

НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.О. БОГОМОЛЬЦЯ  
Кафедра загальної і медичної психології

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з науково-педагогічної та  
навчальної роботи

професор О.М. Власенко

2024р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ЕКСТРЕМАЛЬНА ТА КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ»

Освітній рівень	<u>другий (магістерський) рівень</u>
Галузь знань	<u>22 «Охорона здоров'я»</u>
Спеціальність	<u>221 «Стоматологія»</u>
Освітня програма	<u>Стоматологія</u>

Робоча програма навчальної дисципліни «Екстремальна та кризова психологія» підготовки на другому (магістерському) рівні, галузі знань 22 Охорона здоров'я, спеціальності 221 «Стоматологія», для студентів 3 курсу стоматологічного факультету.

РОЗРОБНИКИ: **Логвіновська Л.М.**, доцент кафедри загальної і медичної психології  
кандидат психологічних наук, доцент

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної і медичної психології  
Протокол від «13» червня 2024 року №22

Завідувач кафедри, професор \_\_\_\_\_ **Матяш М.М.**

Робочу програму схвалено на засіданні Циклової методичної комісії з психологічних  
дисциплін для лікарських спеціальностей  
Протокол №1 від «30» серпня 2024 року

Голова комісії, професор \_\_\_\_\_ **Матяш М.М.**

**Перезатверджено:**

На 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

На 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		Денна форма навчання
Кількість кредитів - 3	Галузь знань: 22 Охорона здоров'я	вибіркова
Модулів - 1	Спеціальність: 221 Стоматологія	Рік підготовки: 3
Змістових модулів - 1		Семестр: 2
Індивідуальне науково-дослідне завдання - 2		Лекції: 10 годин
Загальна кількість годин - 90		Практичні заняття: 20 годин
Тижневих годин: - аудиторних – 2, самостійна робота студента - 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «магістр»	Самостійна робота: 60 год
		Вид контролю: диференційований залік

### 1. МЕТА, ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

**Метою навчальної дисципліни «Екстремальна та кризова психологія» є отримання студентами поглиблених знань, умінь і навичок в області психологічних аспектів екстремальних ситуацій та кризових станів, психології безпеки діяльності лікаря в особливих умовах та умовах війни, а також формування психологічної готовності майбутнього лікаря до діяльності в екстремальних та кризових умовах.**

Опанування означеними знаннями і навичками складає важливу умову для кваліфікованого вирішення лікарем широкого спектру завдань в різних напружених, екстремальних та кризових ситуаціях.

#### Очікувані результати навчання з дисципліни:

##### Знати:

- психологічну сутність поняття екстремальності, основні підходи до її вивчення в зв'язку з потребами психологічної практики;
- психологічні особливості екстремальних ситуацій, чинники та умови, що роблять їх небезпечними для психіки людини;
- ознаки, види, рівні та етапи розвитку екстремальної поведінки людини;
- психічні реакції та стани людини в екстремальних ситуаціях (стрес, фрустрація, тривога, депресія, ПТСР, дезадаптивні стани);
- індивідуальні (нейродинамічні, характерологічні, вікові, професійні) особливості прояву психоемоційної напруженості;
- особливості психічної травми мирного населення під час війни в Україні;
- психологічні проблеми учасників та ветеранів бойових дій в Україні;

- алгоритми надання медико-психологічної підтримки під час війни. Знати роль лікаря в підтримці тих, хто постраждав від війни;
- зміст та основні напрями та технології профілактики та подолання стресових і постстресових психоемоційних станів та розладів, як наслідків впливу війни в Україні, наслідків екстремальних ситуацій, участі у бойових діях тощо;
- тактику надання екстреної медичної допомоги, використовуючи рекомендовані алгоритми, за будь-яких обставин на підставі діагнозу невідкладного стану в умовах обмеженого часу;
- основні методи надання психологічної самопомоги, психологічної корекції руйнівних психоемоційних станів та формування стресостійкості лікаря.

#### **Уміти:**

- визначати чинники, що створюють психоемоційну напруженість (у стресових та постстресових ситуаціях);
- враховувати психологічні наслідки отриманого травматичного досвіду війни у формуванні взаємодії з пацієнтом;
- використовувати у стоматологічній практиці методи профілактики та подолання стресових і постстресових психоемоційних станів, методи формування стресостійкості та психологічного відновлення;
- формувати особистісну психологічну готовність до адекватного реагування в екстремальних умовах;
- визначати тактику ведення стоматологічного пацієнта при соматичній патології шляхом прийняття обґрунтованого рішення за існуючими алгоритмами та стандартними схемами.

