

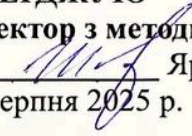
“УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА”

Факультет суспільних і прикладних наук

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з методичної роботи

 **Ярослав ШТАНЬКО**
«29» серпня 2025 р.

ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ТА КРИЗОВІ ІНТЕРВЕНЦІЇ
СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Галузь знань:	С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
Спеціальність:	С4 Психологія
Освітньо-професійна	«Практична психологія»
Освітній рівень:	Другий (магістерський)
Статус дисципліни:	Обов'язкова
Мова викладання, навчання та оцінювання:	українська

м. Івано-Франківськ
2025

РОЗРОБНИК:

к. психол. наук, доцент,
в. о. завідувача кафедри психології

Олена ХАЛІК

ЗАТВЕРДЖЕНО:

на засіданні кафедри психології

протокол № 1 від 27.08.2025

в. о. завідувача кафедри психології

Олена ХАЛІК

УЗГОДЖЕНО:

Гарант ОПП

Олександра ПИТЛЮК-СМЕРЕЧИНСЬКА

СХВАЛЕНО:

на засіданні Науково-методичної ради, протокол №1 від 29.08.2025 р.

e-mail	olena.khalik@ukd.edu.ua
Номер аудиторії чи кафедри	Кафедра психології, ауд.316
Посилання на сайт	https://ukd.edu.ua
Сторінка курсу в СДО	https://online.ukd.edu.ua/

ВСТУП

Анотація навчальної дисципліни. Курс «Перша психологічна допомога та кризові інтервенції»

Курс формує у здобувачів системні знання та навички з першої психологічної допомоги і кризових інтервенцій у стресових та надзвичайних ситуаціях: від базових принципів безпеки, етичних норм і комунікації до скринінгу ризиків (суїцид, самопошкодження, насильство), стабілізації стану, планування безпеки, маршрутизації та міжсекторальної взаємодії. Програма спирається на міжнародні стандарти надання першої психологічної допомоги.

Особливий акцент робиться на розвитку навичок ефективної комунікації, психологічної підтримки, виявлення потреб і ресурсів клієнта, збереження професійних меж, саморегуляції спеціаліста у кризовій роботі. Розглядаються питання етики, безпеки і взаємодії з міждисциплінарними командами (медичними, соціальними, волонтерськими структурами).

Опанування курсу сприяє розвитку професійної готовності психолога до дій у кризових обставинах, підвищенню його стресостійкості та здатності надавати якісну допомогу особам і групам, що переживають кризові події, травму або втрату.

Метою навчальної дисципліни «Перша психологічна допомога та кризові інтервенції» - сформувати в магістрантів цілісні компетентності надання першої психологічної допомоги та проведення коротких кризових інтервенцій на засадах доказових підходів, етики, безпечності та міжвідомчої координації.

Завдання курсу:

- сформувати у здобувачів системні знання про сутність, принципи, моделі та етапи надання першої психологічної допомоги (ППД) і проведення кризових інтервенцій у різних контекстах;
- ознайомити з міжнародними стандартами і протоколами надання ППД (BOO3, IASC, IFRC) та особливостями їх адаптації до українських реалій — умов війни, вимушеного переселення, втрат тощо;
- розвинути вміння проводити первинний скринінг ризиків (суїцидальна поведінка, самопошкодження, насильство, втрата контролю), оцінювати рівень дистресу, визначати потреби і ресурси клієнта;

- формувати навички стабілізації психоемоційного стану клієнта за допомогою короткострокових, ресурсно орієнтованих технік (заземлення, дихальні вправи, тілесна стабілізація, відновлення почуття безпеки);
- опанувати протоколи коротких інтервенцій у типових кризах (панічна атака, гостра реакція на стрес, гостра втрата/горе, масові події/евакуація);
- розвинути вміння ефективної комунікації у кризових ситуаціях: активне слухання, емпатійна присутність, підтримувальні висловлювання, мінімізація ризику ретравматизації;
- навчити алгоритмам планування безпеки та маршрутизації допомоги, включаючи вміння направлення клієнта до відповідних фахівців або служб підтримки;
- формувати готовність до міжсекторальної співпраці (психологи, медики, соціальні працівники, волонтери, капелани, освітяни) у процесі надання кризової допомоги;
- забезпечити засвоєння етичних принципів і стандартів поведінки під час роботи у кризових умовах, включно з конфіденційністю, повагою до гідності клієнта, уникненням шкідливих дій;
- розвинути навички саморегуляції та профілактики професійного вигорання, усвідомлення власних меж і ресурсів фахівця, здатність до психологічного відновлення після кризових втручань.

