



**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ ІМЕНІ П. Л. ШУПИКА
СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ПРИ ТРИВОЗІ, ФОБІЯХ
ТА ДЕПРЕСІЇ»**

Галузь знань	05 «Соціальні та поведінкові науки»
Шифр та назва спеціальності	053 «Психологія»
Назва освітньо-професійної програми	Клінічна психологія та психологічна допомога
Рівень вищої освіти	другий (магістерський) рівень
Кафедра	Педагогіки, психології, медичного та фармацевтичного права
Статус навчальної дисципліни (обов'язкова, вибіркова)	обов'язкова
Форма навчання	очна, заочна

Викладачі

Прізвище, ім'я, по батькові	Казміренко Вячеслав Петрович
Посада	професор кафедри
Науковий ступінь, вчене звання	Доктор психологічних наук професор
Електронна адреса	vpkazm@gmail.com
Телефон	044-205-49-86
Посилання на профіль викладача	https://www.nuozu.edu.ua/s/np/k/pedahohiky-psykholohii-medychnoho-ta-farmatsevychnoho-prava/naukovo-pedahohichni-pratsivnyky/482-kazmirenko-viacheslav-petrovych#gsc.tab=0
Консультації	Вт. 13:00-14:00
Прізвище, ім'я, по батькові	Костюк Олена Іванівна
Посада	старший викладач кафедри
Науковий ступінь, вчене звання	Кандидат психологічних наук
Електронна адреса	elena.kostyuk3@gmail.com

Телефон	044-205-49-86
Посилання на профіль викладача	https://www.nuozu.edu.ua/s/np/k/pedahohiky-psykholohii-medychnoho-ta-farmatsevychnoho-prava/naukovo-pedahohichni-pratsivnyky/483-kostyuk-olena-ivanivna#gsc.tab=0
Консультації	Вт. 13:00-14:00

Загальна інформація про дисципліну

Анотація до дисципліни	Навчальна дисципліна «Психологічна допомога при тривозі, фобіях та депресії» має теоретичну і практичну спрямованість, формулюються компетенції, що забезпечують засвоєння теоретичних основ формування теоретичних уявлень щодо особливостей психології тривожно-депресивних розладів.
Мета дисципліни	Отримання здобувачами вищої освіти системних знань з фундаментальних уявлень та базових навичок з роботи з депресивно-тривожними розладами; ознайомлення студентів з основними психологічними проблемами розладів цього спектру; ознайомлення з сучасними концепціями етиології тривожно-депресивних розладів; навчити здійснювати діагностику та ставити диференційований діагноз, розуміти стратегії, методи та інструменти роботи з депресивно-тривожними розладами.
Завдання дисципліни	<ol style="list-style-type: none"> 1. ознайомити здобувачів вищої освіти із базовими поняттями що відносяться до депресивно-тривожних розладів; 2. опанувати знання про природу, ознаки депресивно-тривожних розладів та факторів, що впливають на їх перебіг; 3. ознайомити здобувачів вищої освіти з методами психологічної діагностики депресивно-тривожних розладів; 4. ознайомити здобувачів з циклами, які підтримують депресивно-тривожні розлади; 5. напрацювати навички роботи по «розірванню замкнених циклів», які підтримують депресивно-тривожні розлади; 6. напрацювати навички розробки стратегії подолання розладів депресивно-тривожного спектру; 7. навчити здобувачів вищої освіти самостійно вивчати літературу щодо депресивно-тривожних розладів та прикладних питань.
Пререквізити	Дана дисципліна базується на знаннях таких дисциплін, як: «Загальна психологія», «Технології когнітивно-поведінкової терапії» та інші дисципліни гуманітарного профілю, які здобувачі вищої освіти опанували на етапах здобуття бакалаврату та магістратури.
Постреквізити	Дана дисципліна може базою для вивчення подальших дисциплін, а саме: «Технології психологічного тренінгу», «Практикум з психологічної допомоги», «Технології когнітивно-поведінкової терапії».
Компетентності, формуванню яких сприяє дисципліна	Загальні компетентності: ЗК1 «Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях». ЗК4 «Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій». ЗК6 «Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми».

