

ЗІГМУНД ФРОЙД УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНА

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖЕНО
Вченою радою університету

Протокол № 10 від
«11» червня 2025 р.

ПЕРВИНА ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА

СИЛАБУС

Освітній рівень: Другий (магістерський)

Галузь знань: С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

Спеціальність С4 Психологія

Освітньо-професійна програма "Психологія"

Статус дисципліни: вибіркова

Форма навчання: денна

<u>Форма навчання</u>	<u>Курс</u>	<u>Семестр</u>	<u>Лекції (год.)</u>	<u>Практичні (год.)</u>	<u>Самостійна робота студента (год.)</u>	<u>Разом (год.)</u>	<u>Залік (сем.)</u>
<u>Денна</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>20</u>	<u>20</u>	<u>80</u>	<u>120</u>	<u>2</u>

1. Загальна інформацію про викладача (лектора, асистента).

Клименко Іван Сергійович

Доктор психологічних наук, завідувач кафедри психології ЗФУУ

Контактна інформація: e-mail: neffalimm@gmail.com

2. Назва, код дисципліни і кількість кредитів

На вивчення навчальної дисципліни «Первина психологічна допомога» відводиться 120 годин 4 кредити ЄКТС.

3. Час і місце проведення навчальної дисципліни

Вивчення здійснюється протягом 2 семестру на 1-ому курсі навчання. Програма навчальної дисципліни складається з 4-х змістових модулів.

4. Пререквізити і постреквізити навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна «Первина психологічна допомога» є складовою частиною дисциплін фахового циклу нормативного блоку, його вивчення передбачає розв'язання низки завдань фундаментальної професійної підготовки висококваліфікованих фахівців – магістрів психології. Ознайомлення здобувачів освіти з основними принципами, методами та техніками надання первинної психологічної допомоги у кризових ситуаціях. Формування базових навичок оцінки психоемоційного стану людини, комунікації в екстремальних умовах та стабілізації психологічного стану постраждалих.

Пререквізити:

- Клінічна психологія. Клінічна психодіагностика – методи оцінки стану пацієнта у критичних ситуаціях.
- Сучасні методи і техніки психотерапії. Інтеграція і діалог – базові психотерапевтичні техніки та підходи.
- Напрямки сучасної наукової та прикладної психотерапії — для ознайомлення з методами кризового втручання та підтримки

Постреквізити:

Завершивши курс, студенти зможуть застосовувати отримані знання у таких дисциплінах та професійних сферах:

- Травмотерапія та кризове консультування – допомога людям, що пережили психоемоційну травму.
- Основи військової психології – застосування технік первинної допомоги у військових та екстремальних умовах.
- Психологія екстремальних ситуацій – робота з людьми, що перебували в загрозових ситуаціях.
- Практика під супервізію – використання навичок надання першої психологічної допомоги в практичній роботі.

5. Характеристика навчальної дисципліни

Програма з дисципліни «Первина психологічна допомога» призначена для здобувачів освіти закладів вищої освіти України і є вибірковою дисципліною. Згідно навчального плану підготовки психологів за освітньо-кваліфікаційним рівнем «Магістр», вивчення навчальної дисципліни здійснюється на 1 курсі (денна форма навчання), на вивчення якої відводиться 120 годин.

6. Призначення навчальної дисципліни.

Навчальна дисципліна орієнтована на забезпечення компетентності майбутніх психологів, шляхом глибокого оволодіння знаннями з компетентностей щодо з основних принципів, методів та технік надання первинної психологічної допомоги у кризових ситуаціях. Формування базових навичок оцінки психоемоційного стану людини, комунікації в екстремальних умовах та стабілізації психологічного стану постраждалих.

7. Мета вивчення навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни є ознайомлення здобувачів освіти з основними принципами, методами та техніками надання первинної психологічної допомоги у кризових ситуаціях. Формування базових навичок оцінки психоемоційного стану людини, комунікації в екстремальних умовах та стабілізації психологічного стану постраждалих.

8. Завдання вивчення дисципліни

- Надати базові знання про стрес, кризові стани та їхні психологічні наслідки.
- Ознайомити з алгоритмами первинної психологічної допомоги.
- Навчити основам кризового консультування та технікам стабілізації стану.
- Розвинути навички емпатичного слухання та комунікації з людьми у стресі.
- Ознайомити з етичними принципами та межами компетенції при наданні допомоги.