відпрацювати мікронавички першої психологічної допомоги (контакт, активне слухання, заземлення, нормалізація, план безпеки, «тепла» передача/направлення);

- опанувати протоколи коротких інтервенцій у типових кризах (панічна атака, гостра реакція на стрес, гостра втрата/горе, масові події/евакуація);
- розвинути навички само- та взаємодопомоги фахівця (профілактика вигорання, командна робота, супервізія).

Здобувачі вищої освіти повинні знати:

- теоретичні засади, принципи та моделі надання першої психологічної допомоги і кризових інтервенцій;
- етапи надання першої психологічної допомоги: встановлення контакту, оцінка потреб і ризиків, стабілізація стану, планування безпеки, маршрутизація подальшої допомоги;
- базові поняття кризової психології (криза, травма, стрес, адаптація, копінг-стратегії, резилієнтність);

- основні міжнародні стандарти ППД (BOOЗ, IFRC, IASC) та їх адаптацію до українського контексту;
- психофізіологічні механізми стресових і кризових реакцій людини, особливості реагування у дітей, дорослих і представників різних професійних груп;
- методи первинного скринінгу ризиків (суїцид, насильство, самопошкодження, втрата контролю) та алгоритми реагування на них;
- основні техніки стабілізації, зниження дистресу, відновлення почуття безпеки та контролю;
- принципи міжсекторальної взаємодії при наданні психологічної допомоги у кризових ситуаціях;
- етичні та правові норми, що регламентують надання кризової допомоги, принципи конфіденційності, інформованої згоди та недопущення шкоди;
- засади саморегуляції, професійної гігієни та профілактики вторинної травматизації і професійного вигорання психолога.

Здобувачі вищої освіти повинні уміти:

- здійснювати первинне оцінювання стану людини у кризі, визначати рівень дистресу, потреби та ресурси клієнта;
- застосовувати базові техніки встановлення психологічного контакту, активного слухання, емпатійного реагування та підтримки;
- проводити первинний скринінг ризиків (суїцид, самопошкодження, насильство, дезорієнтація, психотична симптоматика) і приймати рішення щодо подальших дій;
- використовувати техніки стабілізації та заземлення, дихальні й тілесні вправи для зниження рівня напруження та паніки;
- надавати психоедукаційну підтримку, пояснювати нормальні реакції на стрес, сприяти усвідомленню внутрішніх ресурсів та відновленню відчуття контролю;
- складати план безпеки для клієнтів у кризовому стані та здійснювати маршрутизацію — направлення до відповідних фахівців або служб підтримки;
- діяти в межах етичних стандартів і правових норм професійної діяльності, забезпечуючи конфіденційність і добровільність участі клієнта;

- співпрацювати з фахівцями інших галузей (медичними, соціальними, правоохоронними, освітніми, волонтерськими структурами) у процесі кризової допомоги;
- документувати результати первинної психологічної оцінки та надання допомоги відповідно до професійних вимог;
- використовувати техніки саморегуляції, емоційної стабілізації та профілактики професійного вигорання, зберігати власну ефективність у стресових умовах.

Професійні компетентності та результати навчання, яких набувають здобувачі освіти внаслідок вивчення навчальної дисципліни «Перша психологічна допомога та кризові інтервенції» (шифри та зміст компетентностей та програмних результатів навчання вказано відповідно до ОПП «Практична психологія», введеної в дію ЗВО «Університет Короля Данила» «01» вересня 2025 року).

Шифр та назва компетентності	Шифр та назва програмних результатів навчання
ІК. Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.	Пр4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.	ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.
ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).	ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.
ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.	ПР13. Застосовувати методи та техніки кризових інтервенцій і першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях,

	забезпечуючи конфіденційність, спираючись на професійну етику.
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.	
СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.	
СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.	