	<p>ЗК7 «Здатність генерувати нові ідеї (креативність)».</p> <p>ЗК9 «Здатність приймати обґрунтовані рішення».</p> <p>ЗК10 «Здатність до системного, абстрактного і креативного мислення у процесі аналізу та синтезу інформації».</p> <p>Спеціальні (фахові) компетентності:</p> <p>СК2 «Здатність до узагальнення інформації щодо суб'єктивних і об'єктивних проявів психологічних проблем, субклінічних хворобливих станів та захворювань, а також до професійного мислення на підставі аналізу та синтезу феноменів, симптомів та синдромів різних видів патології та вад розвитку».</p> <p>СК3 «Здатність обирати й застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики й техніки практичної діяльності».</p> <p>СК5 «Здатність відповідально та свідомо застосовувати фахові знання та навички в практичних ситуаціях, а саме: здійснювати практичну діяльність (психодіагностичну, психоед'юкаційну, психогігієнічну, психопрофілактичну, консультаційну, тренінгову, психокорекційну, психологічний супровід) з використанням науково верифікованих методів та технік».</p> <p>СК7 «Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах. Здатність ефективно спілкуватися із спеціальною та загальною аудиторіями державною та іноземною мовами. Здатність представляти складну інформацію в зручний та зрозумілий спосіб усно і письмово, використовуючи відповідну технічну лексику та методи, ефективно використовувати навички риторики. Готовність до консультацій з фахівцями та емпіричної перевірки даних в ході прийняття рішень».</p> <p>СК8 «Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову), опановувати і практично використовувати методи психологічного та психотерапевтичного впливу, психологічних інтервенцій, а також проводити психологічну реабілітацію із застосуванням спеціальних методик з метою відновлення стану здоров'я пацієнта при соматичних, психічних, поведінкових та психосоматичних розладах, профілактики їх рецидивування (декомпенсації)».</p>
--	---

Обсяг дисципліни	<p>Загальний обсяг дисципліни: 3 кредити ЄКТС, 90 годин.</p> <p>Для очної (денної) форми навчання: аудиторних 44 години, самостійна робота 46 годин.</p> <p>Для заочної форми навчання: аудиторних 14 годин, самостійна робота 76 годин.</p>
-------------------------	--

Форма підсумкового контролю	Залік
------------------------------------	-------

Строки викладання дисципліни	Дисципліна викладається у 2 семестрі
-------------------------------------	--------------------------------------

Програма дисципліни

Назви тем

Змістовий блок 1. Теоретичні засади та загальні поняття психології депресивно-тривожних розладів. Диференційна діагностика

1.1. Основні поняття та проблеми при депресії, тривогах та фобіях.

1.2.	Діагностичні критерії депресії, тривоги та фобій.
Змістовий блок 2. Особливості психологічної допомоги при депресії, тривогах та фобіях	
2.1.	Особливості перебігу та підтримуючих циклів депресії.
2.2.	Особливості перебігу та підтримуючих циклів тривожних розладів.
2.3.	Особливості перебігу та підтримуючих циклів фобій.
2.4.	Особливості перебігу та підтримуючі цикли соціальної фобії.

Самостійна робота здобувача освіти

№ з/п	Зміст самостійної роботи
1.	Проаналізувати нейрофізіологічні механізми депресивних та тривожних розладів.
2.	Визначити поняття «психологічна допомога»
3.	Проаналізувати сучасні підходи до діагностики тривожно-депресивних розладів.
4.	Провести порівняльну характеристику діагностичних критеріїв при депресіях, тривогах та фобіях.
5.	Перерахувати основні цикли, що підтримують депресію
6.	Охарактеризувати види ефективного впливу на ці цикли.
7.	Охарактеризувати тривожні розлади та їх види.
8.	Проаналізувати когнітивні та поведінкові методи допомоги при тривожних розладах.
9.	Перерахувати основні цикли, що підтримують фобії.
10.	Описати особливості психологічної допомоги при простих та комплексних фобіях.
11.	Охарактеризувати соціальну фобію та селективні соціальні фобії
12.	Описати особливості психологічної допомоги при соціальних фобіях