#### **Здатність:**

- використовувати знання методологічних та теоретичних проблем екстремальної психології в дослідженні та поясненні соціально-психологічних явищ;
- розуміти психологічні наслідки перебування людини в екстремальних та кризових умовах;
- усвідомлювати межі своїх знань, уміти набувати і засвоювати нові знання;
- використовувати отримані знання для надання медичної допомоги пацієнтам, постраждалим внаслідок війни в Україні та внаслідок перебування в екстремальних та кризових ситуаціях;
- формувати нові ідеї (креативність) та нести соціальну відповідальність за професійну діяльність.

#### **Володіти навичками:**

- здійснення дослідницької та/або інноваційної діяльності;
- ідентифікації психологічних проблем особистості та їх врахування у лікувальному процесі;
- розв'язання типових та складних завдань щодо аналізу проблем у галузі професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується невизначеністю умов і вимог.

#### **Самостійно вирішувати:**

завдання, пов'язані з пошуком інформації з різних джерел, для вирішення професійних завдань; практичні задачі, пов'язані з професійним самовдосконаленням тощо.

Компетентності та результати навчання, формуванню яких сприяє дисципліна «Екстремальна та кризова психологія».

Згідно з вимогами Стандарту вищої освіти України другий (магістерський) рівень вищої освіти дисципліна «Екстремальна та кризова психологія» забезпечує набуття студентами наступних компетентностей:

#### **Загальні:**

- ЗК 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
- ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
- ЗК 3. Здатність застосовувати знання у практичній діяльності.
- ЗК 7. Здатність до пошуку, опрацювання та аналізу інформації з різних джерел.
- ЗК 8. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
- ЗК 9. Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК 10. Здатність бути критичним і самокритичним.
- ЗК 11. Здатність працювати в команді.
- ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

#### **Спеціальні:**

- ФК 1. Спроможність збирати медичну інформацію про пацієнта і аналізувати клінічні данні.
- ФК 10. Спроможність до організації та проведення лікувально-евакуаційних заходів.
- ФК 11. Спроможність до визначення тактики, методів та надання екстреної медичної допомоги.
- ФК 13. Спроможність оцінювати вплив навколишнього середовища на стан здоров'я населення (індивідуальне, сімейне, популяційне).
- ФК 15. Опрацювання державної, соціальної та медичної інформації.
- ФК 16. Спроможність до організації і проведення реабілітаційних заходів та догляду у пацієнтів із захворюваннями органів ротової порожнини та ЩЛЮ.
- ФК 18. Спроможність надавати домедичну допомогу за протоколами тактичної медицини.

#### **Результати навчання з дисципліни:**

ПРН 5. Встановлювати діагноз невідкладних станів за будь-яких обставин (вдома, на вулиці, у лікувальній установі), в умовах надзвичайної ситуації, воєнного стану, нестачі інформації та обмеженого часу.

ПРН 6. Планувати та втілювати заходи профілактики стоматологічних захворювань серед населення для запобігання розповсюдження стоматологічних захворювань.

ПРН 13. Визначати тактику надання екстреної медичної допомоги, використовуючи рекомендовані алгоритми, за будь-яких обставин на підставі діагнозу невідкладного стану в умовах обмеженого часу.

ПРН 14. Аналізувати та оцінювати державну, соціальну та медичну інформацію з використанням стандартних підходів та комп'ютерних інформаційних технологій.

### **3. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ**

#### **МОДУЛЬ 1. ПСИХОЛОГІЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ**

##### **Тема 1. Теоретико-методологічні основи екстремальної та кризової психології.**

Теоретичні основи екстремальної та кризової психології. Історія зародження та розвитку. Предмет, задачі та методи екстремальної та кризової психології як сукупність рівнів теоретичних, методологічних і емпіричних проблем. Кризова проблематика та її актуальність.

Понятійно-категоріальний апарат кризової психології: криза, критична ситуація, кризова подія, психічна травма, кризове переживання. Характеристика основних методів. Сутність та характерні риси феноменологічного підходу до аналізу людської поведінки як методологічної основи екстремальної та кризової психології.

