

В. В. Огоренко

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0549-4292>

ResearcherID AAZ-3738-2021

А. Є. Ніколенко

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5523-8858>

ResearcherID AAS-6788-2020

Т. Й. Шустерман

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5422-1624>

ResearcherID AAE-1743-2020

Дніпровський державний медичний університет, Дніпро

СИМУЛЯЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ «ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ» ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ НА ПІСЛЯДИПЛОМНОМУ ЕТАПІ

V. V. Ogorenko, A. Ye. Nikolenko, T. Y. Shusterman

Dnipro State Medical University, Dnipro

SIMULATION TRAINING “PSYCHOLOGICAL FIRST AID IN CRISIS SITUATIONS” FOR POSTGRADUATE MEDICAL EDUCATION SEEKERS

Анотація. Симуляційне навчання у медичній освіті є найважливішим інструментом, що надає можливість моделювання процесів, клінічних обставин та інших аспектів професійної діяльності фахівців у галузі медицини.

Ця сучасна методика навчання та оцінки практичних навичок заснована на реалістичному моделюванні, імітації клінічної ситуації в умовах штучно створених, наближених до реальності. Основною формою симуляційного навчання є симуляційний тренінг, який дозволяє розвивати клінічне мислення, надає можливість об'єктивної оцінки досягнутого рівня майстерності та необмеженої кількості повторів, сприяє зниженню стресу під час перших спроб відпрацювання навичок. Стаття присвячена висвітленню структури, організації та проведення симуляційного тренінгу «Перша психологічна допомога у кризових ситуаціях» для здобувачів медичної освіти. Тренінг був розроблений на кафедрі психіатрії, наркології і медичної психології Дніпровського державного медичного університету (ДДМУ) для набуття знань та оволодіння навичками першої психологічної допомоги (ППД) при різних кризових ситуаціях. До розробки симуляційного тренінгу був застосований авторський підхід. За матеріалами симуляційного тренінгу створено цикл відеотренінгів із ППД у кризових ситуаціях, який містить 7 відео, що повністю відповідають тематиці симуляційного тренінгу.

Таким чином, в умовах воєнного стану створення симуляційного тренінгу «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях» є на часі, тому що для медичних працівників надзвичайно значущим є вивчення навичок не тільки практичної професійної діяльності, але й ефективного управління стресом і поліпшення стресостійкості. Перспективами є проведення симуляційного тренінгу з відпрацювання практичних навичок ППД на базі навчально-тренувального центру симуляційної медицини ДДМУ для вищезначеної аудиторії, а також для всіх співробітників ДДМУ.

Ключові слова: симуляційний тренінг; метод кейсів; дебрифінг; перша психологічна допомога; кризові ситуації; здобувачі освіти; післядипломний етап.

Abstract. Simulation learning in medical education is the most important tool that provides an opportunity to simulate processes, clinical circumstances and other aspects of the professional activity of specialists in the field of medicine. This modern method of training and assessment of practical skills, abilities and knowledge is based on realistic modeling, simulation of the clinical situation in artificially created conditions that are close to reality. The main form of simulation learning is simulation training for development of clinical thinking, provision an opportunity to assess the level of achieved skill objectively and an unlimited number of repetitions, helping to reduce stress during the first attempts to practice skills. The article is devoted to highlighting the structure, organization and conducting of the simulation training “Psychological First Aid in Crisis Situations” for medical education seekers. The training has been developed at the Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology of the Dnipro State Medical University (DSMU) to acquire knowledge and master the skills of Psychological First Aid (PFA) in various crisis situations. The author’s approach has been applied to the development of simulation training. Based on the materials of the simulation training, a cycle of video trainings on PFA in crisis situations has been created, which contains 7 videos that fully correspond to the topic of the simulation training.

© В. В. Огоренко, А. Є. Ніколенко, Т. Й. Шустерман

Thus, in war conditions, the creation of a simulation training “Psychological first aid in crisis situations” is timely, because for medical workers it is extremely important to learn the skills of not only practical professional activity, but also effective stress management and improvement of stress resistance. The prospects are to hold the simulation training of mastering the practical PFA skills in the Educational and Training Center of Simulation Medicine of DSMU for doctors, as well as for all institution employees.