Самостійна робота являється елементом Навчально-методичного комплексу дисципліни, затверджується кафедрою, підлягає щорічному перегляду з метою дотримання принципів академічної доброчесності здобувачами вищої освіти. Список завдань надається здобувачам на першому занятті з певної теми. Самостійна робота з дисципліни виконується у формі вирішення задач. Для здобувачів заочної форми навчання перевіркою підготовки в міжсесійний період являється контрольна робота (індивідуальна залікова робота). Усі завдання самостійної роботи мають бути виконані та здані (надіслані) викладачеві за день до проведення залікового заняття. Розмір шкали ЄКТС за навчальною дисципліною дорівнює 100 балам, а мінімальна позитивна оцінка починається з 61 балу.

Організація навчання

Навчальні технології та форми і засоби навчання	На лекціях чітко та зрозуміло структурується матеріал; зосереджується увага здобувачів на проблемних питаннях; наводяться конкретні приклади практичного застосування отриманих знань; звертаються до зарубіжного досвіду вирішення окремих проблем; заохочуються здобувачі до критичного сприймання нового матеріалу замість пасивного конспектування; використовуються наочні матеріали, схеми, таблиці, моделі, графіки; використовуються технічні засоби навчання: мультимедійний проектор, слайди тощо.
--	---

На практичних заняттях запроваджуються різні навчальні технології: розгорнута бесіда, обговорення проблем, дискусії; вирішення ситуаційних вправ; розв'язання проблемних питань; мозковий штурм; кейс-методи; презентації; аналіз конкретної ситуації; робота в малих групах; рольові та ділові ігри; банки візуального супроводження; письмовий контроль знань; індивідуальне та групове опитування; перехресна перевірка завдань з наступною аргументацією виставленої оцінки тощо.

Самостійну роботу здобувача викладач планує разом зі здобувачем, але виконує її здобувачем за завданнями та під методичним керівництвом і контролем викладача; зміст самостійної роботи за темами визначається робочою програмою навчальної дисципліни.

Методи навчання

Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна-лекція);
- наочні (презентація, демонстрування; опорних сигналів; опорних конспектів);
- практичні методи (вправи; практичні завдання; спостереження).

Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- метод проблемного викладу матеріалу;
- моделювання життєвих ситуацій;
- мозковий штурм;
- метод опори на життєвий досвід;
- навчальної дискусії;
- навчально-наукова проектна робота у форматі індивідуальної та командної роботи.

Методи контролю й самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності:

- усного контролю;
- письмового контролю;
- самоконтролю та взаємоконтролю;
- рецензування відповідей.

Список рекомендованих джерел

Основна література

1. Казміренко В.П. Соціальна психологія Організації; монографія/ Казміренко В.П вид. Гельветіка,Одеса, 2021р, 450с.
2. Казміренко В.П. Формування діалогу як соціально-психологічна основа розвитку інтеграційних процесів у суспільстві: подолання кризи конфронтації // Наук. студії із соц. та політ. психології: Зб. ст. К., 2008.
3. Краснов В.В. Костюк О.І. Ризики погіршення здоров'я нації під впливом стресів воєнного часу в Україні. Матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю. 21 жовтня 2022 р. МОЗ України Київ, НУОЗ України імені П. Л. Шупика, 2022.
4. Ліхи. Р. Л. Техніки когнітивної терапії. Посібник психотерапевта. Х., 2022.

5. Паробій В. Когнітивно-поведінкова терапія соціальної фобії// Нейроньюз №5, 2016.
6. Сандерс Д. Подолати фобію. Л., Свічадо, 2015
7. Сергієнко О. Якщо ви надмірно переживаєте за все. Львів, Свічадо, 2018.
8. Янг Джеффри Джанет Клоско, Марджорі Вайсхаар . Схема-терапія, Л, 2015.

Допоміжна література

1. Бекман Ф. Тривожні люди, К., 2021.
2. Пітерсон Т. 101 спосіб впоратися з тривогою, страхом і панічними атаками. Київ, 2021.
3. Корб А. У пастці депресії, Київ, 2019
4. Ялом І. Вдивляючись в сонце або життя без страху смерті, Київ, 2014.

