу: <https://www.academia.edu>

Викладач  (Тетяна Можаровська)

Гарант освітньої програми  (Лариса Журавльова)

Декан факультету  (Віталій Данкевич)

Силабус затверджений на засіданні кафедри
Протокол № 10 від "20" червня 2022 р.

Завідувач кафедри  (Лариса Журавльова)

Обговорено та рекомендовано до затвердження навчально-методичною
комісією факультету
Протокол № 2 від "30" серпня 2022 р.

Голова НМК факультету  (Леся Василенко)