


Сумський державний педагогічний університет
імені А.С.Макаренка

НН Інститут педагогіки і психології

Кафедра Психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Навчально-
наукового Інституту
педагогіки і психології
проф.  С.М. Кондратюк
«28» серпня 2020 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОСНОВИ ПСИХОСОМАТИКИ

галузь знань

05 Соціальні та поведінкові науки
(шифр і назва галузі знань)

спеціальність

053 "Психологія"
(шифр і назва)

освітня-програма
вищої освіти

Практична психологія першого (бакалаврського) рівня
(назва)

Мова навчання українська

Погоджено науково-методичною комісією
НН Інституту педагогіки і психології
«28»серпня 2020 р

Голова  к. психол. н., доц. Тарасова Т.Б.
(ПШБ, науковий ступінь, вч. звання)

Суми - 2020

Розробники:

1. Мотрук Тетяна Олександрівна, к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри психології

Протокол № 1 від «27» серпня 2020.

Завідувач кафедри



Кузікова С. Б. д. психол. н., професор

,

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	бакалавр	вибіркова	
		Рік підготовки:	
3-й		3-й	
Семестр			
5-й		5-й	
Лекції			
22 год.		4 год.	
Практичні, семінарські			
32 год.		6 год.	
Лабораторні			
0 год.		год.	
Самостійна робота			
64 год.		108 год.	
Консультації:			
2 год.	2 год.		
Вид контролю: залік			
Загальна кількість годин - 120			

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Програма вивчення навчальної дисципліни «**Основи психосоматики**» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки напрямку (спеціальності) 053 Психологія.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є вивчення психічних та психологічних аспектів соматичних розладів індивіда з порушенням адаптації та інтеграції в суспільства.

Метою навчального курсу «Основи психосоматики» є вивчення теоретичних основ сучасних напрямків психосоматики, її структури, знайомство із основними методами діагностики психосоматичних розладів.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Основи психосоматики» є викласти базисні теоретичні дослідження клінічних психологів як основу, фундамент практичної діяльності; показати плідність взаємозв'язку розвитку теорії і практики вітчизняних психосоматичних підходів; особливу увагу приділити ознайомленню студентів з прикладними аспектами діяльності психологів у роботі із психосоматичними клієнтами.

1. Передумови для вивчення дисципліни

Передумовою вивчення навчальної дисципліни «Основи психосоматики», є вивчення навчальних дисциплін як «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Психофізіологія», «Клінічна психологія».

2. Результати навчання за дисципліною

РН 1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми.

РН 2 . Складати план проведення клінічної бесіди та добір психодіагностичного інструментарію відповідно до потреб діагностики та супроводу, забезпечувати ефективність власних дій.

РН 3. Володіти умінням презентувати результати досліджень у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.

РН 4. Планувати консультативну та просвітницьку роботу, дотримуючись етичних норм та правил надання психологічної допомоги.

РН 5. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації для проведення диференційної діагностики психосоматичних порушень.

РН 7. Скласти та реалізувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, спрямованих на упередження розвитку психосоматичних порушень, у формі лекцій, бесід.

РН 8. З повагою ставитися до клієнта, притримуючись принципів біоетики, притримуватися професійної етики у спілкуванні з колегами.

РН 9. Уміти оцінювати стан фізичного та психічного здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізора.

Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала ЄКТС	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
А	Студент виявляє особливі творчі здібності, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання Студент вільно висловлює думки і відчуття, визначає програму особистої пізнавальної діяльності, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особисту позицію щодо них; без допомоги викладача знаходить джерела інформації і використовує набуті знання і вміння в нестандартних ситуаціях
В	Студент виявляє початкові творчі здібності, самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; знаходить джерела інформації та самостійно використовує їх відповідно до цілей, поставлених викладачем
С	Студент вільно (самостійно) володіє вивченим обсягом матеріалу і застосовує його на практиці; вільно розв'язує задачі в стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу
Д	Студент вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати її на практиці, контролювати власну діяльність, виправляти помилки і добирати аргументи на підтвердження певних думок під керівництвом викладача
Е	Студент може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити висновки

FX	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного відтворення окремих фактів, здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних ситуацій, частково контролювати власні навчальні дії, наводити окремі власні приклади на підтвердження певних тверджень
F	Студент не володіє навчальним матеріалом

Розподіл балів

РОЗДІЛ 1					РОЗДІЛ 2						
T 1	T 2	T 3	T 4	T 5	T 1	T 2	T 3	T 4	T 5	80	100
10	5	10	10	5	10	5	10	5	10		
Контроль самостійної роботи											
10					10					20	

T 1.1, T 1.2 ... T 4.1 – теми розділів

Відповідно до «Положення про порядок визнання результатів навчання у неформальній та/або інформальній освіті у Сумському державному педагогічному університеті імені А. С. Макаренка», при оцінюванні результатів навчання з дисципліни «**Основи психосоматики**» можливо перезарахування балів (максимально 20 балів) за позанавчальну фахову активність студентів (сертифікована участь в конференціях, тренінгах, написання статей тощо).