Інформаційні ресурси

- <http://inmeds.com.ua/> – веб-ресурс «Єдиний медичний простір»;
- <http://library.law.yale.edu/> – Юридична бібліотека Школи права Йелльського університету;
- <http://mon.gov.ua/> – офіційний веб-сайт Міністерства освіти і науки України;
- <https://www.nuozu.edu.ua/#gsc.tab=0> – офіційний сайт Національного університету охорони здоров`я України імені П.Л. Шупика;
- <http://www.library.univ.kiev.ua> – Наукова бібліотека ім. М. Максимовича Київського національного університету імені Тараса Шевченка;
- <https://moz.gov.ua/> – офіційний веб-сайт Міністерства охорони здоров`я України;
- <http://www.nbu.gov.ua/> – Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського;
- <http://www.who.int/> – офіційний веб-сайт Всесвітньої організації охорони здоров`я.

Загальна схема оцінювання

Сума балів		Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	Пояснення
100 балів	200 балів		залік/іспит	
90 - 100	170 – 200	A		відмінне виконання
82 - 89	155 – 169	B		вище середнього рівня
75 - 81	140 – 154	C		загалом хороша робота

68 - 74	125 – 139	D	зараховано/оцінка	непогано
61 - 67	111 – 124	E		виконання відповідає мінімальним критеріям
35 - 60	60 – 110	FX	не зараховано	необхідне перескладання
1 - 34	1 – 59	F		необхідне повторне вивчення дисципліни

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Шкала ЄКТС	Оцінка за національною шкалою		Нарахування балів	Бали нараховуються наступним чином: <i>Оцінювання знань здобувачів вищої освіти здійснюється за 100-бальною шкалою (для галузі знань 22 Охорона здоров'я 200-бальною шкалою). Підсумкова оцінка курсу навчальної дисципліни є сумою рейтингових оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювані форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове тестування рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи; оцінка (бали) за виконання практичних індивідуальних завдань. Підсумкова оцінка виставляється після повного вивчення навчальної дисципліни, що виводиться як сума проміжних оцінок за змістові модулі. Остаточна оцінка рівня знань здобувачів очної (денної) форми навчання складається з рейтингу навчальної роботи, для оцінювання якої призначається 75 балів, і рейтингу з атестації – 25 балів. Для здобувачів заочної форми навчання відповідно – з рейтингу навчальної роботи – 50 балів, і рейтингу з атестації – 50 балів.</i>
		для іспиту	для заліку		
90-100	A	Відмінно	зараховано		
82-89	B	Добре			
75-81	C				
68-74	D	Задовільно	не зараховано		
61-67	E	Незадовільно з можливістю повторного складання			
35-60	FX				
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни			

Політика опанування дисципліни

Здобувач вищої освіти зобов'язаний:

- 1) виконувати вимоги освітньої програми та досягати визначених для відповідного рівня вищої освіти результатів навчання:
 - не пропускати заняття без поважної причини та не запізнюватися;
 - брати активну участь в освітньому процесі, вести конспекти лекцій, практичних занять, готувати теоретичний та практичний матеріал, виконувати передбачені курсом вправи та тестові завдання;
 - здійснювати самостійну підготовку до занять згідно до затвердженого плану;
 - відпрацьовувати пропущені заняття (лекції, практичні, семінарські) у вигляді рефератів, презентацій інших видів робіт згідно з темою заняття під час консультацій викладача за розкладом кафедри не пізніше завершення семестру;
 - складати згідно з графіком поточний модульний контроль (ІНДЗ, контрольна робота) з дисципліни;
- 2) дотримуватись академічної доброчесності:
 - самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей);
 - посилатись на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
 - дотримуватись норм законодавства про авторське право і суміжні права;
 - надавати достовірну інформацію про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.

За порушення академічної доброчесності (плагіат, фальсифікація, списування, обман тощо) здобувачі освіти можуть бути притягнені до академічної відповідальності:

- повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо);
- повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми;
- відрахування із Університету.