	Комунальний заклад **«КРИВОРІЗЬКИЙ ФАХОВИЙ МЕДИЧНИЙ КОЛЕДЖ»** **Дніпропетровської обласної ради** **СИЛАБУС**
Освітній компонент	**Психічне здоров'я**
Освітньо-професійна програма	Медико-профілактична справа
Освітньо-професійний ступінь	Фаховий молодший бакалавр
Спеціальність	223 Медсестринство
Галузь знань	22 Охорона здоров'я
Статус освітнього компонента	Вибіркова
Форма навчання	денна
Рік навчання / семестр	Другий рік / IV семестр
Кількість кредитів ECTS/обсяг	Кредитів – 3 Усього годин – 90 Лекції – 14 Практичні заняття – 26 Самостійна робота – 50
Викладач	Чабанюк Сергій Олександрович
E-mail	s.chabanuk@krmedkol.com
Консультації	За графіком упродовж року
Анотація до курсу	Навчальна дисципліна «Психічне здоров'я» - це вибіркова компонента освітньо-професійної програми «Медико-профілактична справа» за спеціальність «223 Медсестринство». Даний компонент забезпечує набуття загальних і спеціальних (фахових) компетентностей, що мають важливе значення, оскільки медсестри повинні вміти надавати психологічну допомогу, проводити профілактичні заходи. Тому при вивченні даної дисципліни значна роль відводиться вивченню основних симптомів, які виникають при змінах психічного здоров'я, найбільш поширених захворювань, вирішення ситуаційних задач, оволодінню діагностики розладів ментального здоров'я. Крім теоретичної і практичної професійної підготовки велика увага приділяється також формуванню особистості медичного працівника, де важливе значення має культура спілкування, етика поведінки, психологічна підготовленість до роботи з пацієнтами та їхніми родичами.
Мета та завдання курсу	**Метою** викладання навчальної дисципліни «Психічне здоров'я» є надання здобувачам освіти системи знань, щодо проблем психічного здоров'я, понять та фактів його поліпшення. Здійснення

	супроводу осіб із змінами психічного здоров‘я. **Основними завданнями** вивчення дисципліни є: формування у здобувачів освіти уявлення про психічне здоров‘я як компонент загального здоров‘я;ознайомити з основними психоемоційними станами людини, факторами ризику психічних розладів, а також базовими методами підтримки психічного добробуту як пацієнтів та медичних працівників. Згідно з вимогами освітньої програми здобувачі освіти повинні ***знати:*** •теоретичні основи визначення психічного здоров‘я (згідно ВООЗ); •компоненти психічного здоров‘я: когнітивне, емоційне, поведінкове; •фактори впливу: біологічні (соматичні захворювання), психологічні (травми, стрес), соціальні (стигматизація); •психічні розлади: депресія, тривожні розлади, суїцидальні стани; •основні стресові чинники, що впливають на ментальне здоров’я людини; •вплив екстремальних ситуацій на психічне здоров'я та особливості надання допомоги пацієнтам із наслідками психотравматичних подій; •роль і завдання медичної сестри в діагностичному процесі, профілактиці захворювань пов‘язаних із змінами психічного здоров‘я; •роль автономної нервової системи в регуляції ментального здоров‘я (оскільки контролює серцевий ритм, дихання, травлення та реакції на стрес); •формування навичок безконфліктного спілкування з пацієнтами та у медичному середовищі; •методи пропагування здорового способу життя; •застосовувати індивідуальний підхід до кожного пацієнта, враховуючи його потреби; •розпізнавати первинні ознаки психоемоційних порушень; •оцінювати рівень стресу та ризик емоційного вигорання; •надавати психологічну допомогу при невідкладних станах спричиненими стресовими чинниками; •застосовувати прості техніки саморегуляції (дихання, м‘язова релаксація); •донести важливість гігієни психічного здоров‘я; - скеровувати пацієнта до фахівців при потребі (психіатр, психотерапевт); •застосовувати принципи емпатії та активного слухання у спілкуванні з пацієнтами; •створювати безпечне психологічне середовище для пацієнтів і колег;