## **Тема 2. Типологія екстремальних ситуацій. Психічні реакції та стани людини в екстремальних ситуаціях.**

Типи та види екстремальних ситуацій. Психогенний характер їх впливу на людину. Зміни в поведінці і функціональному стані людини в екстремальних та кризових умовах. Індивідуальна переносимість екстремальних умов. Суб'єктивна значущість стресогенності екстремальних ситуацій. Загальні наслідки впливу екстремальної ситуації на людину.

Основні психічні стани та реакції, що виникають в екстремальних ситуаціях. Страх, афект, ступор, істерика, паніка як первинні стани людини у екстремальних ситуаціях. Механізми їх розвитку та наслідки.

Стрес, фрустрація і конфлікт як складові екстремального стану. Динаміка розвитку екстремальних станів. Специфічні прояви екстремальної поведінки: «адаптивна активність» та «активна неадаптивність» людини.

Гострий стрес як реакція на екстремальну ситуацію: поняття, основні симптоми, етапи розвитку. Причини і наслідки слабкої вираженості (або відсутності) симптоматики гострого стресу в екстремальній ситуації. Його наслідки для життя і здоров'я людини.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): поняття, причини розвитку, фактори і групи ризику. Посттравматичний стресовий розлад як наслідок травмуючої ситуації. Травматичний досвід. Розлади адаптації.

Адаптація до стресогенних умов. Вплив абіотичних факторів на працездатність і функціональний стан людини. Деадаптивні психічні стани.

## **Тема 3. Екстремальні ситуації, пов'язані з війною. Психотравми війни.**

Особливості психічної травми мирного населення під час війни в Україні. Індивідуальна та колективна психотравма. Особливості психотравми війни у дітей різного віку. Травматичні переживання вимушених переселенців. Психологічні наслідки травматичного досвіду війни.

Психологічні проблеми учасників та ветеранів бойових дій в Україні. Особливості надання психологічної підтримки для учасникам і ветеранам бойових дій.

Медико-психологічна підтримка під час війни. Психологічна самодопомога.

Психологічні засоби збереження ментального здоров'я під час тривалої травматизації. Роль лікаря в підтримці тих, хто постраждав від війни.

## **Тема 4. Психологія кризи та кризових ситуацій.**

Криза як соціально-психологічна ситуація. Передумови та основні чинники розвитку криз. Типологія криз особистості.

Фази психологічних криз. Підходи до класифікації криз. Нормативні (прогресивні) і ненормативні (регресивні) кризи особистості: особливості та різновиди. Типові реакції людини на кризову ситуацію. Етапи кризових станів.

Психологічний захист особистості в умовах переживання кризи: особливості функціонування. Конструктивне та деструктивне вирішення проблем кризових станів.

Втрата як чинник розвитку ненормативних криз. Горе як реакція людини на втрату.

Феноменологія кризи ідентичності. Основні причини та умови (об'єктивні, суб'єктивні) виникнення. Ненормативність кризи ідентичності. Основні варіанти переживання кризи ідентичності. Психологічна допомога особистості в умовах переживання кризи ідентичності.

Професійна криза. Причини розвитку, види та етапи криз професійного становлення. Стратегії подолання професійної кризи. Криза безробіття – соціально-психологічна характеристика.

Екзистенційні кризи: ознаки, причини, можливі шляхи вирішення. Вік як причина життєвої кризи: психологічні особливості вікових криз.

Феномен самогубства в аспекті кризової психології. Психологічна характеристика суїцидальної поведінки, внутрішні й зовнішні форми прояву. Особливості профілактики та методи індивідуальної роботи у лікувальній практиці.

### **Тема 5. Особливі умови діяльності лікаря, що пов'язані із впливом екстремальних ситуацій.**

Проблема екстремальної діяльності в сучасній психологічній науці. Екстремальна ситуація та екстремальні умови діяльності. Особливі і екстремальні умови професійної діяльності лікаря. Порівняльна характеристика екстремальної, надзвичайної та кризової ситуації.

Характеристика різновидів екстремальної поведінки в професії лікаря. Деструктивні наслідки екстремальності на мотиваційні та конативні складові професійної діяльності. Психологічні особливості суб'єкта, що визначають індивідуальну варіабельність реакцій на розвиток професійного стресу та посттравматичних стресових порушень.