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Курс	1		
Семестр	1		
Кількість кредитів ЄКТС	3		
Аудиторні навчальні заняття		денна форма	заочна форма
	лекції	14 (в годинах)	4 (в годинах)
	практичні	16 (в годинах)	2 (в годинах)
Самостійна робота	Самостійна робота	60 (в годинах)	84 (в годинах)
Форма підсумкового контролю	Екзамен		

Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни:

Пререквізити	Постреквізити
	Групові методи роботи в діяльності

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Перелік тем лекційного матеріалу

Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Тема 1. Психологічні реакції на стресові та травматичні події (2 год.).

Поняття стресової події, кризової, травматичної події. Кризова подія, її види та ознаки. Основні психотравмуючі події високого або надмірного стресового рівня. Нейропсихологічні механізми стресу. Відмінності гострої стресової реакції, ПТСР та травматичного горя.

Типи реакцій людини на стресові та травматичні події : фізіологічні, емоційні, когнітивні, поведінкові.

Питання для самостійного вивчення. Роль культуральних та індивідуальних відмінностей у прояві та подоланні травматичних реакцій.

Тема 2. Основи першої психологічної допомоги. Міжнародні моделі ППД (4 год.)

Сутність першої психологічної допомоги як форми кризової підтримки. Міжнародні моделі ППД: модель ВООЗ, RAPID-модель, модель екстреної психологічної допомоги М.Фархі, PFA (Дж. С. Еверлі та Дж. М. Летінг) тощо. Основні принципи ППД. Етапи надання ППД. Ролі, завдання та межі компетенції фахівця, який надає ППД.

Питання для самостійного вивчення. Відмінності між ППД, психотерапією, консультуванням і соціальною допомогою.

Тема 3. Етичні засади та правові основи роботи в кризових ситуаціях (2 год.)

Етичні засади роботи психолога в кризових ситуаціях: принцип не нашкодь, повага до гідності й автономії, справедливість, професійна відповідальність, конфіденційність. Компетентність і межі практики; конфлікт ролей і подвійні відносини; культурна чутливість. Інформована згода в умовах гострої кризи, межі конфіденційності. Правові аспекти надання допомоги: права клієнта на допомогу й інформацію; захист персональних даних; взаємодія з медичними/соціальними службами; маршрутизація при психіатричних показаннях; реагування на випадки домашнього насильства; особливості дистанційної допомоги.

Питання для самостійного вивчення. Процедура та форма інформованої згоди для осіб із зниженою здатністю до прийняття рішень (наприклад, у гострому стресі, діти).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В УМОВАХ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ

Тема 4. Місце кризових інтервенцій у структурі надання психологічної допомоги (2 год.)

Кризові інтервенції як елемент континууму допомоги (від ППД до довготривалої терапії). Відповідність інтенсивності втручання рівню потреб; принцип «мінімально достатнього» рівня допомоги. Доречність кризових інтервенцій в різних ситуаціях (гостра реакція, втрата, раптова зміна життя). Оцінка терміновості, інтенсивності, складності втручання. Особливості кризових інтервенцій для дорослих, дітей і підлітків.

Питання для самостійного вивчення. Критерії переходу (маршрутизації) клієнта від кризової інтервенції до довготривалої терапії чи спеціалізованої психіатричної допомоги.

Тема 5. Міжсекторальна взаємодія у кризовій роботі (2 год.)

Співпраця психологів з медичними, соціальними, освітніми та волонтерськими структурами. Принципи міжсекторальної взаємодії: узгодженість, конфіденційність, спільне розуміння ролей. Протоколи направлення (маршрутизація) та "тепла передача" (Warm Handoff). Управління кейсом у кризових ситуаціях. Роль психолога у

мультидисциплінарній команді.

Питання для самостійного вивчення. Юридичні та етичні аспекти обміну інформацією між секторами.

Тема 6. Супервізія, інтервізія та колегіальна підтримка у системі кризової допомоги (2 год.)

Роль супервізії в кризовій роботі: забезпечення якості й безпеки допомоги, підтримка професійної компетентності та профілактика вторинної травматизації/вигорання. Функції супервізії: навчальна, підтримувальна, адміністративна (оцінювальна). Інтервізія: структуроване рівневе обговорення кейсів без ієрархії. Колегіальна підтримка: короткі «деф'юзинги», бадді-системи, післяподієвий розбір тощо. Профілактика вторинної травматизації та вигорання.

Питання для самостійного вивчення. Критерії вибору між індивідуальною та груповою супервізією в контексті кризової роботи.

Зміст практичних занять

Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Тема 1. Психологічні реакції на стресові та травматичні події (2 год.)

