

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства
та природокористування
Навчально-науковий інститут охорони здоров'я
Кафедра фізичної терапії, ерготерапії

08-02-122М

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до виконання лабораторних робіт із навчальної дисципліни

«Психофізіологічні аспекти фізичної терапії, ерготерапії»

для здобувачів вищої освіти ступеня «доктор філософії»

за освітньо-науковою програмою «Фізична терапія,
ерготерапія» спеціальності 227 «Терапія та реабілітація»
денної та заочної форм навчання

Рекомендовано
науково-методичною радою
з якості ННІОЗ
Протокол № 1 від 29.08.2023

Рівне – 2023

Методичні вказівки до лабораторних робіт із навчальної дисципліни «**Психофізіологічні аспекти фізичної терапії, ерготерапії**» для здобувачів вищої освіти ступеня «доктор філософії» за освітньо-науковою програмою «Фізична терапія, ерготерапія» спеціальності 227 «Терапія та реабілітація» денної та заочної форм навчання. [Електронне видання] / Гамма Т. В. – Рівне : НУВГП, 2023. – 26 с.

Укладач: Гамма Т. В., к.б.н., доцент кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Відповідальний за випуск – Нестерчук Н. Є., д.н. фіз.вих., проф., завідувач фізичної терапії, ерготерапії.

Керівник групи забезпечення освітньої програми: Григус І. М. доктор медичних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту охорони здоров'я.

© Т. В. Гамма, 2023

© НУВГП, 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.	5
РОЗДІЛ 1.ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ.	7
РОЗДІЛ 2.МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ.	9
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 1. Впровадження психофізіологічних стратегій у фізичній терапії та ерготерапії для підвищення рухової активності у пацієнтів.	9
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 2. Застосування аспектів психофізіологічної адаптації в фізичній терапії та ерготерапії з метою поліпшення функціонального стану пацієнтів.	12
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 3. Використання аспектів психофізіології пам'яті у фізичній терапії та ерготерапії для стимулювання розвитку та відновлення когнітивних функцій у пацієнтів.	13
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 4. Покращення концентрації уваги пацієнтів за допомогою психофізіологічних підходів.	15
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 5. Психофізіологічні аспекти регулювання емоційних станів пацієнтів.	16
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 6. Інтеграція принципів психофізіології у програми фізичної терапії, ерготерапії з метою поліпшення якості сну та відновлення енергетичних резервів пацієнтів.	18
ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 7 Особиста стійкість як ключовий аспект позитивного подолання життєвих труднощів.	19

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 8. Роль соціально-психологічної підтримки у фізичній терапії та ерготерапії для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів.	21
РОЗДІЛ 3. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ	23
ЛІТЕРАТУРА	25

ВСТУП

Дисципліна «Психофізіологічні аспекти фізичної терапії, ерготерапії» пропонує вивчення сучасних підходів до застосування психофізіологічних принципів у фізичній терапії та ерготерапії з метою оптимізації рухової активності та покращення функціонального стану пацієнтів. Розглядаються такі теми, як використання психофізіологічних аспектів для покращення пам'яті та розвитку когнітивних функцій, а також застосування цих принципів для підвищення концентрації уваги пацієнтів.

Додатково, увага приділяється психофізіологічним підходам до регулювання емоційних станів та збільшення особистої життєстійкості у ситуаціях життєвих труднощів. Курс також охоплює тему впровадження психофізіологічних принципів у програми фізичної терапії та ерготерапії для поліпшення якості сну та відновлення енергетичних резервів пацієнтів.

Загальний підхід спрямований на інтеграцію психологічних і фізіологічних аспектів для досягнення комплексного підходу до відновлення та підтримки пацієнтів у контексті фізичної та ерготерапії. **Мета:** представити студентам сучасні наукові концепції щодо фізіологічних механізмів, корелятив та закономірностей психічної діяльності та поведінки людини, забезпечити їх ознайомлення з актуальними досягненнями в цій галузі і розвинути навички застосування цих знань при аналізі психологічних даних.

Завдання: навчити аналізувати фізіологічні основи функціонування психічних процесів, станів, емоцій і цілеспрямованої поведінки; застосування психофізіологічних методик для діагностики функціонального стану організму; навчити використовувати знання психофізіології з метою усвідомлення актуальних проблем, застосовуючи методи психофізіологічних досліджень та маючи уявлення про фізіологічні механізми психічних процесів і поведінки на системному і нейронному

рівнях вмiти спiльно з пацiєнтом/клiєнтом координувати реалiзацiю реабiлітацiйного плану, коригувати рухову активнiсть пацiєнта/клiєнта вiдповiдно до його згоди, змiнювати за потреби засоби, методи та форми фiзичної терапiї, ерготерапiї.