8.1 Очікувані результати навчання

Після вивчення дисципліни «Первина психологічна допомога» студенти повинні

Знати:

- Основи кризової психології та психотравматології.
- Принципи та алгоритми первинної психологічної допомоги.
- Основні методи комунікації з людьми у стресовому стані.
- Етичні принципи та професійні межі при роботі з постраждалими.

Уміти:

- Виявляти та оцінювати психоемоційний стан постраждалого.
- Використовувати базові техніки психологічної стабілізації.
- Застосовувати ефективні комунікативні навички у кризових ситуаціях.

- Визначати межі власної компетенції та спрямовувати постраждалого до відповідних спеціалістів

9. Зміст навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна «Первина психологічна допомога» складається з чотирьох змістовних модулів:

Модуль 1. Вступ до первинної психологічної допомоги

- Поняття кризового стану та психологічної травми.
- Вплив стресу та екстремальних ситуацій на психіку людини.
- Етичні засади та правові аспекти надання первинної психологічної допомоги.

Модуль 2. Методи та техніки первинної психологічної допомоги

- Алгоритм надання первинної психологічної допомоги (PFA).
- Визначення та оцінка психоемоційного стану постраждалого.
- Основи ефективної комунікації у кризових ситуаціях.
- Методи стабілізації та заспокоєння постраждалих.

Модуль 3. Специфіка роботи з різними групами постраждалих

- Надання допомоги дітям, підліткам та дорослим.
- Психологічна підтримка осіб, які пережили втрату та горе.
- Робота з військовослужбовцями та їхніми родинами.

Модуль 4. Профілактика вигорання та самодопомога

- Методи профілактики емоційного вигорання.
- Стратегії самодопомоги та підтримки колег у складних умовах.

10. Структура залікового кредиту з дисципліни

Назви змістовних модулів, лекційних тем і тем практичних занять	усього	Кількість годин		
		у тому числі		
		л	пр	ср
1	2	3	4	5
Тема 1. Поняття кризового стану та психологічної травми.	10	2	1	7
Тема 2. Вплив стресу та екстремальних ситуацій на психіку людини.	10	2	1	7
Тема 3. Етичні засади та правові аспекти надання первинної психологічної допомоги.	10	2	1	7
<i>Разом за змістовним модулем 1</i>	<i>30</i>	<i>6</i>	<i>3</i>	<i>21</i>
Тема 4. Алгоритм надання первинної психологічної допомоги (PFA).	9	1	1	7
Тема 5. Визначення та оцінка психоемоційного стану постраждалого.	9	1	1	7
Тема 6. Основи ефективної комунікації у кризових ситуаціях.	9	1	1	7
Тема 7. Методи стабілізації та заспокоєння постраждалих.	10	1	2	7
<i>Разом за змістовним модулем 2</i>	<i>37</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>28</i>
Тема 8. Надання допомоги дітям, підліткам та дорослим.	11	2	2	7

Тема 9. Психологічна підтримка осіб, які пережили втрату та горе.	10	2	2	6
Тема 10. Робота з військовослужбовцями та їхніми родинами.	10	2	2	6
<i>Разом за змістовним модулем 3</i>	<i>31</i>	<i>6</i>	<i>6</i>	<i>19</i>
Тема 11. Методи профілактики емоційного вигорання.	10	2	2	6
Тема 12. Стратегії самодопомоги та підтримки колег у складних умовах	10	2	2	6
<i>Разом за змістовним модулем 4</i>	<i>20</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	<i>12</i>
Залік	2		2	
Усього	120	20	20	80

11. Самостійна робота студента

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	2	3
1	Тема 1. Поняття кризового стану та психологічної травми.	7
2	Тема 2. Вплив стресу та екстремальних ситуацій на психіку людини.	7
3	Тема 3. Етичні засади та правові аспекти надання первинної психологічної допомоги.	7
4	Тема 4. Алгоритм надання первинної психологічної допомоги (PFA).	7
5	Тема 5. Визначення та оцінка психоемоційного стану постраждалого.	7
6	Тема 6. Основи ефективної комунікації у кризових ситуаціях.	7
7	Тема 7. Методи стабілізації та заспокоєння постраждалих.	7
8	Тема 8. Надання допомоги дітям, підліткам та дорослим.	7
9	Тема 9. Психологічна підтримка осіб, які пережили втрату та горе.	6
10	Тема 10. Робота з військовослужбовцями та їхніми родинами.	6
11	Тема 11. Методи профілактики емоційного вигорання.	6
12	Тема 12. Стратегії самодопомоги та підтримки колег у складних умовах	6
Всього		80

12. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Гуменюк В. "Кризова психологія: основи, методи, практика" – Київ: Основи, 2020.
2. Психологічна служба України. "Рекомендації з надання первинної психологічної допомоги" – Київ, 2021.
3. WHO. "Psychological First Aid: Guide for Field Workers" – Geneva, 2011.
4. Everly G., Lating J. "The Johns Hopkins Guide to Psychological First Aid" – Johns Hopkins University Press, 2017.
5. Ruzek J., Brymer M., Jacobs A. "Psychological First Aid (PFA) Field Operations Guide" – National Child Traumatic Stress Network, 2006.

Інформаційні ресурси:

1. Електронні ресурси ЗФУУ: <https://repo.usfu.edu.ua/home>
2. Офіційний сайт Всесвітньої організації охорони здоров'я (WHO) – <https://www.who.int>
3. Українська психологічна асоціація – <https://upa.org.ua>
4. Національна мережа травматичної допомоги (NCTSN) – <https://www.nctsn.org>
5. Міжнародна федерація Червоного Хреста (IFRC) – психологічна підтримка – <https://pscentre.org>

13. Контроль і оцінка результатів навчання

13.1. Види контролю (поточний, підсумковий), проміжна атестація

Методи контролю: поточний, підсумковий.

При оцінюванні знань здобувача освіти приділяється перевага стандартизованим методам контролю: тестування (комп'ютерне), письмові роботи, контроль практичних навичок.

Поточний контроль здійснюється на кожному практичному занятті відповідно до конкретних цілей теми. Він містить: опитування, співбесіду, відповіді на питання, комп'ютерне тестування, виступ з доповіддю, захист рефератів.

Підсумковий контроль здійснюється наприкінці вивчення дисципліни у вигляді диференційованого заліку.

13.2. Форми контролю

Оцінка за розділ визначається як сума оцінок поточної навчальної діяльності (у балах) та оцінки підсумкового контролю (у балах), яка виставляється при оцінюванні теоретичних знань та практичних навичок відповідно до переліків, визначених програмою дисципліни.

Максимальна кількість балів, що присвоюється здобувачу освіти при засвоєнні кожного розділу (залікового кредиту) – 100, в тому числі за поточну навчальну діяльність – 60 балів (60%), за результатами підсумкового контролю – 40 балів (40%).

Поточний контроль здійснюється на кожному практичному занятті відповідно до конкретних цілей з кожної теми та під час індивідуальної роботи викладача зі здобувачами освіти. При оцінюванні навчальної діяльності здобувача освіти необхідно надавати перевагу стандартизованим методам контролю: тестуванню, структурованим письмовим роботам, структурованому за процедурою контролю практичних навичок в умовах, що наближені до реальних.

ОЦІНКУ “ВІДМІННО” отримує здобувач освіти, який твердо знає програмовий матеріал, глибоко його засвоїв, вичерпно, послідовно, грамотно і логічно його викладає, у відповіді якого тісно пов'язується теорія з практикою. При цьому здобувач освіти не вагається з відповіддю при видозміні завдання, вільно справляється з задачами та питаннями другого та третього рівня оцінки знань, виявляє знайомство з монографічною літературою, вірно обґрунтовує

прийняте рішення, володіє елементами лікарської техніки, різносторонніми навиками та прийомами виконання практичних робіт. Практичні навички виконує без помилок, вміє в професійній діяльності ефективно використовувати набуті знання.

ОЦІНКУ “ДОБРЕ” отримує здобувач освіти, який знає програмовий матеріал грамотно і змістовно його викладає, який не допускає значних неточностей у відповіді на запитання, правильно використовує теоретичні положення при вирішенні практичних запитань і задач, володіє необхідними навиками і технікою їх виконання.

ОЦІНКУ “ЗАДОВІЛЬНО” отримує здобувач освіти, який знає основний матеріал, але не засвоїв його деталей, допускає неточності, недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність у викладанні програмового матеріалу і відчуває труднощі при виконанні практичних навиків або виконує їх з істотними помилками, з помилками вирішує ситуаційні задачі третього рівня контролю знань.

ОЦІНКУ “НЕЗАДОВІЛЬНО” отримує здобувач освіти, який не знає значної частини програмового матеріалу, допускає значні помилки у його викладанні, невпевнено, з великими труднощами виконує практичні навички.