Поняття стресової події, кризової, травматичної події. Кризова подія, її види та ознаки. Основні психотравмуючі події високого або надмірного стресового рівня. Нейропсихологічні механізми стресу. Відмінності гострої стресової реакції, ПТСР та травматичного горя.

Типи реакцій людини на стресові та травматичні події : фізіологічні, емоційні, когнітивні, поведінкові.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати опис-характеристику одного з чотирьох типів реакцій ("Бий", "Біжи", "Замри") у різних вікових групах (дитина, підліток, дорослий).

або

Скласти чек-лист для первинної диференціації гострої стресової реакції та дисоціативних станів.

Тема 2. Основи першої психологічної допомоги. Міжнародні моделі ППД (4 год.)

Сутність першої психологічної допомоги як форми кризової підтримки. Міжнародні моделі ППД: модель ВООЗ, RAPID-модель, модель екстреної психологічної допомоги М.Фархі, PFA (Дж. С. Еверлі та Дж. М. Летінг) тощо. Основні принципи ППД. Етапи надання ППД. Ролі, завдання та межі компетенції фахівця, який надає ППД. Відмінності між ППД, психотерапією, консультуванням і соціальною допомогою.

Завдання для самостійної роботи. Створіть порівняльну таблицю або ментальну карту, що включатиме щонайменше три міжнародні моделі ППД (наприклад, модель ВООЗ, RAPID-модель та PFA).

У таблиці обов'язково відобразіть: основні етапи/кроки кожної моделі, особливості застосування, сфери застосування, роль та межі компетенції фахівця в рамках цієї моделі. Зробіть короткий висновок про те, яка модель, на Вашу думку, є найбільш універсальною або найбільш адаптованою для сучасних кризових умов в Україні.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В УМОВАХ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ

Тема 3. Техніки та методи кризової інтервенції (2 год.)

Техніки стабілізації стану клієнта. Дихальні, тілесно-орієнтовані, когнітивні та сенсорні техніки заспокоєння. Когнітивно-поведінкові інструменти в кризових інтервенціях. Психоедукаційні інтервенції: інформування клієнтів, нормалізація реакцій, відновлення відчуття контролю.

Завдання для самостійної роботи. Опишіть, як можна використати тілесно-орієнтовані техніки для клієнта, який перебуває у стані «завмирання».

або

Розробіть міні-сценарій першої кризової зустрічі (20 хвилин) з клієнтом, який переживає сильне почуття безпорадності після втрати роботи/дому.

Сценарій має містити: одну ключову психоедукаційну фразу для нормалізації його реакції, одну когнітивну інтервенцію, один простий покроковий план для відновлення відчуття контролю.

Тема 4. Скринінг ризиків у кризовій роботі (2 год.)

Поняття скринінгу ризиків у кризовій роботі. Мета, принципи та етапи оцінки ризиків. Основні типи ризиків у кризових ситуаціях: суїцидальні наміри, самопошкодження, ризик насильства, занедбаність, небезпека для інших осіб. Критерії виявлення загроз життю та безпеці клієнта. Інструменти первинного скринінгу (усне опитування, короткі опитувальники, спостереження). Дії фахівця при виявленні високого рівня ризику: алгоритм реагування, маршрутизація, залучення мультидисциплінарної команди. Етичні та правові аспекти оцінки ризиків.

Завдання для самостійної роботи. Опрацювати покроковий алгоритм реагування психолога у випадку виявлення домашнього насильства (включаючи маршрутизацію до соціальних служб).

Тема 5. Практика надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих (2 год.)

Особливості надання першої психологічної допомоги та кризових інтервенцій різним категоріям постраждалих. Диференційований підхід у роботі з урахуванням віку, статі, культурного контексту, релігійних переконань та рівня уразливості клієнта. Специфіка допомоги особам із гострою стресовою реакцією, горем, тривогою, агресією, почуттям провини та сорому. Етичні аспекти роботи з уразливими групами. Взаємодія психолога з сім'єю постраждалого та іншими секторами підтримки.

Завдання для самостійної роботи. Розробити алгоритм деескалації агресії в умовах обмеженого простору.

або

Підготувати покроковий план дій психолога при роботі з клієнтом у стані гострого горя.

Тема 6. Професійна саморегуляція і профілактика вигорання фахівців, що працюють у кризових ситуаціях (2 год.)