РОЗДІЛ 1. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Впровадження психофізіологічних стратегій у фізичній терапії та ерготерапії для підвищення рухової активності у пацієнтів.	2
2.	Тема 2. Застосування аспектів психофізіологічної адаптації в фізичній терапії та ерготерапії з метою поліпшення функціонального стану пацієнтів.	2
3.	Тема 3. Використання аспектів психофізіології пам'яті у фізичній терапії та ерготерапії для стимулювання розвитку та відновлення когнітивних функцій у пацієнтів.	2
4.	Тема 4. Покращення концентрації уваги пацієнтів за допомогою психофізіологічних підходів.	2
5.	Тема 5. Психофізіологічні аспекти регулювання емоційних станів пацієнтів.	2
6.	Тема 6. Інтеграція принципів психофізіології у програми фізичної терапії, ерготерапії з метою поліпшення якості сну та відновлення енергетичних резервів пацієнтів.	2

7.	Тема 7. Особиста стійкість як ключовий аспект позитивного подолання життєвих труднощів.	2
8.	Тема 8. Роль соціально-психологічної підтримки у фізичній терапії та ерготерапії для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів.	2
	Разом	16

РОЗДІЛ 2 МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 1

Впровадження психофізіологічних стратегій у фізичній терапії та ерготерапії для підвищення рухової активності у пацієнтів

Мета: Ознайомитись з сучасними психофізіологічними стратегіями, які допомагають відновити рухову активність пацієнтів.

Завдання:

1. Визначити літературу за темою.
2. Ознайомитись з сучасними психофізіологічними стратегіями відновлення рухової активності пацієнтів.
3. Систематизувати отриманні теоретичні знання.

Короткий огляд теми:

Відновлення рухової активності у пацієнтів може включати в себе різноманітні психофізіологічні методи/стратегії, спрямовані на взаємодію фізіологічних та психологічних аспектів реабілітації. Деякі з популярних психофізіологічних методів в цьому контексті включають:

- біофідбек (Biofeedback) – використання електронних приладів для вимірювання певних фізіологічних параметрів ЧСС, тонус м'язів чи рівень шкірного опору. Пацієнт отримує зворотний зв'язок про свої фізіологічні параметри і навчається самоконтролювати їх;
- позитивне візуалізаційне мислення (Positive visualization) – поліпшення психічного стану пацієнта за допомогою візуалізації успішного відновлення рухової активності.

Пацієнт уявляє себе в здоровому стані та активно займається фізичною активністю;

- медитація та релаксація – ці техніки допомагають знижувати рівень стресу, поліпшувати емоційний стан і сприяти кращому фізичному відновленню;

- музикотерапія – використання музики як частини терапевтичного процесу може стимулювати рухову активність, поліпшувати настрій та сприяти розслабленню;

- імагінарна терапія – сучасний метод, при використанні якого пацієнт уявляє, що виконує рухи або фізичні вправи, навіть якщо фактично цього не робить. Цей метод допомагає відновленню нервово-м'язового зв'язку та покращенню координації рухів;

- арттерапія – використання мистецтва для вираження емоцій та покращення самосприйняття допомагає у відновленні рухової активності через підвищення мотивації та самооцінки;

- когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) – спрямована на взаємодію між думками, емоціями та поведінкою. В контексті відновлення рухової активності, КПТ може допомагати пацієнтам змінювати негативні переконання та емоції, пов'язані з фізичною активністю;

- технології віртуальної реальності – використання віртуальної реальності для імітації різних сценаріїв руху та фізичної активності, що може стимулювати пацієнтів до більш енергійного участі у відновчих процедурах;

- групова терапія: участь у групових сесіях може забезпечити пацієнтам підтримку від

однодумців та стимулювати їх до активніших рухових дій.

Ці методи можуть застосовуватися окремо чи комбінуватися в індивідуально розроблених програмах для конкретних потреб пацієнтів. Важливо, щоб вони використовувалися під контролем кваліфікованих фахівців у сфері фізичної терапії та психотерапії для досягнення максимальної ефективності та безпеки.

