

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії

Силабус навчальної дисципліни
«Стрес - менеджмент»

| | |
|---|---|
| Обсяг навчальної дисципліни | Загальна кількість годин на дисципліну: 90 годин, 3 кредити ЄКТС. Семестр: II 1 рік навчання |
| Дні, час, місце проведення навчальної дисципліни | За формою навчання денна або заочна - час і місце (номер лекційного залу, аудиторії, лабораторії, студії тощо) проведення навчальної дисципліни визначається відповідно до затвердженого розкладу занять. м. Одеса, Воробйова,11 |
| Викладач(-і) | Опря Євген Васильович, д.мед.н., професор, завідувач кафедри Чернова Тетяна Михайлівна, к.мед.н., доцент кафедри Донець Ольга Юріївна, к.мед.н., доцент кафедри Шевченко-Бітенський Костянтин Валерійович, д.мед.н., доцент кафедри Фучеджі Весна Дмитрівна, к.юр.н., доцент Макарова Ірина Володимирівна, к.псих.н., асист Пенова Інга Костянтинівна, к.псих.н., асист |
| Контактна інформація | E-mail: tatyana.chernova@onmedu.edu.ua Очні консультації: з 14.00 до 16.00 четвер, з 9.00 до 12.00 субота Онлайн консультації за домовленістю з викладачем з 16.00 до 18.00 у будні, з 9.00 до 12.00 субота Посилання на онлайн-консультації надається кожній групі під час занять окремо |

КОМУНІКАЦІЯ

Комунікація зі здобувачами під час консультації аудиторно (очно) або дистанційно у форматі Microsoft Teams у відкритому каналі групи, а також через електронну пошту, соціальні мережі, телефон. При цьому необхідно вказувати своє прізвище, ім'я, курс, факультет та назву курсу. Вирішення робочих питань можливо за вказаним номером телефону.

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предметом вивчення навчальної дисципліни «Стрес-менеджмент» є міждисциплінарний підхід в системі професійної підготовки фахівців – психологів в сфері Охорони здоров'я. Дисципліна вивчається на начальному етапі підготовки здобувачів вищої освіти III рівня з метою формування майбутньої професійної компетентності практичного психолога ЗОЗ. Закладає фундаментальні знання про стрес, кризові стани, їх вплив на ментальне здоров'я і алгоритм психологічної допомоги при кризових станах.

Предметним напрямком програми є поглиблення уявлення про безбар'єрне спілкування, роль емоційного інтелекту в комунікації, особливості спілкування з різними категоріями пацієнтів, шляхи та засоби профілактики професійної дезадаптації та емоційного вигорання; формування навичок: ефективної самопрезентації, активного слухання, ефективного висловлювання та самовираження, структурованої бесіди з пацієнтом з використанням Soft skills, інформування та пояснення інформації, тактики ефективної взаємодії з різними пацієнтами залежно від індивідуальних особливостей та

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії

психоемоційного стану при кризових ситуаціях.

Пререквізити і постреквізити курсу. Викладання курсу «Стрес-менеджмент дає можливість узагальнити та систематизувати знання здобувачів щодо феномену, загальних засад, структури та методології, найхарактерніших сучасних тенденцій практичної психології.

Мета навчальної дисципліни – розкрити зміст та особливості психологічних аспектів кризових станів. Під час вивчення дисципліни допомогти здобувачам оволодіти ґрунтовними знаннями з практичної психології : теоретичних знань та практичних навичок первинної діагностики, лікування, профілактики ментальних розладів, що виникають внаслідок інтенсивного стресу, психосоціальної реабілітації пацієнтів з наслідками дистресу, необхідних на первинному та спеціалізованому рівні надання медико-психологічної допомоги. Крім того, метою дисципліни є необхідність сформувати у здобувачів освіти компетенції, що наведені нижче у вимогах до рівня освоєння курсу.

Завдання дисципліни : під час вивчення дисципліни у здобувачів формуються здатності розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері практичної психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів; застосовувати знання у практичних ситуаціях; знання та розуміння предметної області ;навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

Очікувані результати

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі повинні:

знати:

- основні концепції стресу;
- особливості психосоціального функціонування людини в постстресовий період;
- прояви накопиченого (хронічного)стресу;
- особливості швидкої реабілітаційної допомоги постраждалим в умовах раптового екстремального стресу;
- специфічні феномени, які притаманні цієї категорії пацієнтів та потребують особливої уваги лікаря;
- особливості організації реабілітаційної діяльності;
- особливості організації реабілітаційної діяльності;
- особливості трудової діяльності практичного психолога в ЗОЗ, її структуру та суть;
- психологічний інструментарій з метою виявлення психологічних особливостей під впливом дистресу та здійснення ефективного психологічно його супроводження на усіх етапах

вміти:

- застосовувати теоретичні знання до розв'язання психолого-практичних проблем роботи в сфері охорони здоров'я;
- проводити емпіричні дослідження з метою вивчення психологічних особливостей людини у кризових станах, етапів психоосвіти та психологічного супроводження;
- дотримуватися вимог етики, біоетики та деонтології у своїй фаховій області.