Професійна саморегуляція як важливий елемент професійної компетентності. Вторинна травматизація та вторинний травматичний стрес. Втомиленість співчуттям. Методи відновлення та самопідтримки фахівця: фізичні, емоційні, когнітивні. Планування ресурсів та самодопомога. Екстрена самодопомога. Індивідуальна діагностика ризику

вигорання.

Завдання для самостійної роботи. 1. Здійснити самодіагностику Шкала оцінки якості життя (Чабан О.С.) і Опитувальник професійної життєстійкості (українська адаптація О.Кокун) і проаналізувати результати.

2. Розробити та попрактикувати 3-хвилинний протокол екстреної саморегуляції для використання безпосередньо після кризового втручання. Написати короткий звіт-саморефлексію.

Тема 7. Супервізія, інтервізія та колегіальна підтримка у системі кризової допомоги (2 год.)

Роль супервізії в кризовій роботі: забезпечення якості й безпеки допомоги, підтримка професійної компетентності та профілактика вигорання. Функції супервізії: навчальна, підтримувальна, адміністративна (оцінювальна). Інтервізія: структуроване рівневе обговорення кейсів без ієрархії. Колегіальна підтримка: короткі «деф'юзинги», бадді-системи, післяподієвий розбір тощо. Профілактика вторинної травматизації та вигорання.

Завдання для самостійної роботи. Проаналізувати відмінності між первинною та вторинною травматизацією та визначити роль супервізії в профілактиці кожної з них.
або

На основі концепції колегіальної підтримки створіть персональний «План самодопомоги та підтримки» для себе як кризового психолога, що включає три-п'ять конкретних кроків, які необхідно виконати протягом 24 годин після роботи з особливо складним та травматичним інцидентом.

Розподіл годин, виділених на вивчення дисципліни «Перша психологічна допомога та кризові інтервенції»

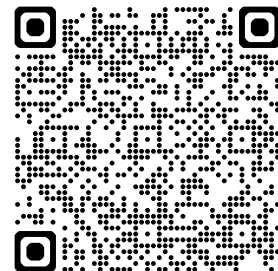
Найменування видів робіт	Розподіл годин	
	денна форма	заочна форма
Самостійна робота, год, у т.ч.:	60	84
Опрацювання матеріалу, викладеного на лекціях	16	8
Підготовка до практичних занять та контрольних заходів	21	4

Підготовка до поточного контролю	6	6
Опрацювання матеріалу, винесеного на самостійне вивчення	17	42

ПОЛІТИКА КУРСУ

1) щодо системи поточного і підсумкового контролю

Організація поточного та підсумкового семестрового контролю знань студентів, проведення практик та атестації, переведення показників академічної успішності за 100-бальною шкалою в систему оцінок за національною шкалою здійснюється згідно з “Положенням про систему поточного і підсумкового контролю, оцінювання знань та визначення рейтингу здобувачів освіти”. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



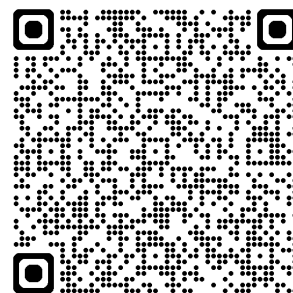
2) щодо оскарження результатів контрольних заходів

Здобувачі вищої освіти мають право на оскарження оцінки з дисципліни отриманої під час контрольних заходів. Апеляція здійснюється відповідно до «Положення про політику та врегулювання конфліктних ситуацій». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



3) щодо відпрацювання пропущених занять

Згідно “Положення про організацію освітнього процесу” здобувач допускається до семестрового контролю з конкретної навчальної дисципліни (семестрового екзамену, диференційованого заліку), якщо він виконав усі види робіт, передбачені на семестр навчальним планом та силабусом/робочою програмою навчальної дисципліни, підтвердив опанування на мінімальному рівні результатів навчання (отримав ≥ 35 бали), відпрацював визначені індивідуальним навчальним планом всі лекційні, практичні, семінарські та лабораторні заняття, на яких він був відсутній. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



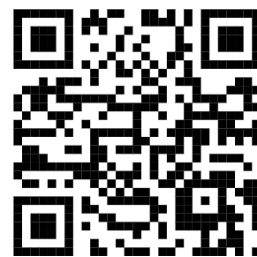
4) щодо дотримання академічної доброчесності