Питання:

1. Охарактеризуйте метод біофідбек.
2. Розкрийте сутність стратегії позитивного візуалізаційного мислення.
3. Представте з використанням прикладів методи медитації та релаксації, музикотерапії та арттерапії.
4. Охарактеризуйте імагінарну терапію.
5. Опишіть приклади використання стратегій відновлення рухової активності пацієнтів, спрямованих на взаємодію фізіологічних та психологічних складових.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 2

Застосування аспектів психофізіологічної адаптації в фізичній терапії та ерготерапії з метою поліпшення функціонального стану пацієнтів

Мета: Розглянути аспекти психофізіологічної адаптації у фізичній терапії, ерготерапії.

Завдання:

1. Опрацювати літературу за темою.
2. Ознайомитися з адаптація, адаптивність, адаптаційні механізми, адаптаційний потенціал.
3. Розглянути використання знань про психофізіологічну адаптацію з метою поліпшення функціонального стану пацієнтів.

Короткий огляд теми:

Психофізіологічна адаптація – це процес або стан, за якого організм адаптується до впливів зовнішнього середовища за участю як фізіологічних, так і психологічних механізмів. У фізичній терапії та ерготерапії цей процес може бути використаний для оптимізації функціонального стану пацієнтів, шляхом врахування їхніх психологічних потреб та фізичних можливостей.

Застосування аспектів психофізіологічної адаптації передбачає індивідуальний підхід при розробці програм фізичної терапії, ерготерапії, оскільки пацієнти мають різні рівні стресу, емоційну стійкість та мотивації. Фахівець повинен враховувати ці особливості для оптимального впливу на функціональний стан людини.

Сприяння психологічної адаптації включає в себе надання пацієнтам необхідної психологічної підтримки. Позитивний емоційний стан може позитивно впливати на фізіологічні процеси в організмі та сприяти кращому відновленню організму в цілому.

Розуміння та розвиток емоційного інтелекту важливі для фахівців у фізичній терапії та ерготерапії. Вміння

виявляти та враховувати емоції пацієнтів сприяє ефективному плануванню та реалізації програм відновлення.

Техніки стрес-менеджменту, такі як медитація, глибоке дихання, ароматерапія тощо, можуть допомагати знижувати рівень стресу та поліпшувати адаптацію організму.

Використання психофізіологічних аспектів дозволяє ефективно адаптувати методи навчання та тренування до індивідуальних особливостей пацієнтів, забезпечуючи їм оптимальні умови для відновлення функціонального стану.

Загальною метою використання аспектів психофізіологічної адаптації є створення інтегрованих терапевтичних підходів, які сприяють не лише фізичному відновленню, але і психологічному благополуччю пацієнтів у контексті фізичної терапії та ерготерапії.

Питання:

1. Розкрити поняття адаптація.
2. Види адаптації, в чому полягає їх зміст?
3. Дайте визначення адаптивності та адаптаційним можливостям організму.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 3

Використання аспектів психофізіології пам'яті у фізичній терапії та ерготерапії для стимулювання розвитку та відновлення когнітивних функцій у пацієнтів

Мета: розглянути психофізіологію пам'яті та можливості її використання у фізичній терапії, ерготерапії.

Завдання:

1. Опрацювати літературу за темою.
2. Ознайомитися з поняттям пам'ять, з яких процесів вона складається.
3. Розглянути види пам'яті.

Короткий огляд теми:

Пам'ять – психічний пізнавальний процес, який реалізується в запам'ятовуванні, збереженні, відтворенні та в забуванні індивідом життєвого досвіду.

Пам'ять (від гр. *mnema*) ми розуміємо запис, збереження, впізнавання і відтворення слідів минулого досвіду, що дозволяє накопичувати інформацію, не втрачаючи при цьому попередніх знань, вражень, навиків.

Пам'ять з точки зору психофізіології – це комплексний процес, що включає в себе фізіологічні та психічні аспекти. З фізіологічної точки зору, пам'ять пов'язана з роботою нейронів та їхніми міжзв'язками у мозку. Процеси, такі як формування, зберігання та відтворення інформації, залучають нейротрансмітери, хімічні сигнали та структури, такі як гіпокамп та кора мозку. Психофізіологія пам'яті вивчає, як ці фізіологічні процеси взаємодіють з психічними аспектами, такими як сприйняття, увага та консолідація інформації для формування і зберігання пам'яті.