Загальні закономірності професійних стресів. Особливості професійного стресу лікаря. Професійне вигорання. Особливості навчального стресу. Екзаменаційний стрес.

### **Тема 6. Техніки формування психологічної стійкості (резильєнтності) лікаря до екстремальних умов.**

Сучасні підходи до вивчення резильєнтності особистості. Походження поняття, його зміст та значення для життєдіяльності людини. Поняття «психологічна безпека». Основні аспекти формування та збереження психологічної безпеки.

Методи формування стресостійкості лікаря та психологічного відновлення. Стратегії регуляції професійного стресу. Техніки опанування життям у складних умовах. Таймменеджмент, як спосіб уникати стресів. Прийоми відновлення психологічного ресурсу особистості. Психологічне забезпечення відновлювального періоду лікаря.

## **4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	усього	л	п	сам.р.
<b>Модуль 1. Психологія екстремальних та кризових ситуацій</b>				
<b>Тема 1.</b> Теоретико-методологічні основи екстремальної та кризової психології	10	2	2	6
<b>Тема 2.</b> Типологія екстремальних ситуацій. Психічні реакції та стани людини в екстремальних ситуаціях.	18	2	4	12
<b>Тема 3.</b> Екстремальні ситуації, пов'язані з війною. Психотравми війни.	18	2	2	12
<b>Тема 4.</b> Психологія кризи та кризових ситуацій.	12	2	4	8
<b>Тема 5.</b> Особливі умови діяльності лікаря, що пов'язані із впливом екстремальних ситуацій.	16	2	4	10
<b>Тема 6.</b> Техніки формування психологічної стійкості (резильєнтності) лікаря до екстремальних умов.	16		4	12
<b>ВСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>60</b>

## **5. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ**

№ п.п.	Тема	К-ть годин
--------	------	------------

1.	Теоретичні основи екстремальної та кризової психології. Предмет, задачі та методи	2
2.	Психічні реакції та стани людини в екстремальних ситуаціях.	2
3.	Психотравми війни. Роль лікаря у збереженні ментального здоров'я українців.	2
4.	Психологічні наслідки переживання кризи.	2
5.	Резильєнтність як складова формування психологічної безпеки сучасного лікаря.	2
<b>ВСЬОГО ГОДИН:</b>		<b>10</b>

### 6. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Згідно з робочою програмою навчальної дисципліни «Екстремальна та кризова психологія» семінарські заняття не заплановані.

### 7. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ п.п.	Тема	К-ть годин
1.	Предмет, задачі та методи екстремальної та кризової психології	2
2.	Психогенний характер впливу екстремальних та кризових ситуацій на людину.	2
3.	Психічні стани та реакції людини, що виникають в екстремальних ситуаціях.	2
4.	Психологічні наслідки травматичного досвіду війни.	2
5.	Криза як соціально-психологічна ситуація. Передумови та основні чинники розвитку криз. Типологія криз особистості.	2
6.	Феноменологія та психолого-медичні наслідки кризи.	2
7.	Особливі умови професійної діяльності лікаря.	2
8.	Професійний стрес лікаря. Професійне вигорання.	2
9.	Методи саморегуляції професійного стресу.	2
10.	Техніки формування психологічної стійкості (резильєнтності) лікаря в екстремальних умовах	2
<b>ВСЬОГО ГОДИН:</b>		<b>20</b>

### 8. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

Згідно з робочою програмою навчальної дисципліни «Екстремальна та кризова психологія» лабораторні заняття не заплановані.

### 11. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

№ п.п.	Тема	К-ть годин
1.	Теоретичні основи екстремальної та кризової психології. Кризова проблематика та її актуальність. Понятійно-категоріальний апарат кризової психології: криза, критична ситуація, кризова подія, психічна травма, кризове переживання. Характеристика основних методів.	6