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Форми навчання

Дисципліна буде викладена у формі лекцій, практичних занять, організації самостійної роботи здобувачів вищої освіти.

Методи навчання.

У курсі використовуються словесні, наочні та інтегративні методи навчання. Під час вивчення дисципліни здобувачам освіти надається можливість засвоїти знання та вміння у форматі он-лайн з використанням ресурсів E-mail, ZOOM, Teams, Viber з урахуванням

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії

технічних можливостей кожного здобувача. Викладачі, закріплені за окремою групою, знаходяться в контакті в режимі он-лайн. Передбачена очна форма переважно для консультацій та відпрацювання практичних навичок з надання медико–психологічної допомоги на базі кафедри у встановлені дні та часи черговим викладачем.

Зміст навчальної дисципліни

1. Поняття про стрес. Визначення поняття дистрес.
2. Травматичний стрес.
3. Посттравматичний стрес.
4. Поняття про психологічну травму. Класифікація стресогенних чинників.
5. Методи корекції та психотерапії при кризових станах.
6. Показання та протипоказання психотерапії при гострих реакціях на стрес.

Перелік рекомендованої літератури

Основна:

1. Психіатрія особливого періоду: навчальний посібник [для лікарів та психологів] / Рум'янцев Ю.В., Сиропятов О.Г., Іванцова Г.В., Осьодло Г.В. Київ УВМА, 2014. 193 с.
2. Посттравматичні стресові розлади: Навчальний посібник/ Під заг. ред. проф. Б. В. Михайлова - Вид. 2-е, перероблене та доповнене. Харків: ХМАПО, 2014. 285 с.
3. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова [та ін.]. Київ : Наш формат, 2017. 1068 с.
4. Нові клінічні протоколи: Психіатрія. Київ. Професійні видання, 2020. 265 с.

Додаткова:

1. Посттравматичні стресові розлади : Навчальний посібник / Під заг. ред. проф. Б. В. Михайлова. - Вид. 2-е, перероблене та доповнене. Харків: ХМАПО, 2014. 223 с.
2. Психіатрія особливого періоду: навчальний посібник [для лікарів та психологів] / Рум'янцев Ю.В., Сиропятов О.Г., Іванцова Г.В., Осьодло Г.В. Київ: УВМА, 2014. 193 с.
3. Посттравматичний стресовий розлад: посібник / Венгер О.П., Ястремська С.О. Тернопіль, 2019. 264 с.
4. Гусак Н. Соціальна реабілітація в соціологічному дискурсі: інституційний підхід. *Соціальні виміри суспільства*. 2011. № 3 (14). С. 175–186.
5. Гусак Н.. Соціальна реабілітація: підходи до визначення поняття. *Соціальна політика та соціальна робота*. 2008. № 1. С. 103–114.
6. Дегтяренко Т.М. Корекційно-реабілітаційна робота в спеціальних дошкільних закладах для дітей з особливими потребами : навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2013. 301 с.
7. Збірник державних стандартів соціальних послуг з реабілітації/абілітації інвалідів, дітей-інвалідів та осіб з розумовою відсталістю. Київ: ВГО „Коаліція захисту прав осіб з інтелектуальною недостатністю”, 2009. 47 с.
8. Єжова Т. Є. Соціальна реабілітація дітей з інвалідністю. Навчальний посібник. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2011. 284 с.

Електронні інформаційні ресурси

1. Указ Президента України "Про забезпечення створення безбар'єрного простору в Україні" <https://www.president.gov.ua/documents/5332020-35809>
2. Закон України «Про внесення змін до деяких законів України про освіту щодо організації інклюзивного навчання» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1324-18#Text>

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії

3. Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_g71#Text
4. Розпорядження Кабінету Міністрів «Про затвердження складу міжвідомчої робочої групи з питань розроблення проекту Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні» <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennya-skladu-mizhvido-a134r>
5. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження плану заходів щодо створення безперешкодного життєвого середовища для осіб з обмеженими фізичними можливостями та інших маломобільних груп населення на 2009—2015 роки «Безбар'єрна Україна» <https://www.kmu.gov.ua/npas/232167617>
6. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження критеріїв доступності для осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення приміщень, що надаються дільничним виборчим комісіям звичайних виборчих дільниць для організації їх роботи та проведення голосування» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/962-2020-%D0%BF#Text>
7. Закон України «Про охорону дитинства». <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws>
8. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні» <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1545-2000-%EF>
9. Постанова Кабінету Міністрів України від 12 жовтня 2000 р. № 1545 «Про схвалення Концепції ранньої соціальної реабілітації дітей з інвалідністю». <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=z1197-07>
10. Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 08.10.2007 р. № 623 «Про затвердження форм індивідуальної програми реабілітації інваліда, дитини з інвалідністю та Порядку їх складання». <http://zakon.rada.gov.ua>

ОЦІНЮВАННЯ

До контрольних заходів належить *поточний контроль*.