Пам'ять складається з трьох процесів:

- запам'ятовування або закріплення інформації (фіксація);
- збереження або утримання інформації (ретенція);
- відтворення інформації (репродукція).

Використання аспектів психофізіології пам'яті у фізичній терапії та ерготерапії – ключовий аспект для стимулювання розвитку та відновлення когнітивних функцій у пацієнтів. Розуміння базових механізмів пам'яті, таких як робота різних мозкових структур та хімічні процеси, дозволяє розробляти специфічні підходи для покращення пам'яті пацієнтів під час фізичної терапії.

В рамках фізичної терапії важливо враховувати, як різні види активностей можуть впливати на психофізіологічні аспекти пам'яті. Наприклад, аеробні вправи є ефективними у покращенні когнітивних функцій, сприяючи підвищенню кровообігу та нейротрофічних факторів. Силові тренування, з іншого боку, впливають на нейрогенез та нейропластичність.

В ерготерапії використання знань психофізіології пам'яті має сприятливий вплив на когнітивні функції пацієнта. Застосування творчих завдань, які вимагають запам'ятовування, групових ігор тощо, сприяють стратегічному мисленню та соціальній взаємодії.

Загалом, врахування психофізіології пам'яті в фізичній терапії та ерготерапії дозволяє не лише ефективно впливати на когнітивні функції пацієнтів, але і використовувати індивідуальний підхід для терапевтичного втручання, сприяючи оптимальному відновленню та розвитку їхнього когнітивного потенціалу.

Питання:

1. Розкрити поняття пам'ять.
2. Розкрити механізми формування пам'яті.
3. Яким чином використання знань психофізіології пам'яті використовується у фізичній терапії та ерготерапії?
4. Підготувати стратегії та приклади відновлення когнітивних функцій пацієнта.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 4

Покращення концентрації уваги пацієнтів за допомогою психофізіологічних підходів

Мета: розглянути психофізіологічні підходи покращення концентрації уваги пацієнтів.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Розглянути загальні уявлення про увагу та її види.
3. Визначити основні закономірності уваги.

Короткий огляд теми:

Увага – це психічний пізнавальний процес, який полягає у спрямованості і зосередженні свідомості на певному об'єкті.

Психофізіологія уваги розглядає взаємодію між психічними та фізіологічними процесами, що визначають стан уваги у людини.

Нейронні механізми уваги включають ключові області мозку, такі як фронтальна кора для управління та визначення цілей, парієтальна кора для просторової уваги, ретикулярна формація для регуляції рівня бодрості, лімбічна система для емоційного аспекту та нижчі візуальні області для обробки візуальної інформації.

Ці нейронні механізми взаємодіють для ефективного спрямування та управління увагою. Вони дозволяють визначити, що є важливим для уваги, як це має бути оброблено у просторі, які емоції можуть впливати на увагу, та які частини мозку відповідають за реакцію на конкретний стимул. Розуміння цих нейронних механізмів важливо для розвитку методів покращення уваги та лікування розладів уваги у фізичній терапії, ерготерапії.

Питання:

1. Розкрити поняття увага.
2. Види уваги, в чому полягає їх зміст?
3. Нейронні механізми формування уваги.
4. Методи покращення концентрації уваги.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 5 Психофізіологічні аспекти регулювання емоційних станів пацієнтів

Мета: розглянути психофізіологічні аспекти регулювання емоційних станів пацієнтів.

Завдання:

1. Опрацювати літературу за темою.
2. Ознайомитися з поняттям емоційні стани пацієнтів.
3. Розглянути способи регулювання емоційних станів.

Короткий огляд теми:

Емоційний стан особистості – це внутрішня емоційна ситуація, зумовлена певними обставинами, умовами; сукупність емоційних ознак, рис, що характеризують особистість у даний момент відповідно до певних вимог щодо якості, ступеня готовності і т. ін.; емоційне самопочуття або настрої особистості. За сутнісною характеристикою поняття «емоційний стан особистості» означає сукупність емоційних проявів, які є сталими і не зазнають видимих змін під час спостереження за ними.

Виникнення і існування в душі людини певної емоції можна називати емоційним станом за назвою емоції, що виникла. Якщо ця емоція згасає або замінюється іншою, то відповідно змінюється і емоційний стан.

Поняття «емоція» і «емоційний стан» не є тотожними.

