

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЦЕНТР РОЗВИТКУ КАДРОВОГО ПОТЕНЦІАЛУ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Департаменту по роботі з персоналом та
підготовці науково-педагогічних кадрів СумДУ

Дмитро ЦИГАНЮК

«___» _____ 2024 року

ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
педагогічних, науково-педагогічних та інших категорій працівників

Профілактика психічних розладів в умовах воєнного стану

1.1 Загальна інформація	
Повна назва структурного підрозділу	Центр розвитку кадрового потенціалу
Вид підвищення кваліфікації	Навчання за програмою підвищення кваліфікації
Обсяг програми год./кредитів ЄКТС	30 год./1 кредит ЄКТС
Форма(ми) підвищення кваліфікації	Дистанційна
Місце виконання програми підвищення кваліфікації	Сумський державний університет
Кількість осіб у групі:	- мінімальна 20
	- максимальна 150
Мова(и) викладання	Українська
Тип документу про підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації
Інтернет-адреса постійного розміщення опису програми підвищення кваліфікації	http://crkp.sumdu.edu.ua/uk/
1.2 Мета програми підвищення кваліфікації	
Розвиток навичок концентрування уваги у складних стресових ситуаціях та оволодіння техніками надання психологічної допомоги оточуючим в умовах воєнного стану	
1.3 Характеристика програми підвищення кваліфікації	
Зміст програми	<ol style="list-style-type: none">1. Особливості підтримки психічного здоров'я людини.<ol style="list-style-type: none">1.1 Складові психічного здоров'я.1.2 Психічне здоров'я в умовах війни.1.3 Основні підходи до підтримки психічного здоров'я.2. Управління стресом: теоретичне підґрунтя та практичні рекомендації.<ol style="list-style-type: none">2.1 Причини, симптоми та наслідки стресу.2.2 Стресостійкість як важливий фактор управління стресом.2.3 Стратегії подолання та профілактики стресу.3. Емоційне здоров'я як складова життєстійкості.<ol style="list-style-type: none">3.1 Емоції: значення, прояви та класифікація.3.2 Емоції як ресурс. Значення негативних емоцій.3.3 Емоційні гойдалки під час війни.4. Тривога та тривожні розлади: причини виникнення, симптоми та методи подолання.

	5. Посттравматичні психічні розлади внаслідок війни. Психогенні депресії у тому числі соматизовані. Клінічні прояви. 5.1 Методи медико-соціальної профілактики. 5.2 Гостра реакція на стрес. 5.3 Посттравматичний стресовий розлад.
Розподіл годин за видами діяльності	Аудиторна робота: 10 год. Самостійна робота: 18 год. Контрольні заходи та підсумкова атестація: 2 год.
Оцінювання та атестація	Залік (зараховано / не зараховано)
1.4 Програмні результати навчання (РН)	
<ul style="list-style-type: none"> – розуміти особливості впливу стресу на організм людини та шляхи його подолання; – уміти регулювати рівень стресу у межах власної можливості з використанням різних психологічних технік; – знати основні принципи підтримки психічного здоров'я, у тому числі в умовах воєнного стану; – уміти управляти власними емоціями; – знати принципи відновлення ресурсного стану, які допомагають зменшити власну тривожність; – розуміти особливості впливу тривожності на фізичне та емоційне здоров'я людини; – уміти використовувати практичні поради психологів та психотерапевтів для подолання тривожних станів; – знати ознаки клінічних проявів посттравматичних психічних розладів та методи медико-соціальної профілактики 	
1.5 Ресурсне забезпечення реалізації програми	
Кадрове забезпечення	<i>Гарбузова Вікторія Юріївна</i> - д.б.н., професор, завідувач кафедри фізіології і патофізіології з курсом медичної біології; сертифікований тренер у сфері навчання і освіти дорослих; сертифікований тьютор проблемно-орієнтованого навчання за грантовою програмою Tempus; майнд-фітнес тренер. <i>Мудренко Ірина Григорівна</i> - д.мед.н., професор, професор, кафедри нейрохірургії та неврології з курсами психіатрії, наркології, медичної психології, професійних хвороб. <i>Іванова Тетяна Володимирівна</i> – к.психол.н., доцент, доцент кафедри психології, політології та соціокультурних технологій
Матеріально-технічне забезпечення	Персональний комп'ютер, підключений до мережі Інтернет
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Презентації за темами програми

Начальник Центру розвитку кадрового потенціалу

Віта ГОРДІЄНКО