“Положення про академічну доброчесність” закріплює моральні принципи, норми та правила етичної поведінки, позитивного, сприятливого, доброчесного освітнього і наукового середовища, професійної діяльності та професійного спілкування спільноти Університету, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



5) щодо використання штучного інтелекту

“Положення про академічну доброчесність” визначає політику щодо використання технічних засобів на основі штучного інтелекту в освітньому процесі. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#). “Положення про систему запобігання та виявлення академічного плагіату, самоплагіату, фабрикації та фальсифікації академічних творів” містить рекомендації щодо використання в академічних текстах генераторів на основі штучного інтелекту. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



6) щодо використання технічних засобів в аудиторії та правила комунікації

Використання мобільних телефонів, планшетів та інших гаджетів під час лекційних та практичних занять дозволяється виключно у навчальних цілях (для уточнення певних даних, перевірки правопису, отримання довідкової інформації тощо). На гаджетах повинен бути активований режим «без звуку» до початку заняття. Під час занять заборонено надсилання текстових повідомлень, прослуховування музики, перевірка електронної пошти, соціальних мереж тощо. Під час виконання заходів контролю використання гаджетів заборонено (за винятком, коли це передбачено умовами його проведення). У разі порушення цієї заборони результат анулюється без права перескладання. Ознайомитись з відповідним документом можна за [посиланням](#).



Комунікація відбувається через електронну пошту і сторінку дисципліни в Moodle.

7) щодо зарахування результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти

Процедури визнання результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти визначаються «Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та / або інформальної освіти». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



№ п/п	Перелік онлайн-курсів	Перелік тем, які можуть бути перераховані (за умови наявності сертифіката на ім'я та прізвище студента/студентки)
1.	Платформа Coursera Psychological First Aid https://www.coursera.org/learn/psychological-first-aid	Тема 1. Психологічні реакції на стресові та травматичні події (2 год.). Тема 2. Основи першої психологічної допомоги. Міжнародні моделі ППД

	(сертифікат безкоштовно за умови написання мотиваційного листа)	
2.	Платформа Prometheus Перша психологічна допомога https://prometheus.org.ua/prometheus-free/first-psychological-aid/	Тема 1. Психологічні реакції на стресові та травматичні події (2 год.). Тема 2. Основи першої психологічної допомоги. Міжнародні моделі ППД
	Платформа Prometheus Базова психологічна допомога в умовах війни https://prometheus.org.ua/prometheus-free/basic-psychological-aid-during-war/	Тема 1. Психологічні реакції на стресові та травматичні події (2 год.). Тема 3. Техніки та методи кризової інтервенції (2 год.)

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При вивченні дисципліни застосовується комплекс методів для організації навчання студентів з метою розвитку їх логічного та абстрактного мислення, творчих здібностей, підвищення мотивації до навчання та формування особистості майбутнього фахівця в галузі психології.

Програмний результат навчання	Метод навчання	Метод оцінювання
ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість	дискусії, проблемно-пошуковий метод, кейс-метод	усний контроль, поточний контроль оцінювання в міні-групах

ПР7. Доступно і аргументовано представляти результати досліджень у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.	комп'ютерні і мультимедійні методи, бесіда, дискусії	поточний контроль, письмовий контроль
ПР13. Застосовувати методи та техніки кризових інтервенцій і першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях, забезпечуючи конфіденційність, спираючись на професійну етику.	проблемно-пошуковий метод, кейс-метод	усний контроль, самооцінювання, оцінювання в міні-групах

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Вид	Зміст	% від загальної оцінки	Бал	
			min	max
Поточні контрольні заходи	Аудиторна робота	60	35	60
Підсумкові контрольні заходи	Екзамен	40	25	40
Всього:	-	100	60	100

Процедура проведення контрольних заходів, а саме поточного контролю знань протягом семестру та підсумкового семестрового контролю, регулюється «Положенням про систему поточного та підсумкового контролю оцінювання знань та визначення рейтингу

студентів», яке розміщено на сайті університету в розділі «Публічна інформація»: <https://ukd.edu.ua/node/1149>

Фіксація **поточного** контролю здійснюється в “Електронному журналі обліку успішності академічної групи” на підставі чотирибальної шкали - “2”; “3”; “4”; “5”. У разі відсутності студента на занятті виставляється “н”. За результатами поточного контролю у Журналі, автоматично визначається підсумкова оцінка, здійснюється підрахунок пропущених занять.