Емоція – це психічне явище, яке існує в межах емоційної сфери особистості, хоч і впливає на інші сфери (пізнавальну, поведінкову і соматичну), а емоційний стан особистості – це психосоматичне явище, яке охоплює всю особистість як цілісну систему.

Кожен емоційний стан проявляється у двох аспектах: зовнішній (зовнішні прояви, які і сама особистість, і інші люди можуть оцінити відповідно до певних вимог) і внутрішній (внутрішні прояви, які сприймає лише сама особистість своєю свідомістю через свої почуття і описує свій емоційний стан, як свій настрій). До зовнішніх проявів емоційних станів належать поведінкові і соматичні реакції.

Всі емоційні стани тісно пов'язані з потребами особистості. Емоційний стан особистості залежить від характеру та інтенсивності актуальної потреби, а також від оцінки можливості її задоволення. Чим сильнішою і важливішою для особистості є потреба, тим більш вираженим і яскравим є емоційний стан за своїми проявами. Задоволення потреби або збільшення вірогідності її задоволення зумовлює виникнення позитивних емоційних станів, а зменшення цієї вірогідності зумовлює виникнення негативних емоційних станів. Виникнення емоційних станів

є складним психофізіологічним процесом, який включає і психічні ланки (такі як: потребово-мотиваційні, інтелектуальні чуттєві), і фізіологічні (такі як: нервові, ендокринні, сенсорні і моторні).

Питання:

1. Розкрити емоції, емоційні стани.
2. Як формується емоційний стан?
3. Яким чином можна регулювати емоційні стани?
4. Технології регулювання емоційних станів пацієнтів

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 6

Інтеграція принципів психофізіології у програми фізичної терапії, ерготерапії з метою поліпшення якості сну та відновлення енергетичних резервів пацієнтів

Мета: розглянути механізми сну та його.

Завдання:

1. Вивчити літературу за темою.
2. Ознайомитися з поняттям, класифікацією та функціями емоцій.
3. Розглянути теорії емоцій.
4. Розкрити поняття індикатор емоцій.
5. Психофізіологічні механізми емоцій.

Короткий огляд теми:

Сон – це складний фізіологічний процес, що включає різні стадії та механізми. Основні етапи сну включають:

- засинання (етап 1 і 2) – людина поступово засинає, переходячи зі стану неспання до легкого сну;
- глибокий сон (етап 3 і 4) – спочатку характеризується повільним хвильовим ритмом, а потім переходить до швидких хвиль, які є основним елементом відновлення фізичних та психічних функцій;
- REM-сон (швидкі рухи очей) – стан, в якому відбуваються сновидіння, а мозок проявляє

активність, схожу на активність в стані неспання. Цей етап важливий для когнітивних функцій та емоційного відновлення.

За допомогою засобів фізичної терапії, ерготерапії можна впливати на поліпшення сну через різні механізми. Наприклад, творчість, мистецтво або рукоділля, можуть допомагати знижувати рівень стресу та стимулювати релаксацію, що в свою чергу може покращувати якість сну.

Ерготерапевти можуть допомагати пацієнтам розвивати та впроваджувати ритуали перед сном, які сприяють розслабленню та готовності до сну. Науково доведено, що ритуали позитивно впливають на здоров'я людини (фізичний та емоційний стани).

Розробка індивідуальних програм фізичної терапії, ерготерапії, які підтримують регулярний режим дня та фізичну активність, сприяє нормалізації циркадних ритмів і поліпшенню якості сну.

Ці підходи об'єднуються для створення комплексних програм, які сприяють якісному та відновлювальному сну пацієнтів.

Питання:

1. Охарактеризуйте фази сну.
2. Які існують точки зору щодо визначення механізму сну.
3. Яким чином можна покращити якість сну та відновити енергетичні резерви пацієнтів.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 7

Особиста стійкість як ключовий аспект позитивного подолання життєвих труднощів

Мета: ознайомитися з психофізіологією індивідуальних відмінностей.

Завдання:

1. Опрацювати літературу за темою.
2. Охарактеризувати прояви особистої стійкості в подолання життєвих труднощів.

3. Розглянути, яким чином фізичний терапевт, ерготерапевт може допомогти пацієнту відновити особисту стійкість пацієнта.

Короткий огляд теми:

Особиста стійкість є ключовим аспектом позитивного подолання життєвих труднощів. Цей концепт визначається як здатність особистості ефективно адаптуватися до стресових ситуацій, зберігаючи психічне та емоційне благополуччя. Виявлення стійкості включає у себе декілька ключових аспектів.