	•заповнювати медичну документацію; •дотримуватися правил етики та деонтології у спілкуванні з пацієнтами, колегами, лікарями; •дотримуватись правил техніки безпеки, охорони праці, протиепідемічного режиму професійної безпеки в практичній діяльності. Обов'язковим завданням постає формування компетентностей заявлених у Стандарті передвищої освіти зі спеціальності 223 Медсестринство галузі знань Охорона здоров'я» та освітньо-професійною програмою «Медико-профілактична справа»: **ЗК 2.** Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. **ЗК 4.** Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях. **СК 4.** Здатність до співпраці з пацієнтом, його оточенням, з іншими медичними й соціальними працівниками на засадах сімейно-орієнтованого підходу, враховуючи особливості здоров'я чи перенесені хвороби та фізичні, соціальні, культурні, психологічні, духовні чинники і фактори довкілля, здійснювати санітарно-просвітницьку роботу. **СК 12.** Здатність до безперервного професійного розвитку фахівців у сфері охорони здоров'я (освіта впродовж життя). **СК 14.** Здатність до дотримання принципів медичної етики та деонтології. **ДСК 2.** Здатність до використання здобутих теоретичних знань та практичних навичок для оволодіння методами санітарно-гігієнічних досліджень, умов для гарантування безпеки, охорони здоров'я, навчання, виховання, фізичного, психічного, соціального, духовного та інтелектуального розвитку дітей.
Програмні результати навчання	**РН 2.** Застосовувати сучасні цифрові та комунікативні технології для пошуку інформації та документування результатів професійної діяльності.

	РН 3. Застосовувати основні положення законодавства в охороні здоров'я. **РН 4.** Вести медичну документацію за формами, встановленими нормативно-правовими документами. **РН 5.** Дотримуватися правил охорони праці та безпеки життєдіяльності. **РН 6.** Обирати тактику спілкування з пацієнтами та членами їхніх родин, колегами, дотримуючись принципів професійної етики, толерантної та неосудної поведінки при здійсненні професійної діяльності, з урахуванням соціальних, культурних, гендерних та релігійних відмінностей. **РН 7.** Застосовувати паліативну компетентність при роботі з пацієнтами, їх оточенням, медичними та соціальними працівниками під час здійснення професійної діяльності. **РН 8.** Вживати заходи спрямовані на створення безпечного лікарняного середовища та дотримання лікувально-охоронного режиму, в інтересах збереження власного здоров'я та зміцнення здоров'я пацієнта. **РН 9.** Розпізнавати й інтерпретувати ознаки здоров'я і його змін, хвороби чи інвалідності (оцінка/діагноз), обмежень можливості повноцінної життєдіяльності та визначати проблеми пацієнтів при різних захворюваннях і станах. **РН 10.** Вміти проводити підготовку пацієнта до лабораторних, інструментальних та інших досліджень, здійснювати забір біологічного матеріалу та проб, скеровувати до лабораторії. **РН 11.** Застосовувати лікарські препарати та медикаменти при здійсненні професійної діяльності. **РН 12.** Виконувати медичні маніпуляції та процедури відповідно до фахових протоколів, алгоритмів, включаючи надання послуг з первинної медичної допомоги в складі команди первинної медичної допомоги. **РН 13.** Надавати екстрену та невідкладну долікарську медичну допомогу. **РН 15.** Надавати консультативну допомогу та здійснювати навчання населення щодо здорового способу життя, наслідків нездорового способу життя, важливості збільшення фізичної активності та здорового харчування, вакцинації;