Критерії оцінювання відповіді на практичному занятті:

Кількість балів	Характеристика
5 балів	Здобувач в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов’язкову та додаткову літературу. Ініціативне та творче ставлення до виконання різних типів завдань. Правильно виконує усі завдання. Здобувач освіти володіє всіма необхідними практичними навичками.
4 бали	В більшій мірі володіє навчальним матеріалом, але може допускати незначні помилки під час усних виступів та письмових відповідей, використовує лише обов’язкову літературу, недостатньо аргументує думку, розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань не повною мірою, допускаючи при цьому окремі неточності. Здобувач володіє більшістю необхідних практичних навичок.
3 бали	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, з помилками (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності. Здобувач володіє менш як половиною необхідних практичних навичок.
2 бали	Поверхнево володіє навчальним матеріалом та не в змозі його викласти, пояснити, не розуміє змісту значної частини теоретичних питань та практичних завдань, засвоєно лише деякі поняття з теми. Здобувач володіє лише деякими практичними навичками.

0 балів	Не володіє навчальним матеріалом, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.
----------------	---

Критерії оцінювання самостійної роботи:

<i>Кількість балів</i>	<i>Опис критерію</i>
<i>5 балів</i>	Завдання виконано повністю, з високим рівнем якості, демонструє глибоке розуміння матеріалу. Робота характеризується творчим підходом, глибоким аналізом і застосуванням теоретичних знань на практиці. Усі аспекти завдання розкрито, а результати роботи є обґрунтованими. У практичних завданнях використано правильні методи аналізу та прийнято оптимальні рішення. Структура й оформлення роботи відповідають усім вимогам, робота вирізняється чіткістю та логічністю.
<i>4 бали</i>	Завдання виконано якісно та з дотриманням основних вимог. Робота демонструє достатній рівень розуміння матеріалу, наявність високого рівня розвитку навичок аналізу, синтезу, узагальнення. Теоретичні знання застосовано правильно, залучено відповідний інструментарій для виконання завдань. У практичних завданнях результати здебільшого коректні, хоча можуть бути незначні недоліки в деталях, таких як неповний аналіз окремих аспектів. Робота структурована й логічно оформлена, а висновки відповідають поставленим цілям. Оформлення відповідає вимогам, незначні недоліки не впливають на якість. Результати роботи можуть бути використані на практиці, але окремі аспекти потребують доопрацювання.
<i>3 бали</i>	Завдання виконано з дотриманням основних вимог, однак воно демонструє середній рівень розуміння матеріалу студентом. У роботі використано обмежену кількість теоретичних джерел, або вони застосовані некоректно. Для практичних завдань результати мають загальну відповідність вимогам, проте присутні недоліки в деталях, таких як неповне розкриття задачі чи наявність окремих помилок. Студент демонструє здатність виконувати завдання, але без достатньої глибини та критичного осмислення. Наявні недоліки в структурі роботи або застосуванні методів. Частково

	дотримано вимоги до оформлення, але є логічні неточності. Результати роботи мають обмежене практичне значення, можливі помилки в їх застосуванні.
2 бали	Завдання виконано частково або невідповідно до поставлених вимог. Результати роботи демонструють низький рівень розуміння теми та відсутність самостійності у виконанні. При виконанні завдання спостерігається мінімальне залучення теоретичних знань, не використано за необхідності належний інструментарій. У практичних типах завдань допущено серйозні помилки, які призводять до викривлення суті роботи. Поручено вимоги до оформлення або структури, а також спостерігаються грубі помилки в обґрунтуванні рішень чи результатів. Робота хаотично структурована, не дотримано вимог до оформлення, а результати є некоректними або непридатними для практичного застосування.
0 балів	Завдання не виконано або виконано повністю неправильно

Усі пропущені заняття, а також негативні оцінки студенти зобов'язані відпрацювати впродовж трьох наступних тижнів. У випадку недотримання цієї норми, замість “н” в журналі буде виставлено “0” (нуль балів), без права перескладання. Відпрацьоване лекційне заняття в електронному журналі позначається літерою «в».

До підсумкового контролю допускаються студенти які за результатами поточного контролю отримали не менше 35 балів. Усі студенти, що отримали 34 бали і менше, не допускаються до складання підсумкового контролю і на підставі укладання додаткового договору, здійснюють повторне вивчення дисципліни впродовж наступного навчального семестру.