Бали за поточну успішність прив’язуються до середньої арифметичної оцінки за традиційною чотирибальною системою незалежно від кількості занять. Конвертація проводиться перед підсумковим контролем.

Таблиця конвертації середньої арифметичної в кількість балів ECTS

Середня арифметична оцінка за п’ятибальною шкалою	Бали ECTS	Середня арифметична оцінка за п’ятибальною шкалою	Бали ECTS
1	2	3	4
4,93-5,0	60	3,90-3,85	44
4,87-4,80	59	3,84-3,78	43
4,81-4,73	58	3,77-3,72	42
4,74-4,69	57	3,71-3,66	41
4,68-4,60	56	3,65-3,59	40
4,61-4,56	55	3,58-3,53	39
4,55-4,49	54	3,52-3,46	38
4,48-4,43	53	3,45-3,40	37
4,42-4,36	52	3,39-3,33	36
4,35-4,30	51	3,32-3,27	35
4,29-4,24	50	3,26-3,20	34
4,23-4,17	49	3,19-3,14	33
4,16-4,11	48	3,13-3,07	32
4,10-4,04	47	3,06-3,01	31
4,03-3,98	46	3,0	30
3,97-3,91	45		

Підсумковий контроль здійснюється по завершенню вивчення всіх тем на останньому контрольному занятті. До підсумкового контролю допускають

здобувачів освіти, які виконали всі види робіт, що передбачені навчальною програмою, та при вивченні розділу набрали кількість балів, не меншу за мінімальну. Конкретні форми підсумкового контролю визначаються у робочій навчальній програмі

Підсумковий контроль вважається зарахованим, якщо здобувач освіти набрав не менше 20 балів.

Оцінювання дисципліни:

Оцінка з дисципліни виставляється лише здобувачам освіти, яким зараховані усі розділи з дисципліни. Оцінка з дисципліни виставляється як середня з оцінок за розділи, на які структурована навчальна дисципліна. Оцінка з дисципліни Fx, F ("2") виставляється здобувачам освіти, яким не зараховано хоча б один розділ з дисципліни після завершення її вивчення. Оцінка Fx ("2") виставляється здобувачам освіти, які набрали мінімальну кількість балів за поточну навчальну діяльність, але не склали підсумковий контроль. Вони мають право на повторне складання підсумкового контролю не більше двох разів за графіком, затвердженим деканатом.

Здобувачі освіти які одержали оцінку F по завершенні вивчення дисципліни (не виконали навчальну програму хоча б з одного розділу або не набрали за поточну навчальну діяльність з розділу мінімальну кількість балів), мають пройти повторне навчання з відповідного розділу. Рішення приймається керівництвом ЗВО відповідно до нормативних документів, затвердженим в установленому порядку.

14. Політика навчальної дисципліни

Здобувач освіти зобов'язаний дотримуватися обов'язків, передбачених статтею 63 Закону України «Про вищу освіту», а також:

- своєчасно та в повному обсязі відвідувати заняття, передбачені навчальним планом та графіком навчального процесу;
- своєчасно та належним чином виконувати всі види завдань, передбаченими навчальними планами та програмами;
- у встановленому державними стандартами обсязі володіти теоретичними знаннями, практичними навичками, сучасними методами досліджень, проходити контрольні заходи, передбачені навчальними планами та програмами;
- своєчасно складати (перескладати) залік, виконувати контрольні роботи, відпрацьовувати заняття в терміни та за графіком, встановленими кафедрою психології;
- своєчасно інформувати викладача щодо неможливості з поважних причин відвідувати заняття;
- постійно прагнути до підвищення загальної культури, морального вдосконалення, проявляти належну повагу до керівних, науково-педагогічних, навчально-допоміжних працівників;
- дбайливо ставитись до майна, яке йому надано в користування, дотримуватись правил внутрішнього трудового розпорядку;

- виконувати вимоги з охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії, протипожежної безпеки, передбачені відповідними правилами та інструкціями.
- у повному обсязі відшкодувати збитки, нанесені невиконанням чи неналежним виконанням умов з охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії, протипожежної безпеки.

Здобувач освіти зобов'язаний дотримуватися положень етичного кодексу ЗФУУ.

Здобувач освіти має права, передбачені статтею 62 Закону України «Про вищу освіту».

Усі форми контрольних заходів та критерії оцінювання здобувачів зазначенні в положенні університету про оцінювання результатів вивчення навчальної дисципліни.