Key words: simulation training; case method; debriefing; psychological first aid; crisis situations; education seekers; postgraduate stage.

Вступ. Симуляційне навчання є найважливішим інструментом сучасної медичної освіти на додипломному та післядипломному етапах. У медичній освіті широко впроваджуються засоби навчання технічного характеру, які дозволяють відтворювати процеси, клінічні випадки та суттєві аспекти професійної діяльності лікарів, містять сучасні методики симуляції в медичній освіті. Цей підхід базується на моделюванні та імітації клінічних випадків в умовах штучно створених середовищ, наближених до реальності. Симуляція в медичній освіті служить для оволодіння та оцінки практичних навичок, умінь та знань. Основною метою використання симуляційних сценаріїв у навчанні є отримання та усвідомлення різних видів навичок (технічних, когнітивних, поведінкових), що утворюють компетентність здобувачів медичної освіти. Симуляційні технології допомагають опрацювати практичні навички у багатьох сферах клінічної медицини, зокрема психіатрії та медичній психології. Велике значення симуляційне навчання має для відпрацювання здобувачами освіти, зокрема на післядипломному етапі, навичок *першої психологічної допомоги* (ППД) при кризових станах [1, 2].

Основною формою симуляційного навчання є *симуляційний тренінг*, який дозволяє розвивати клінічне мислення, надає можливість об’єктивної оцінки досягнутого рівня майстерності та необмеженої кількості повторів, сприяє зниженню стресу під час перших спроб відпрацювання навичок [1, 4].

Невід’ємною складовою тренінгу є *дебріфінг*, що передбачає аналіз, розбір досвіду, набутого учасниками у ході виконання симуляційних сценаріїв (від англ. debriefing – обговорення після виконання завдання) [1].

За допомогою клінічних симуляційних сценаріїв реалізується педагогічна технологія – навчання за допомогою *методу кейсів*, яка використовує опис реальних клінічних ситуацій. Метод ситуацій, відомий як кейс-метод (від англійського “case study” – «вивчення ситуації»), знайомий в українській освіті як метод, що базується на конкретних прикладах або ситуаціях. Основна ідея кейс-методу полягає в тому, що учасники аналізують певну ситуацію – чи то реальний випадок, чи створений сценарій, який

відображає не лише конкретну практичну проблему, але й активізує комплекс знань, необхідних для її вирішення. Важливо відзначити, що сама проблема може мати кілька можливих рішень. Кейс-метод включає різні типи кейсів, такі як навчальні, практичні та науково-дослідні. Застосування кейс-методу широко поширене в галузі педагогіки та медицини [3].

Мета статті – висвітлення структури, організації та проведення симуляційного тренінгу «Перша психологічна допомога у кризових ситуаціях» для здобувачів медичної освіти на післядипломному етапі.

Теоретична частина. Для отримання знань та володіння навичками першої психологічної допомоги (ППД) в умовах певних кризових ситуацій колектив кафедри психіатрії, наркології і медичної психології Дніпровського державного медичного університету (ДДМУ) розробив симуляційний тренінг під назвою «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях». Цей тренінг входить у програму неформальної освіти та призначений для безперервного професійного розвитку (програму симуляційного тренінгу затверджено вченою радою факультету післядипломної освіти ДДМУ, протокол № 12 від 18.04.2023 р.).

Основною метою тренінгу є оволодіння навичками ППД та алгоритмом поведінки при певних кризових ситуаціях у неприродних умовах, які максимально наближені до дійсності. До аудиторії тренінгу належать здобувачі на післядипломному етапі освіти в галузі знань 22 «Охорона здоров’я», спеціальностей 222 «Медицина» (спеціалізація – психіатрія) та 225 «Медична психологія». Тривалість тренінгу складає 4 дні, по 6 год щодня (загальна тривалість – 24 год). Ефективністю тренінгу є вміння застосовувати на практиці набуті техніки і вправи подолання кризових ситуацій згідно з опанованим алгоритмом поведінки.