2.	Психогенний характер впливу екстремальних умов. Зміни в поведінці і функціональному стані людини в екстремальних та кризових умовах. Індивідуальна переносимість екстремальних умов.	6
3.	Психічні стани та реакції людини, що виникають в екстремальних ситуаціях. Механізми їх розвитку та наслідки.	
4.	Особливості психічної травми мирного населення під час війни в Україні. Індивідуальна та колективна психотравма. Особливості психотравми війни у дітей різного віку. Травматичні переживання вимушених переселенців.	6
5.	Психологічні проблеми учасників та ветеранів бойових дій в Україні. Особливості взаємодії та надання психологічної підтримки. Роль лікаря в підтримці тих, хто постраждав від війни.	6
6.	Екстремальна ситуація та екстремальні умови діяльності. Особливі і екстремальні умови професійної діяльності лікаря. Психічні реакції та стани, що виникають в особливих умовах діяльності лікаря. Індивідуальна переносимість екстремальних умов.	8
7.	Передумови та основні чинники розвитку криз. Типологія криз особистості.	8
8.	Особливі і екстремальні умови професійної діяльності лікаря. Деструктивні наслідки екстремальності. Загальні закономірності професійного стресу у лікаря.	10
9.	Сучасні підходи до вивчення резильєнтності особистості. Основні аспекти формування та збереження психологічної безпеки лікаря.	6
10.	Методи психологічного відновлення та формування стресостійкості лікаря. Техніки опанування життям у складних умовах.	6
<b>ВСЬОГО ГОДИН:</b>		<b>60</b>

## 10. ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

**Індивідуальне навчально-дослідне завдання** (далі - ІНДЗ) є видом позааудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни. На індивідуальну роботу відводяться бали з поточного контролю за рішенням кафедри. Бали за індивідуальні завдання нараховуються студентові за різні види індивідуальних завдань і додаються до суми балів, набраних студентом на заняттях під час поточної навчальної діяльності.

**Мета ІНДЗ:** самостійне вивчення частини програмного матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

**Зміст ІНДЗ:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

**Вид ІНДЗ:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

**Види ІНДЗ** - підготовка повідомлення або написання реферату на основі опрацювання першоджерел на одну із запропонованих тем.

## 11. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

У процесі викладання дисципліни застосовуються різні методи навчання:

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.

1) За джерелом інформації: а) словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням цифрових інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), пояснення, розповідь, бесіда; б) наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація; в) практичні: вправи.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні;

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі;

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою й інтернет-ресурсами; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: навчальні дискусії; інтерактивні методи навчання, створення ситуацій пізнавальної новизни та зацікавленості.

## 12. МЕТОДИ І ФОРМИ КОНТРОЛЮ, РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ, ОЦІНЮВАННЯ

**Поточний контроль** здійснюється в процесі вивчення дисципліни на практичних заняттях і проводиться у терміни, які визначаються календарним планом. Завданням поточного контролю є перевірка розуміння та засвоєння теоретичного матеріалу, вироблення навичок проведення розрахункових робіт, умінь самостійно опрацювати тексти, здатності осмислити зміст теми, умінь публічно чи письмово представити певний матеріал (презентація).

Об'єктами поточного контролю знань студентів є: систематичність, активність, своєчасність та результативність роботи над вивченням програмного матеріалу дисципліни, у т.ч. виконання творчих завдань та розв'язання задач; виконання завдань для самостійного опрацювання.

Поточний контроль знань, вмінь та навичок студентів передбачає застосування таких видів: тестові завдання; розрахункові завдання; обговорення проблеми, дискусія; аналіз конкретних ситуацій (поданих у вигляді усного, текстового або графічного матеріалу); ділові ігри (кейс-методи); презентації результатів роботи; інші.

**Кінцевий контроль**, форма кінцевого контролю – **ПК** передбачає визначення рівня сформованих знань і навичок. Його проводять по завершенню вивчення дисципліни. Він включає контроль теоретичної та практичної підготовки. До кінцевого контролю з дисципліни допускаються студенти при умові **відвідування не менше 75% навчальних аудиторних занять** (лекцій, практичних занять) із всією накопиченою сумою балів впродовж вивчення дисципліни. У випадку, якщо студент відвідав **менше, ніж 75%** (пропусків у студента **більше 25%**) навчальних аудиторних занять, то він вважається таким, який не виконав навчальну програму й навчальний план з дисципліни, а отож має право повторно вивчати дисципліну.

Форма проведення підсумкового контролю (**ПК**) визначається навчальною робочою програмою з дисципліни. При встановленні оцінки за дисципліну враховують накопичену студентом кількість балів за поточне навчання (**максимальна кількість балів 80**) та результат складання **ПК** у балах (**максимальна кількість балів 120**). Допуском до складання **ПК** є **75%** відвідування навчальних аудиторних занять, в тому числі і лекцій. Допуск у **бальному** вираженні не встановлюється.