Підсумковий контроль знань у формі екзамен проводиться у вигляді комп'ютерного тестування. За результатами підсумкового контролю (екзамен) студент може отримати 40 балів.

Студенти, які під час підсумкового контролю отримали 24 бали і менше, вважаються такими, що не склали екзамен і повинні йти на перескладання.

Загальна семестрова оцінка з дисципліни, яка виставляється в екзаменаційних відомостях оцінюється в балах (згідно з **Шкалою оцінювання знань за ЄКТС**) і є сумою балів отриманих під час поточного та підсумкового контролю.

Шкала оцінювання знань за ЄКТС:

Оцінка за національною шкалою	Рівень досягнень, %	Шкала ECTS
Національна диференційована шкала		
Відмінно	90 – 100	A
Добре	83 – 89	B
	75 – 82	C
Задовільно	67 – 74	D
	60 – 66	E
Незадовільно	35 – 59	FX
	0 – 34	F

Студенти, які не з'явилися на екзамен без поважних причин, вважаються такими, що отримали незадовільну оцінку.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література:

1. Всесвітня організація охорони здоров'я. Самодопомога Плюс: Груповий курс управління стресом для дорослих. Узагальнена версія 1.0 для апробації в польових умовах, 2021 р. Серія психологічних втручань низької інтенсивності, № 5. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ; 2022. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
2. Каліщук С. М. Психотехніки кризового консультування: моделі, алгоритми, вправи, приклади: навчальний посібник. Київ: Майстеркниг, 2023. 368 с.
3. Коулман А. Стратегії кризових комунікацій. Київ: Фабула, 2023. 200 с.
4. Перша психологічна допомога : посібник для тренера / уклад. : Гірник А. М., Чернобровкіна В. А. ; Нац. ун-т "Києво-Могилянська академія", Мальтійська служба порятунку. Київ : Пульсари, 2017. 91 с.
5. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях: навч.-практ. посіб. / Моргунов О. А., Федоренко О. І., Мілорадова Н. Е. та ін., за заг. ред. О. А. Моргунова; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків: ХНУВС, 2022. 84 с.

6. Перша психологічна допомога військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах (методичні рекомендації) / Матяш М.М., Ільїн М.В., Сопов В.М., Становських З.Л. Київ : Вид-во Артєк, 2022. 64 с.
7. Перша психологічна допомога. Посібник для членів загону швидкого реагування Товариства Червоного Хреста України, Київ, 2017.
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник / за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ «Видавництво «Логос». 2015. 207 с.
9. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.

Додаткова література:

1. Дитина у кризовий період: психологічні особливості та діагностичний інструментарій, навч. посібник/ М.М. Матяш, І.І.А. Тертична, З.Л. Становських, Л.М. Прудка, В.Є. Луньов, Є.В. Зброжик, І.В. Рожкова. НМУ імені О.О. Богомольця. Київ, 2025. Київ, ТОВ Поліпрінт, 2025. 496 с.
2. Климчук, В. Психологія посттравматичного зростання : монографія. 2-е вид., переробл. і доп. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. 158 с.
3. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с.
4. Особистість у кризових умовах сучасності. Травматизація та реабілітація : колект. монограф.; за заг.ред. Л. М. Пріснякової. Дніпро : Дніпро : ЛІРА, 2024. 250 с.
5. Плетка О. Психосоціальна підтримка підлітків, що пережили страхіття війни. Методичний посібник. Київ : Центр реадaptaції та реабілітації «ЯРМІЗ», 2022. 54 с.
6. Протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України в бойових (екстремальних) умовах. Інструкція. Київ: «Центр учбової літератури», 2023. 44 с.
7. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій методичний посібник. / З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос, Л. Литвиненко... Л. Царенко; за ред. З. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос», 2019. 207 с.

8. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій. Практичний посібник. За наук. ред. Т. Титаренко. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с. url: <https://www.academia.edu/40028931/>

Електронні інформаційні ресурси

1. <https://scholar.google.com.ua/>
2. <https://www.coursera.org/>
3. <https://www.mentalhealth.org.uk/>
4. <https://www.mentalhealthfirstaid.org/>
5. <https://redcross.org.ua/mhpss/pfa/>