По-перше, це здатність переглядати труднощі як виклики та можливості для особистого зростання, а не як нещастя чи невдачі. Люди з високою особистою стійкістю намагаються вирішувати проблеми та вчитися на них, що сприяє їхньому позитивному розвитку.

По-друге, стійкість включає в себе емоційний контроль та здатність регулювати власні емоції. Це допомагає уникнути відчуття безпомічності та стресу в ситуаціях кризи, дозволяючи зберігати психічну стійкість.

Фізичний терапевт і ерготерапевт можуть відігравати ключову роль у допомозі пацієнтам регулювати їхні емоції через інтегрований підхід, що враховує фізичні та емоційні аспекти.

Фізичний терапевт може використовувати фізичні вправи, дихальні техніки та інші фізіологічні методи для поліпшення емоційного стану пацієнтів. Ерготерапевт, з свого боку, впроваджує творчі та сенсорні методи, розвиває рухові навички та організовує робоче середовище для покращення емоційного благополуччя.

Спільна робота фізичного та ерготерапевта забезпечує індивідуалізований підхід до потреб пацієнта. Планування та встановлення цілей сприяють розвитку позитивних звичок та стратегій для ефективного управління емоціями. Цей комплексний підхід сприяє загальному психічному та фізичному благополуччю пацієнтів, роблячи їхній процес відновлення більш повним та глибоким.

По-третє, стійкість проявляється у здатності шукати та отримувати підтримку від оточуючих. Взаємодія з підтримуючим оточенням може значно зменшити вплив стресу та сприяти ефективному подоланню труднощів.

Особиста стійкість виступає ключовим фактором, що сприяє позитивному подоланню життєвих труднощів, надаючи індивіду можливість адаптуватися до негативних впливів та зберігати свою психічну та емоційну стійкість в різних ситуаціях.

Питання.

1. Охарактеризуйте поняття особиста життєстійкість.
2. Як підтримка оточуючих впливає на життєстійкість?
3. Яким чином допомогти людині відновити здатність переглядати труднощі як виклики та можливості для особистого зростання?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА №8

Роль соціально-психологічної підтримки у фізичній терапії та ерготерапії для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів

Мета роботи: ознайомитись роллю соціально-психологічної підтримки у фізичній терапії та ерготерапії для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів з особливостями рухової активності в різні вікові періоди.

Завдання:

1. Опрацювати літературу за темою.
2. Розглянути особливості соціально-психологічної підтримки.

Короткий огляд теми:

Соціально-психологічна підтримка відіграє важливу роль у фізичній терапії та ерготерапії для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів. Ця підтримка визнається ключовою в реабілітаційних програмах з причин розуміння важливості взаємодії фізичного та психічного благополуччя.

Пацієнти, які зазнають травм або фізичних обмежень, зазвичай відчувають стрес та депресію. Соціально-психологічна підтримка від співробітників та спільноти може підняти настрій та сприяти позитивній мотивації.

Взаємодія в групових заняттях з фізичної терапії може підтримувати спільноту та створювати позитивні взаємини, що сприяє загальному психічному благополуччю.

Розуміння соціокультурних контекстів дозволяє фізичним терапевтам враховувати індивідуальні потреби та вдячності пацієнтів, сприяючи їхньому психічному здоров'ю.

Реалізація творчих та рукодільних проєктів може створювати позитивний простір для самовираження та відновлення самооцінки пацієнтів.

Групові заняття з ерготерапії сприяють створенню спільноти та можуть бути підтримкою для взаємодії та обміну досвідом між учасниками.

Ерготерапевти допомагають пацієнтам розвивати навички соціальної адаптації, що сприяє їхньому включенню в спільність та покращенню психосоціального стану.

Взаємодія з соціально-психологічною підтримкою у фізичній терапії та ерготерапії є важливим елементом інтегрованого підходу до підтримки пацієнтів, сприяючи їхньому фізичному та психічному відновленню.

Питання:

1. Охарактеризуйте роль соціально-психологічної підтримки для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів у фізичній терапії.
- 2 Охарактеризуйте роль соціально-психологічної підтримки для зміцнення психічного здоров'я пацієнтів у ерготерапії.

РОЗДІЛ 3

РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Форма контролю: 3-5 семестр – залік.