	забезпечувати реабілітацію реконвалесцентів та диспансеризацію пацієнтів. **РН 16.** Вживати заходи, спрямовані на специфічну та неспецифічну профілактику захворювань. **РН 17.** Вживати протиепідемічні заходи в осередку інфекційних та особливо небезпечних захворювань при здійсненні професійної діяльності. **РН 18.** Дотримуватися правил ефективної взаємодії в команді для надання якісної медичної допомоги різним категоріям населення. **РН 19.** Здійснювати взаємозалежні професійні функції з метою забезпечення якісної медичної допомоги населенню. **ДРН 3.** Брати участь в проведенні попереджувально-профілактичних заходів, поточного санітарного та епідеміологічного нагляду, протиепідемічних та карантинних заходів, дотримання вимог інфекційного контролю в закладах охорони здоров'я з метою забезпечення збереження навколишнього та виробничого середовища. **ДРН 5.** Здійснювати дезінфекційні, дезінсекційні, дератизаційні заходи та проводити контроль за стерилізацією, користуючись нормативними документами.
Зміст курсу	
ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ТА САМОСТІЙНИХ РОБІТ	

№ з/п	Тема	Кількість годин	
		Лекції	Сам. роб.
1.	Психічне здоров'я. Предмет, завдання та методи дослідження психологічного стану людини. Концепція психічного здоров'я. Критерії оцінки психічного здоров'я: властивості особистості, переважаючі психічні стани, адекватність психічного відображення, гармонійність особистості. Стан психічних функцій і хвороба. Психологія індивідуальних відмінностей.	2	
	Історія формування психологічних знань.		1
	Зв'язок психології з іншими дисциплінами.		1
	Основи теорії особистості		1
	Свідоме та несвідоме. Самосвідомість особистості.		2
	Роль темпераменту в діяльності людини. Формування характеру.		2
2.	Вікові аспекти психічного здоров'я	2	

	Закономірності процесу старіння		2	
	Психологічні фактори пенсійного віку		2	
	Вікові зміни психічних стані.		1	
	Зміни образу життя в процесі старіння		1	
3.	Психологічні аспекти повсякденної лікувальної діяльності. Соціальне середовище і психічне здоров'я. Медична сестра і хворий: психологія лікувального процесу.	2		
	Колектив. Емоційний клімат у колективі.		1	
	Проблемі міжособистісної сумісності в колективі.		2	
	Стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях.		1	
	Соціально-психологічний клімат як результат та умова ефективності спільної діяльності		1	
	Психосоматичні розлади. Основні дефініції та принципи класифікації. Психологічні особливості хворих з соматичними захворюваннями.	2		
	Характеристика і класифікація психосоматичних захворювань.		2	
	Походження психосоматичних захворювань.		2	
5.	Психогенні психічні розлади. Неврози. Реактивні психози. Психічні розлади пов'язані зі стресом. ПТСР. Стрес у професійній діяльності. Типові стресори. Розвиток емоційної стійкості як шлях збереження здоров'я.	2		
	Негативні емоції в нашому житті		2	
	Диференціація песимізму та депресії		2	
	Вплив депресії на фізичне здоров'я		1	
	Епідеміологія (поширеність) психогеній		1	
	Вплив психічної травматизації на особистість.		1	
	Екстремальні ситуації і психічне здоров'я.		2	
6.	Психологічні аспекти суїцидальної поведінки, вмираючого пацієнта та евтаназії.	2		
	Стадії самотності		1	
	Стадії реакції горя		1	
	Суїцидонебезпечні реакції дезадаптації		1	
	Конфлікт залежних відносин		2	
	Визначення суїцидального ризику депресії		1	
	Суїцидальна поведінка у дітей та молоді		2	
	Суїцидальна поведінка у людей похилого віку.		2	
7.	Психологічні аспекти адиктивної поведінки. Спосіб життя і психічне здоров'я.	2		
	Епідеміологія ігрового розладу		1	
	Форми та види адиктивної поведінки		1	
	Ігровий розлад, як адиктивний розлад		1	
	Види азартних ігор		1	
	Визначення факторів ризику		1	
	Адиктивна поведінка підліткового віку		2	
	Ускладнення та наслідки адиктивної поведінки.		1	
ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ				