Видами занять, які проводяться в комплексі тренінгів, є лекція, практичні заняття та симуляційні сценарії. В програмі передбачений вхідний, поточний та прикінцевий контроль знань. За результатами виконання завдань проводиться обговорення – дебрифінг.

Симуляційний тренінг організований у форматі, який містить лекцію, 7 практичних занять та 7 симуляційних сценаріїв й алгоритм виконання практичних навичок в умовах кризових ситуацій, відповідно до теми кожного заняття. Кількість занять у структурі тренінгу відповідає 7-ми основним

кризовим ситуаціям, які зазначені у рекомендаціях МОЗ України «Як пережити кризу та зберегти спокій» (рис. 1) [5].

Структура симуляційного тренінгу «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях» наведена в таблиці 1.



Рис. 1. Рекомендації МОЗ України «Як пережити кризу та зберегти спокій».

Таблиця 1. Симуляційний тренінг «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях»

Дата, час проведення	Зміст	Тривалість у навчальних годинах
1 день		
09:00–09:20	Знайомство, обговорення організаційних моментів та правил тренінгу (2 групи, лекційна аудиторія)	0,5
09:20–09:45	Вхідний тестовий контроль (2 групи, лекційна аудиторія)	0,5
09:45–09:55	Перерва	–
09:55–11:25	Лекція. Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях (2 групи, лекційна аудиторія)	2
11:25–11:40	Перерва	–
11:40–12:45	Практичне заняття 1. Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації «Панічна атака» (окремо у групах, симуляційні класи)	1,5
12:45–12:50	Перерва	–
12:50–13:35	Симуляційний сценарій 1. Панічна атака (окремо у групах, симуляційні класи)	1
13:35–13:55	Відповіді на питання та узагальнення подій дня	0,5
	Всього за день	6 год
2 день		
09:00–10:05	Практичне заняття 2. Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації «Істерика» (окремо у групах, симуляційні класи)	1,5
10:05–10:10	Перерва	–
10:10–10:55	Симуляційний сценарій 2. Істерика (окремо у групах, симуляційні класи)	1
10:55–11:00	Перерва	–

Продовження табл. 1

Дата, час проведення	Зміст	Тривалість у навчальних годинах
11:00–12:05	<i>Практичне заняття 3.</i> Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації « <i>Страх</i> » (окремо у групах, симуляційні класи)	1,5
12:05–12:10	<i>Перерва</i>	–
12:10–12:55	<i>Симуляційний сценарій 3.</i> <i>Страх</i> (окремо у групах, симуляційні класи)	1
12:55–13:40	Відповіді на запитання, підбиття підсумків дня	1
	Всього за день	6 год
	3 день	
09:00–10:05	<i>Практичне заняття 4.</i> Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації « <i>Агресія</i> » (окремо у групах, симуляційні класи)	1,5
10:05–10:10	<i>Перерва</i>	–
10:10–10:55	<i>Симуляційний сценарій 4.</i> <i>Агресія</i> (окремо у групах, симуляційні класи)	1
10:55–11:00	<i>Перерва</i>	–
11:00–12:05	<i>Практичне заняття 5.</i> Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації « <i>Нервово тремтіння</i> » (окремо у групах, симуляційні класи)	1,5
12:05–12:10	<i>Перерва</i>	–
12:10–12:55	<i>Симуляційний сценарій 5.</i> <i>Нервово тремтіння</i> (окремо у групах, симуляційні класи)	1
12:55–13:40	Відповіді на запитання, підбиття підсумків дня	1
	Всього за день	6 год
	4 день	
09:00–09:45	<i>Практичне заняття 6.</i> Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації « <i>Плач</i> » (окремо у групах, симуляційні класи)	1
09:45–09:50	<i>Перерва</i>	–
09:50–10:35	<i>Симуляційний сценарій 6.</i> <i>Плач</i> (окремо у групах, симуляційні класи)	1
10:35–10:40	<i>Перерва</i>	–
10:40–11:25	<i>Практичне заняття 7.</i> Відпрацювання практичної навички надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації « <i>Ступор</i> » (окремо у групах, симуляційні класи)	1
11:25–11:30	<i>Перерва</i>	–
11:30–12:15	<i>Симуляційний сценарій 7.</i> <i>Ступор</i> (окремо у групах, симуляційні класи)	1
12:15–12:20	<i>Перерва</i>	–
12:20–13:25	Залік	2
	Всього за день	6 год
	Всього за тренінг	24 год