Поточна навчальна діяльність здобувачів контролюється на практичних заняттях. Застосовуються такі засоби діагностики рівня підготовки здобувачів: усне опитування; тестові завдання; написання наукових повідомлень. Поточне оцінювання здобувачів вищої освіти відбувається на кожному занятті (повинно бути опитано не менше 30 % здобувачів вищої освіти). Поточна навчальна діяльність здобувача оцінюється за 4-бальною (традиційною) шкалою: “5”, “4”, “3”, “2”.

Критерії поточного оцінювання на практичному занятті

| Оцінка | Критерії оцінювання |
|-------------------|--|
| Відмінно «5» | Здобувач вільно володіє матеріалом, приймає активну участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної клінічної задачі, впевнено демонструє практичні навички під час огляду хворого, висловлює свою думку з теми заняття, демонструє клінічне мислення. |
| Добре «4» | Здобувач добре володіє матеріалом, приймає участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної клінічної задачі, демонструє практичні навички під час огляду хворого з деякими помилками, висловлює свою думку з теми заняття, демонструє клінічне мислення. |
| Задовільно «3» | Здобувач недостатньо володіє матеріалом, не впевнено приймає участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної клінічної задачі, демонструє практичні навички під час огляду хворого з суттєвими помилками. |

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії

| | |
|---------------------|--|
| Незадовільно «2» | Здобувач не володіє матеріалом, не приймає участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної клінічної задачі, не демонструє практичні навички під час огляду хворого. |
|---------------------|--|

Форми і методи підсумкового контролю: залік.

Залік виставляється здобувачу, який виконав усі завдання робочої програми навчальної дисципліни, приймав активну участь у практичних заняттях, виконав індивідуальне завдання та має середню поточну оцінку не менше ніж 3,0 і не має академічної заборгованості.

САМОСТІЙНА РОБОТА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Самостійна робота здобувача, яка передбачена в програмі, контролюється і оцінюється при поточному контролі.

ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Політика щодо дедлайнів та перескладання:

- Пропуски занять з неповажних причин відпрацьовуються за розкладом черговому викладачу.
- Пропуски з поважних причин відпрацьовуються за індивідуальним графіком з дозволу деканату.

Політика щодо академічної доброчесності:

Обов'язковим є дотримання академічної доброчесності здобувачами, а саме:

- самостійне виконання всіх видів робіт, завдань, форм контролю, передбачених робочою програмою даної навчальної дисципліни;
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;
- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Неприйнятними у навчальній діяльності для учасників освітнього процесу є:

- використання родинних або службових зв'язків для отримання позитивної або вищої оцінки під час здійснення будь-якої форми контролю результатів навчання або переваг у науковій роботі;
- використання під час контрольних заходів заборонених допоміжних матеріалів або технічних засобів (шпаргалок, конспектів, мікро-навушників, телефонів, смартфонів, планшетів тощо);
- проходження процедур контролю результатів навчання підставними особами.

За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності:

- зниження результатів оцінювання індивідуального опитування, виконання тестових завдань, оцінки за розв'язання ситуаційних завдань, виконання індивідуального завдання, заліку тощо;
- повторне проходження оцінювання (тестових завдань, ситуаційних завдань, індивідуального завдання, заліку тощо);
- призначення додаткових контрольних заходів (додаткові ситуаційні завдання, індивідуальні завдання, тести тощо);
- проведення додаткової перевірки інших робіт авторства порушника.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії

Політика щодо відвідування та запізень:

Стан здоров'я: здобувачі хворі на гострі інфекційні захворювання, у тому числі на респіраторні хвороби, до заняття не допускаються. Запізнення на заняття – не припустимі. Здобувач, який спізнився на заняття, може бути на ньому присутній, але якщо в журналі викладач поставив «нб», він повинен його відпрацювати у загальному порядку.

Використання мобільних пристроїв:

Використання будь-яких мобільних пристроїв заборонено. При порушенні даного пункту здобувач має покинути заняття та в журналі викладач ставить «нб», яку він повинен відпрацювати у загальному порядку.

Мобільні пристрої можуть бути застосовані здобувачами з дозволу викладача, якщо вони потрібні для виконання завдання.

Поведінка в аудиторії:

Поведінка здобувачів та викладачів в аудиторіях має бути робочою та спокійною, суворо відповідати правилам, встановленим Положенням про академічну доброчесність та етику академічних взаємин в Одеському національному медичному університеті, у відповідності до Кодексу академічної етики та взаємин університетської спільноти Одеського національного медичного університету, Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату у науково-дослідній та освітній роботі здобувачів вищої освіти, науковців та викладачів Одеського національного медичного університету.