№ з/п	Тема	Години	
01	Предмет, завдання та методи дослідження психологічного стану людини. Концепція психічного здоров'я. Критерії оцінки психічного здоров'я. Стан психічних функцій і хвороби. Психологія індивідуальних відмінностей.	4	
02	Психологічні аспекти повсякденної лікувальної діяльності. Психологія медичних працівників. Соціальне середовище і психічне здоров'я. Психологія лікувально-діагностичного процесу.	4	
03	Психосоматичні розлади. Особистість і хвороба. Нозогенії. Масковані депресії. Соматоформні та дисоціативно-конверсійні розлади. Психосоматози.	4	
04	Психогенні захворювання. Неврози. Розлади адаптації. ПТСР. Реактивні психози. Психогенні депресії.	4	
05	Психологічні аспекти суїцидальної поведінки, вмираючого пацієнта та евтаназії	4	
06	Психологічні аспекти адиктивної поведінки. Спосіб життя і психічне здоров'я.	4	
07	Замір практичних навичок	2	
	Разом:	26	

Пререквізити	Вивчення даної дисципліни базується на знаннях, що отримуються здобувачами під час вивчення таких фундаментальних дисциплін як анатомія з основами фізіології, патологічна анатомія, патологічна фізіологія, фармакологія, основи медсестринства, медсестринство у внутрішній медицині, сімейні медицина з основами паліативної допомоги, медсестринство в неврології з основами психіатрії та наркології, медсестринський догляд за пацієнтами з особливими потребами.
Кореквізити	Клінічне медсестринство у внутрішній медицині, клінічне медсестринство в психіатрії та наркології.
Постреквізити	Післядипломне навчання закладає фундамент для подальшого засвоєння студентами знань та вмінь з циклу дисциплін професійної та практичної підготовки за освітнім рівнем магістр
Методи навчання	Для формувань уміння та навичок застосовуються такі методи навчання: •лекції; •практичні заняття; •самостійна робота здобувача освіти; •індивідуальні заняття; •консультації.
Методи контролю	•усне індивідуальне опитування; •письмовий тестовий контроль; •комп'ютерний тестовий контроль; •усне індивідуальне опитування; •розв'язування ситуаційних задач; •демонстрація практичних навичок;

	•індивідуальне завдання; •студентські проекти; •студентські презентації;
Види контролю	•поточний, проміжний, підсумковий контроль (диференційований залік)

Перелік практичних навичок та умінь

• Спілкування (керована бесіда) з хворим;
• спостереження за досліджуваним;
• метод клінічного інтерв'ю Самостійна робота Природа психіки та предмет психологічної науки;
• дослідження основних психічних процесів;
• написання протоколу проведеного дослідження;
• проведення клінічного та експериментально-психологічного обстеження хворих;
• дослідження стану відчуттів, сприйняття та уявлень; пам'яті та уваги; мислення;
• визначення критеріїв діагностики розумової відсталості та деменцій
• дослідження рівня інтелекту;
• визначення стану емоцій та почуттів у хворих;
• визначення розладів потягів;
• дослідження стану ефекторної сфери людини;
• визначення критеріїв ясної свідомості;
• написання протоколу проведеного дослідження;
• виокремлювати психологічні концепції, які слугують методологічною базою існуючих напрямків надання психологічної допомоги при ПТСР;
• аналізувати психологічні аспекти психотерапевтичних технік, які застосовують при ПТСР;
• виокремлювати закономірності та механізми засвоєння соціального та індивідуального досвіду, на які опираються існуючі напрямки психотравматерапії;
• здійснювати порівняльний психологічний аналіз психотерапевтичних концепцій, які застосовуються при ПТСР;
• володіти навичками постановки діагнозу ПТСР;
• оволодіти методами екстреної психологічної допомоги, аутогенного тренування;

• психокорекція та психотерапія осіб із залежною поведінкою, суїцидальними намірами;
• психологічний супровід умирання та смерті;
• надання психологічної допомоги особам із девіантною поведінкою.
• проведення тестування для раннього виявлення гемблінгу;
• оцінювання симптомів гемблінгу;
• скринінг геблінгу Саут — Оукс;
• модифікація патологічного гемблінгу за шкалою обсесивно-компульсивних станів Єля-Брауна.