У перший день симуляційний тренінг розпочинається в лекційній залі, де лікарі знайомляться, обговорюють організаційні аспекти та правила тренінгу. Потім лікарям пропонують проходження вхідного тестового контролю для оцінки початко-

вих знань про кризові ситуації, їх ознаки й ППД. Наступною частиною початкового дня є лекція під назвою «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях», яка представлена у формі презентації. Контент лекції охоплює базові поняття, принципи

та алгоритми поведінки при наданні ППД у певних кризових ситуаціях. Ключовою частиною першого дня є практичне заняття, під час якого лікарі відпрацьовують навички ППД при кризовій ситуації «Панічна атака» та виконують симуляційний сценарій за відповідною тематикою. Заключним етапом є дебрифінг.

На *другий день* проводяться практичні заняття з відпрацювання практичної навички надання ППД у кризових ситуаціях «Істерика» та «Страх» і два симуляційні сценарії за відповідними темами. На завершальному етапі проводиться дебрифінг.

Третій день складається з практичних занять із відпрацювання практичної навички надання ППД у кризових ситуаціях «Агресія» та «Нервове тремтіння» і два симуляційні сценарії за відповідними темами. На завершальному етапі проводиться дебрифінг.

Четвертий день тренінгу передбачає практичні заняття з відпрацювання практичних навичок із надання ППД у кризових ситуаціях «Плач» та «Ступор» і два відповідні симуляційні сценарії. У кінці дня відбувається залік, під час якого демонструється оволодіння практичними навичками надання ППД у станах кризи (на основі кейсів) відповідно до алгоритму проведення.

До розробки симуляційного тренінгу «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях» був застосований авторський підхід, який полягає в додаванні до зазначених у рекомендаціях МОЗ України кроків ще й передкроку (Крок 0), де особа, яка надає допомогу, передусім має оцінити ризики та небезпеку ситуації як для себе, так і для постраждалої особи. Далі автори тренінгу створили покроковий план дій осіб, які надають ППД (алгоритм дій), що стало основою для алгоритму виконання практичних навичок як невід'ємної складової симуляційного тренінгу. Створення варіантів реакції постраждалого в кризових ситуаціях для поліпшення алгоритму надання ППД є унікальною розробкою авторів. Основною рисою тренінгу є застосування методу кейсів.

За матеріалами симуляційного тренінгу створено серію тренінгів у відеоформаті із ППД у станах кризи. Цикл складається з 7-ми відео, що повністю відповідають тематиці симуляційного тренінгу. Відеотренінги складаються з теоретичних матеріалів, розгляду кейсів кризової ситуації та їх творчого моделювання у відеозаписах. Відео розміщені на Youtube-каналі кафедри психіатрії, наркології і медичної психології ДДМУ. Відеотренінги з ППД у кризових ситуаціях із зазначенням QR-кодів представлені на рисунках 2–5.



Рис. 2. Відеотренінги з ППД у кризових ситуаціях «Панічна атака» та «Істерика».



Рис. 3. Відеотренінги з ППД у кризових ситуаціях «Страх» та «Агресія».



Рис. 4. Відеотренінги з ППД у кризових ситуаціях «Ступор» та «Нервове тремтіння».



Рис. 5. Відеотренінг із ППД у кризовій ситуації «Плач».