Студент складає **ПК з тією кількістю балів**, яку він накопичив впродовж **поточного навчання**. Форма проведення підсумкового контролю та вид завдань визначаються

навчальною (робочою) програмою з дисципліни та регламентом кафедри. Зарахування кредиту за вивчену дисципліну здійснюється при умові накопичення загальної кількості отриманих студентом балів, що має бути не меншою за мінімальну, яка визначена робочою навчальною програмою з дисципліни і відповідає мінімальному значенню оцінки **Е**, а отже, складає **111 балів**. Максимальна кількість балів, яку може набрати студент з дисципліни за поточну навчальну діяльність і ПМК – 200 балів за шкалою ECTS.

**Оцінювання результатів** складання підсумкового контролю здійснюється за 200 бальною системою контролю знань, прийнятого в університеті та національною шкалою і відображаються у відповідних відомостях.

**Оцінювання знань із дисципліни проводять за відповідною шкалою:  
ШКАЛА ECTS**

**Успішність навчання студентів визначається за шкалою ECTS, яка є 7-бальною. 5-бальна нормована для успішних студентів**

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
170-200	Відмінно	A	Відмінно (відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок)
155-169	Добре	B	Дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)
140-154		C	Добре (в цілому правильне виконання з певною кількістю суттєвих помилок)
125-139	Задовільно	D	Задовільно (непогане, але зі значною кількістю недоліків)
111-124		E	Достатньо (виконання задовольняє мінімальним критеріям)
60-110	Незадовільно	Fx	Незадовільно (з можливістю повторного складання)
1-59		F	Незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)

Під час оцінювання засвоєння кожної теми модуля студенту виставляються оцінки за 4-бальною (традиційною) шкалою та за 200-бальною шкалою з використанням прийнятих та затверджених критеріїв оцінювання для відповідної дисципліни.

При цьому враховуються усі види робіт, передбачені методичною розробкою програми для вивчення теми. Студент повинен отримати **оцінку з кожної теми**. Виставлені за традиційною шкалою оцінки конвертуються у бали залежно від кількості тем у модулі.

Номер модуля кількіст	Кількість	Кількість оцін	Конвертація у бали традиційних оцінок	Виконання
			Традиційні оцінки	

ь навчальних годин/кількість кредитів в ECTS	змістових модулів, їх номери	юван их практичних занять	"5"	"4"	"3"	"2"	індивідуального завдання
Модуль 1 90/3,0	1	10	19	15	11	0	10

Вага кожної теми у межах одного модуля в балах має бути однаковою, і визначатися кількістю тем у модулі. Форми оцінювання поточної навчальної діяльності мають бути стандартизованими і включати контроль теоретичної та практичної підготовки.

Самостійну роботу студентів оцінюють під час поточного контролю на практичному занятті.

#### Загальне оцінювання модуля дисципліни

<b>Поточна успішність максимальна – 200 б.</b> <b>Тем практичних занять – 10</b>	<b>Підсумковий контроль (ПК)</b>
Змістовий модуль 1 – 10 тем 1 тема – 19 балів Разом –190 балів Індивідуальна робота 10 балів	Диф.залік
<b>РАЗОМ сума балів</b>	<b>200</b>

### 13. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Навчально-методичний комплекс вивчення дисципліни, робоча програма навчальної дисципліни, програма навчальної дисципліни, ілюстративні матеріали. Рекомендована література, Мультимедійний лекційний матеріал, опорні конспекти практичних занять, документальні фільми, рекомендована література.

#### ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ТА ЗАВДАНЬ ДЛЯ ПОТОЧНОГО І ПРОМІЖНОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ З ДИСЦИПЛІНИ

1. Предмет і об'єкт екстремальної психології
2. Предмет і завдання кризової психології.
3. Екстренна психологічна допомога в кризовій ситуації.
4. Концепція стресу, основні стадії розвитку стресу.
5. Тривога і страхи – психологічні маркери їх появи.
6. Стратегії подолання негативних наслідків переживання стресу. Інтегративна модель гнучкості до стресу.
7. Екстремальна ситуація
8. Специфічні види екстремальних станів.
9. Наслідки впливу екстремальних ситуацій.
10. Фізіологічна адаптація діяльності Кризова психологія, предмет і завдання.
11. Складові та рівні особистісної дезадаптації особистості.