Перелік питань до підсумкового контролю

1. Розуміти суть психічного здоров'я. Методи психологічного дослідження. Експериментально-психологічні методи, їх роль у психологічній діагностиці хворих;
2. Знати та розуміти визначення поняття людина, як об'єкт психічного здоров'я. Загальна стратегія концепції здоров'я.
3. Знати сучасний стан психічного здоров'я населення України. Спосіб життя і психічне здоров'я.

4. Розуміти фактори, що можуть вплинути на психічну рівновагу людини.
5. Знати значення здорового способу життя для психічного здоров'я.
6. Охарактеризуйтеосновні фактори ризику, які впливають на психічне здоров'я;
7. Поясніть вплив азартних ігорна психічне здоров'я.
8. Поясніть вплив психоактивних речовин на психічне здоров'я.
9. Розкрийте поняття емоційного стресу.
10. Поясніть поняття психологічного клімату в колективі.
11. Охарактеризуйте психологічну сумісність і несумісність.
12. Вкажіть причини виникнення конфліктів.
13. Знати особливості психогігієни сімейного життя.
14. Розкрийте поняття про психосоматичні хвороби;
15. Розкрийте поняття про ятрогенію, її профілактика.
16. Вкажіть загальні питання психотерапії.
17. Охарактеризуйте гостру реакція на стрес.
18. Дайте характеристику генералізованому тривожному розладу.
19. Поясніть розлади реакції пристосування.
20. Вкажіть основні реакція горя.
21. Критерії діагностики ПТСР.
22. Охарактеризуйте основні симптоми ПТСР.
23. Поясніть психологічну характеристику ПТСР в учасників бойових дій.
24. Розкрийте психофізіологічну, психодинамічну, когнітивну та інформаційну модель ПТСР.
25. Мати уявлення про особливості перебігу ПТСР у дітей.
26. Вкажіть адаптивні та дезадаптивні реакції в учасників бойових дій.
27. Дайте характеристику психологічним методам діагностики ПТСР.
28. Визначте особливості застосування методики «Опитувальник травматичного стресу» для діагностики ПТСР.
29. Визначте особливості застосування методики «Шкала оцінки тяжкості травматичної події» для діагностики ПТСР.
30. Проаналізуйте додаткові методики дослідження ПТСР.
31. Вкажіть принципи надання психологічної допомоги при ПТСР.
32. З'ясуйте етапи надання психологічної допомоги при ПТСР.
33. Охарактеризуйте психологічний дебрифінг як метод надання психологічної допомоги при ПТСР. Основні завдання психологічного дебрифінгу.
34. Розкрийте суть кризового консультування як методу надання психологічної допомоги при ПТСР.
35. Вкажіть техніки консультування при ПТСР.
36. Поясніть суть тілесно-орієнтованої психотерапії.
37. Визначте основні техніки тілесно-орієнтованої терапії при ПТСР.
38. Мати уявлення про біхевіріально-когнітивну психотерапію.
39. Дайте оцінку основним технікам біхевіріально-когнітивної терапії при ПТСР.
40. Визначте етапи когнітивної психотерапії.
41. Дайте характеристику психодинамічній психотерапії.
42. Дайте оцінку техніці психодинамічної психотерапії при ПТСР.
43. Розкрийте етапи та основні техніки психодинамічної психотерапії при ПТСР.
44. Поясніть суть екзистенціальної терапії.
45. Розкрийте етапи екзистенціальної психотерапії.