Методи контролю:

1. Поточний контроль включає оцінку теоретичних знань, практичних навичок та самостійну роботу. Поточний контроль здійснюється на кожному лабораторному занятті відповідно до конкретних цілей.

2. Модульний контроль здійснюється через навчально-науковий центр незалежного оцінювання (МК 1 – 20 балів, МК 2 – 20 балів).

3. Підсумковий контроль знань – залік відбувається відповідно до Положення про семестровий поточний та підсумковий контроль навчальних досягнень здобувачів вищої освіти (сайт НУВГП).

Лабораторні заняття – 60 балів

Підсумковий контроль (залік) – 40 балів

Всього – 100 балів

Розподіл балів, які отримують студенти

	Короткий зміст завдання	За якісне оформлення завдання, його представлення /подання/показ/ висвітлення/ демонстрація /виконання	За відповіді на запитання	Всього балів
Тема 1	Підготувати ґрунтовну відповідь за темою заняття	5	2	7
Тема 2	Підготувати ґрунтовну відповідь за темою заняття	5	2	7
Тема 3	Підготувати приклади виникнення конфліктних ситуацій та запропонувати варіанти їх подолання	6	2	8
Тема 4	Підготувати ґрунтовну відповідь за темою заняття	5	2	7
Тема 5	Підготувати ґрунтовну відповідь за темою заняття	6	2	8
Тема 6	Підготувати стратегії відновлення фізичного і ментального здоров'я	6	2	8
Тема 7	Підготувати способи профілактики та подолання професійного вигорання	6	2	8
Тема 8	Підготувати ґрунтовну відповідь за темою заняття	5	2	7
Всього за аудиторні заняття				60

Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
82–89	добре	
74–81		
64–73		
60–63	задовільно	
35–59	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0–34	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

ЛІТЕРАТУРА

1. Гаврилькевич В. К., Кабашнюк В. О. Психофізіологія : навчальний посібник. Львів : Новий світ. 2000, 2019. 200 с.
2. Григус І. М., Нагорна О. Б. Основи фізичної терапії : навчальний посібник. Одеса : Олді+. 2022. 150 с.
3. Коқун О. М. Психофізіологія : навчальний посібник. К. : Центр навчальної літератури, 2006. 184 с.
4. Костюкевич В. М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. / В. М. Костюкевич, Л. М. Шевчик, О. Г. Соколькова. Вінниця : Планер, 2015. 256 с.
5. Кузів О. Є. Психофізіологія : курс лекцій [Електронний ресурс]. Тернопіль : вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 194 с.
6. Сучасні підходи до реалізації відбору футболістів високої кваліфікації за показниками нейродинамічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи / В. Лизогуб, В. Пустовалов, В. Супрунович, С. Гречуха. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Х., 2017. № 2 (58). С. 47–52
7. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. Л. : ЛДУФК, 2013. 312 с.
8. Фізіологія. Короткий курс : навч. посіб. для мед. і фармац. вищ. навч. закл. / В. М. Мороз, М. В. Йолтухівський, Н. В. Белік та ін. ; за ред. В. М. Мороза, М. В. Йолтухівського; Вінниц. над. мед. ун-т ім. М. І. Пирогова. Вінниця : Н. Кн., 2015. 406 с.
9. Handbook of Psychophysiology / editors: John T., Louis G., Gary G. Cambridge, 2016. 730 p.
10. Горго Ю. П., Чайченко Г. М., Маліков М. В. Прикладна психофізіологія людини : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2005. 193 с.

11. Дубравська Д. М. Основи психології : навчальний посібник. Львів: Світ, 2001. 280 с.
12. Загальна психологія : підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. К. : Либідь, 2005. 464 с.
13. Кучковський О. М. Великий практикум з фізіології людини і тварин: психофізіологія : лабораторний практикум для студентів освітнього ступеня «спеціаліст» напряму підготовки «Біологія». Запоріжжя : ЗНУ, 2016. 145 с.
14. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навчальний посібник. К. : МАУП, 2003. 136 с.
15. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія : навчальний посібник. К. : Наукова думка, 2000. 190 с.
16. Цимбалюк І. М. Психологія. К. : ВД “Професіонал”, 2004. 304 с.
17. JournalofNeuroscience.
URL: <https://www.jneurosci.org/>
18. NatureNeuroscience.
URL: <https://www.nature.com/neuro/>
19. FrontiersinNeuroscience.
URL: <https://www.frontiersin.org/journals/neuroscience>