12. Система корекції станів психологічної дезадаптації, що виникають у лікаря в умовах екстремальних умов професійної діяльності.
13. Особливості дослідження мотиваційних чинників професійної адаптації.
14. Характеристика індивідуальних адаптаційно значущих факторів особистості.
15. Образ «Я» та особливості професійної самоідентифікації.
16. Акцентуації характеру як значущий фактор у процесі адаптації.
17. Загальна характеристика функціональних психічних станів людини у професійній діяльності.
18. Стан стресу, умови виникнення і розвитку стресу.
19. Різновиди дестабілізуючих факторів
20. Психологічна готовність лікаря до діяльності в екстремальних умовах.
21. Психологічний аналіз діяльності лікаря
22. Динаміка екстремальних станів
23. Толерантність і емоційна стійкість лікаря
24. Реакція тривоги, її види
25. Адекватна форма реакції
26. Захисна адаптація зовнішніх умов діяльності
27. Переносимість екстремальних умов
28. Фізіологічний еквівалент діяльності
29. Психопрофілактичні заходи індивідуального характеру
30. Нервово-психічна нестійкість (охарактеризувати)
31. Стадії розвитку стресового стану
32. Психопрофілактичні заходи колективного характеру
33. Охарактеризуйте життєві кризи особистості
34. Кризи професійного розвитку
35. Кризи невротичного характеру
36. Тривога та страх.Складові тривоги.
37. Реакція на важкий стрес і порушення адаптації
38. Екстрена психологічна допомога та кризова інтервенція.
39. Стан психічної напруженості. Стан тривожності. Працездатність, втома і відновлення.
40. Механізми та методи регуляції психологічних станів.
41. Методи оптимізації адаптаційних можливостей лікаря.
42. Методи самостійної психокорекції.
43. Способи регуляції психофізіологічних станів.
44. Можливості самоопанування складної життєвої ситуації та ресурси індивідуального контролю.
45. Засоби швидкої психологічної допомоги.
46. Техніки життя у складних умовах.
47. Прийоми опанування стресових станів.
48. Методи відновлення працездатності.
49. Методи самомотивування.
50. Методи розвитку адаптаційних ресурсів лікаря.

#### 14. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

##### Основна література:

1. Державний стандарт соціальної послуги кризового та екстреного втручання від 01.07.2016 р. № 716 [Електронний ресурс] / Міністерство соціальної політики України. – Режим доступу: [http:// zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0990-16#n13](http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0990-16#n13). – Назва з екрана.

2. Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації : [пер. з англ.] / Міжвідомчий постійний комітет. – Київ : Унів. вид-во Пульсари, 2017. – 216 с.
3. Горностаї, Павло (2023). Психологія колективних травм: монографія / Павло Горностаї ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2023. – 336 с. ISBN 978-966-189-703-7 [https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2023/12/Gornostai\\_Collective\\_traumas.pdf](https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2023/12/Gornostai_Collective_traumas.pdf)
4. Методичні рекомендації щодо надання першої психологічної допомоги переміщеним особам / [за заг. ред. О. Л. Іванової ; упо ряд.: І. Я. Пінчук, О. О. Хаустова, Н. М. Степанова, А. В. Чайка, А. О. Пінчук]. – Київ : [б. в.], 2014. – 44 с.
5. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2017. 502 с.
6. Варбан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви / Є. О. Варбан // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. –Вип. 10. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2020. С. 120–133.
7. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с.
8. Логвіновська Л.М. Втрати та стійкість українських студентів під час війни. Proceedings of the XXVI International Scientific and Practical Conference. La Rochelle, France. 2023. Pp. 208-214.  
URL: <https://isg-konf.com/scientific-trends-and-ways-of-solving-modern-problems/>
9. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
10. Матяш М. М. Український синдром: особливості посттравматичного стресового розладу в учасників антитерористичної операції / М. М. Матяш, Л. І. Худенко // Український медичний часопис. - 2014. - № 6. - С. 124-127.  
Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/UMCh\\_2014\\_6\\_31](http://nbuv.gov.ua/UJRN/UMCh_2014_6_31)
11. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги : методичні рекомендації / Р. А. Мороз. Миколаїв : Іліон, 2016. 224 с.
12. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. / Загальна ред.: Н. Пророк. Київ, 2018. 208с.
13. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. / Загальна ред.: Л. Царенко. Київ, 2018. 240с.
14. Перша психологічна допомога : посібник для працівників на місцях. Київ: Унів. Вид-во Пульсари, 2017. 64 с.
15. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко... Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: ТОВ “Видавництво “Логос”. 207 с.
16. Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс : навч.-метод. посіб. / [Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Максименко, С. Богданов, О. Бойко ; за заг. ред. Н. Гусак] ; Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія». – Київ : НаУКМА, 2017. – 92 с.
17. Чабан О.С. , Хаустова О.О. (2023) Наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги?
18. Чабан О.С. , Хаустова О.О. А.Е. Асанова, Л.Є. Трачук, Д.О. Асонов Практична психосоматика: діагностичні шкали. Навчальний посібник ([researchgate.net](https://www.researchgate.net))