46. Розкрийте суть арт-терапії. Основні техніки арт-терапії при ПТСР. Етапи арттерапії.
47. Мати уявлення про гештальт-терапію. Механізми захисту в гештальт-терапії. Етапи гештальт-терапії.
48. Поясніть суть нейролінгвістичного програмування. Основні техніки нейролінгвістичного програмування при ПТСР.
49. Проводити та аналізувати техніки регуляції психічного стану

Політика курсу

Навчальна дисципліна «Психічне здоров‘я» є вибірковою для здобувачів фахової передвищої освіти освітньо-професійної програми «Охорона здоров’я» спеціальності «223 Медсестринство» Політика курсу базується на виконанні у повному обсязі навчальної програми курсу, відпрацюванні пропущених занять, виконанні самостійних завдань, академічній доброчесності. Присутність на всіх заняттях є обов’язковим з метою поточного та підсумкового оцінювання знань (окрім випадків за поважною причиною).

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає: самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролів результатів без використання зовнішніх джерел інформації; самостійне виконання індивідуальних завдань та посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей. Дотримання правил внутрішнього розпорядку коледжу, бути толерантними, доброзичливими та виваженими у спілкуванні зі здобувачами та викладачами, пацієнтами, медичним персоналом закладів охорони здоров’я.

Політика оцінювання

Поточний контроль здійснюється на кожному занятті відповідно до конкретних цілей, засвоєння конкретної теми. Рекомендується застосовувати такі методи оцінювання рівня підготовки студентів: опитування, вирішення ситуаційних клінічних завдань, тестування, практична перевірка рівня оволодіння та виконання практичних знань та умінь. 1#

Проміжний контроль знань студентів проводиться у різних формах після завершення вивчення навчального розділу або його частин з метою виявити рівень засвоєння програмного матеріалу. Проміжний контроль може проводитися у вигляді написання реферату, створення презентації, участь в конференціях.

Підсумковий контроль здійснюється для оцінювання результатів навчання після завершення вивчення дисципліни. Підсумковий контроль знань включає контроль у вигляді підсумкового практичного заняття.

Всі види контролю за навчальну діяльність здобувачу виставляються за національною та ECTS:

Оцінка (відмінно — 90 — 100%) виставляється здобувачеві освіти, який комплексно оцінює запропоновану ситуацію, має системні глибокі знання в обсязі та в межах вимог навчальної програми, усвідомлено використовує їх у стандартних та нестандартних ситуаціях. Уміє самостійно аналізувати, оцінювати, узагальнювати опанований матеріал, приймати рішення, правильно вибирати тактику дій, послідовно упевнено виконувати практичні навички у відповідності до алгоритмів.

Оцінка (добре — 70 — 89%) виставляється здобувачу, який комплексно оцінює запропоновану ситуацію, добре володіє вивченим матеріалом, він застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, уміє аналізувати й систематизувати інформацію; використовує загальновідомі докази із самостійною і правильною аргументацією; відповідь його логічна, хоч і має неточності. Уміє послідовно виконувати практичні навички у відповідності до алгоритмів з урахуванням незначних коментарів викладача.

Оцінка (задовільно — 55 — 69%) виставляється здобувачу, який за допомогою викладача відтворює основний навчальний матеріал та вибирає тактику дій, може повторити за зразком певну операцію, дію; правильно послідовно, але невпевнено виконує практичні навички у відповідності до алгоритмів; відтворює основний навчальний матеріал, здатний з помилками й неточностями дати визначення понять; відповідь його правильна, але недостатньо осмислена; вміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок, застосовувати знання при виконанні завдань за зразком. **Оцінка (незадовільно - <54%)** виставляється здобувачу, який може розрізняти об'єкти вивчення, але невірно оцінює ситуацію, неправильно вибирає тактику дій, що зумовлює погіршення ситуації, неправильно виконує практичні навички; відтворює незначну частину навчального матеріалу, має нечіткі уявлення про об'єкт вивчення, з допомогою викладача виконує елементарні завдання.
Інформаційні ресурси
Л1. — Губенко Я.А. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров’я та міжособового спілкування: підручник/ І.Я. Губенко, О.С. Карнацька, О.Т. Шевченко — К: Медицина, 2013; Л2. -Ісаков Р.І. Медична психологія: Підручник/ Р.І. Ісаков — К: ВСВ «Медицина», 2025.