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, в умовах воєнного стану створення симуляційного тренінгу «Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях» є відповіддю на виклик часу. Оволодіння навичками управління станами кризи необхідні для того, щоб мати здатність самостійно їх подолати, а також для того, щоб надавати ефективну допомогу іншим особам. Для медичних працівників особливо

важливим є вивчення не лише навичок ППД, але й освоєння методів керування стресом та підсилення стресостійкості.

Перспективами є проведення симуляційного тренінгу з відпрацювання практичних навичок ППД на базі навчально-тренувального центру симуляційної медицини ДДМУ для вищезначеної аудиторії, а також для всіх співробітників закладу.

Список літератури

1. Комплекс освітніх тренінгів з першої психологічної допомоги особам у кризових ситуаціях : навч. наоч. посіб. / за заг. ред. професора В. В. Огоренко. – Дніпро : ЛІРА, 2023. – 268 с.

2. Освітні тренінгові заходи для лікарів-інтернів з невідкладної психологічної допомоги в умовах війни / В. В. Огоренко, Т. Й. Шустерман, А. Є. Ніколенко, С. Г. Носов // Інноваційні технології в науці та освіті. Європейський досвід : матеріали V Міжнар. конф., Дніпро, 29 листоп. 2022 р. / Інститут промислових та бізнес-технологій УДУНТ. – Дніпро, 2022. – С. 65–68.

3. Осіна Н. А. Кейс-метод як спосіб формування життєвих компетентностей учнів : методичні рекомендації / Н. А. Осіна. – Запоріжжя, 2018. – 31 с.

4. Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» [Електронний ресурс] : Закон України від 04.04.2022 р. № 1/3872-22 : станом на 31 жовт. 2023 р. – Режим доступу : <https://mon.gov.ua/ua/nra/pro-metodichni-rekomendaciyi-persha-psiologichna-dopomoga-algoritm-dij>.

5. Як пережити кризу та зберегти спокій [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://moz.gov.ua/article/news/jak-perezhiti-krizu-ta-zberegti-spokij->.

References

1. Ohorenko, V.V., Nikolenko, A.Ye., Shusterman, T.Y., Kokashynskyi, V.O., Likholetov, Ye.O., & Mamchur, O.Y. (2023). *Kompleks osvitynikh treninhiv z pershoi psykholohichnoi dopomohy osobam u kryzovykh sytuatsiakh* [Complex of educational trainings on psychological first aid for persons in crisis situations]. Dnipro: LIRA [in Ukrainian].
2. Ohorenko, V.V., Shusterman, T.Y., Nikolenko, A.Ye., & Nosov, S.H. (2022). Osvitni treninhovi zakhody dlia likariv-interniv z nevidkladnoi psykholohichnoi dopomohy v umovakh viiny [Educational training events for medical interns on emergency psychological care in war conditions]. *Innovatsiini tekhnologii v nauksi ta osviti. Yevropeyskyi dosvid – Innovative technologies in science and education. European experience: Materials V International conferences.* (pp. 65-68). Dnipro: Instytut promyslovykh ta biznes-tekhnologii UDUNT [in Ukrainian].
3. Osina, N.A. (2018). *Keis-metod yak sposib formuvannia zhyttievyykh kompetentnosti uchniv* [The case method as a way of forming students' life competencies]. Zaporizhzhia [in Ukrainian].
4. Pro metodychni rekomendatsii «Persha psykholohichna dopomoha. Alhorytm dii» [About methodological recommendations “Psychological first aid. Algorithm of actions”]. Retrieved from: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-metodychni-rekomendaciyi-persha-psiologichna-dopomoga-algoritm-dij> [in Ukrainian].
5. Yak perezhyty kryzu ta zberehty spokii [How to survive a crisis and keep calm]. Retrieved from: <https://moz.gov.ua/article/news/jak-perezhiti-kryzu-ta-zberegti-spokij> [in Ukrainian].

Отримано 02.11.2023.
Рекомендовано 08.12.2023.

Електронна адреса для листування: allanikosha@gmail.com