19. Чабан О.С. Психотравма та посттравматичний стресовий розлад. [https://www.youtube.com/watch?v=mmPjHShMzUA&ab\\_channel=%D0%9E%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%A7%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D0%BD](https://www.youtube.com/watch?v=mmPjHShMzUA&ab_channel=%D0%9E%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%A7%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D0%BD)
20. Чабан О. Стійкість: як навчитися долати випробування, зберігати цінності у надскладні часи [https://www.youtube.com/watch?v=OtVIk3hODfU&ab\\_channel=%D0%93%D0%9E%C2%AB%D0%91%D0%B5%D0%B7%D0%B1%D0%B0%D1%80%E2%80%99%D1%94%D1%80%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C%C2%BB](https://www.youtube.com/watch?v=OtVIk3hODfU&ab_channel=%D0%93%D0%9E%C2%AB%D0%91%D0%B5%D0%B7%D0%B1%D0%B0%D1%80%E2%80%99%D1%94%D1%80%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C%C2%BB)
21. Шклярська О. Психологічна пружність – запорука виживання під час війни [Електронний ресурс] / Оксана Шклярська. – Режим доступу: [http://www.aratta-ukraine.com/text\\_ua.php?id=3373](http://www.aratta-ukraine.com/text_ua.php?id=3373).
22. Mental health screening in refugees communities: Ukrainian refugees and their post-traumatic stress disorder specificities. Author links open overlay panel Sandra Figueiredo <sup>a</sup>, Allison Dierks <sup>b</sup>, Rui Ferreira <sup>c</sup> <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2468749924000061>
23. M.J. Drell *et al.* Post traumatic stress disorder. There are more references available in the full text version of this article.
24. Dalila Rezzoug, Thierry Baubet (2023) The child's psychological trauma: Clinical aspects and modalities of immediate intervention <https://www.sciencedirect.com/journal/medecine-de-catastrophe-urgences-collectives>
25. Claudio Vieira, Daria J. Kuss, Mark D. Griffiths (2023) Early maladaptive schemas and behavioural addictions: A systematic literature review. <https://www.sciencedirect.com/journal/clinical-psychology-review/vol/105/suppl/C>

**Медичні протоколи:**

- <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00918&format=pdf>
- <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00715&format=pdf>
- <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00734&format=pdf>
- <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00733&format=pdf>
- <https://www.dec.gov.ua/mtd/posttravmatychnyj-stresovyj-rozlad/>

**Допоміжна література:**

1. Canadian Alliance on Mental Illness and Mental Health. (2021, June). From out of the shadows and into the light: Achieving parity in access to care among mental health, substance use and physical health. [https://4fd10ef8-cd4e-4952-9d3e5f87fdb378b7.filesusr.com/ugd/b625ef\\_56eae3dfa1144ab4a985744248f673e3.pdf](https://4fd10ef8-cd4e-4952-9d3e5f87fdb378b7.filesusr.com/ugd/b625ef_56eae3dfa1144ab4a985744248f673e3.pdf)
2. Canadian Institute for Health Information. (2019, July). Chartbook: Health system resources for mental health and addictions care in Canada. <https://www.cihi.ca/sites/default/files/document/mental-health-chartbook-report-2019-en-web.pdf>
3. Eshel Y. Community Resilience of Civilians at War: A New Perspective [Electronic resource] / Yohanan Eshel, Shaul Kimhi // Community Mental Health Journal. – 2016. – Vol. 52, Issue 1. – Mode of access: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26482587>.