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	задовільно
60 - 63	E	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
1 - 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

5. Засоби діагностики результатів навчання

Поточний та підсумковий контроль проводяться відповідно до вимог Положення «Про порядок оцінювання знань студентів у Європейській кредитно-трансферній системі (ЄКТС) організації освітнього процесу», затвердженого вченою Радою СумДПУ імені А.С.Макаренка (протокол №7 від 23.02.2015). Для поточного контролю використовуються форми: опитування та виступи на практичних заняттях, активна участь в обговоренні теоретичних питань, тестування за розділами, підготовка презентації з проблемних питань дисципліни.

Семестровий контроль – залік.

6. Програма навчальної дисципліни

6.1. Інформаційний зміст навчальної дисципліни

Розділ I. Загальна психосоматика

Тема 1.1. Виникнення і розвиток психосоматики Психосоматика як область клінічної психології

Поняття ПС розладів. Класифікація психосоматичних розладів. Психосоматичні теорії та моделі. У чому принцип вибору органу, який реагує? Психосоматична сім'я.

Тема 1.2. Діагностика психосоматичних розладів

Організація психосоматичної допомоги. Показання до диференційованої психотерапії. Прийоми встановлення контакту. Бесіда. Збір анамнестичних даних. Опитувальник для виявлення соматичних скарг.

Мультиmodalний опитувальник А. Лазаруса. Визначення рівня алекситимії. Вивчення самооцінки соціальної значимості хвороби. Виявлення домінуючого інстинкту.

Тема 1.3. Теоретичні засади психотехнологій саморегуляції тілесного (за методикою Т.Б.Хомуленко «ПАВА»)

Структурно-функціональна характеристика та методологія розвитку тілесного «Я». Конструктивний та деструктивний варіанти змісту тілесного Я. Методика «ПАВА»: 1-й етап: «Персоніфікація». 2-й етап: «Асоціації». 3-й етап: «Візуалізація». 4-й етап: «Аналогізація». Психосоматична компетентність: характеристика та діагностика. Визначення та ознаки психосоматичної компетентності. Діагностика психосоматичної компетентності. Методика незакінчених речень «Вербалізація тілесного Я».

Тема 1.4. Невроз і стрес у формуванні психосоматичних розладів. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади

Розлади адаптації. Тріада К. Ясперса для психогеній. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади. Етіологічні причини основні симптоми. Дисоціативна амнезія. Дисоціативна фуга. Дисоціативний ступор трансї і стани оволодіння дисоціативні судоми. Дисоціативна анестезія і втрата чуттєвого сприйняття. Дисоціативні розлади моторики. Соматизований розлад іпохондричний розлад. Соматоформна вегетативна дисфункція хронічний соматичний больовий розлад.

Тема 1.5. Психологія соматичного хворого. Внутрішня картина хвороби.

Психологія соматичного хворого. Поняття внутрішньої картини хвороби (за А. Р. Лурія). Фактори, що впливають на внутрішню картину хвороби (стать, вікові особливості, професійний статус, особливості темпераменту, виховання, особистості хворого). Вплив на внутрішню картину хвороби соціального оточення хворого, умов діагностики та лікування. Етапи формування внутрішньої картини хвороби (за А. В. Квасенко і Ю. Р. Зубарева). Рівні внутрішньої картини хвороби (за В. В. Ніколаєвим).

Типи ставлення до хвороби (гармонійний, ергопатичний, анозогнозичний, тривожний, іпохондричний, неврастенічний, меланхолійний, апатичний, сенситивний, егоцентричний, паранойяльний, дисфоричний) (А. О. Личко). Психологія здоров'я в культурно-історичному контексті. Психологія краси в культурно-історичному контексті.

Розділ II. Приватна психосоматика

Тема 2.1. Психосоматика харчової поведінки.

Харчова поведінка: визначення поняття. Причини порушення харчової поведінки. Порушення харчової поведінки. Причини порушення харчової поведінки. Психотерапія. Ожиріння; Нервова анорексія; Булімія. Психологічна сутність психосоматики харчової поведінки (за Ф. Александером, Н. Пезешкіаном, І.Г. Малкіною-Пих, Р. Дальке – Т. Детлефсоном).

Тема 2.2 Роль психологічних факторів у формуванні шлунково-кишкових захворювань.

Роль психологічних факторів у формуванні виразкової хвороби. Психологічна сутність хвороб ендокринної системи (за Ф. Александером, Н. Пезешкіаном, І.Г. Малкіною-Пих, Р. Дальке – Т. Детлефсоном). Психологічні особливості хворих з порушеннями шлунково-кишкового тракту. Психологічні реакції на формування виразкової хвороби. Емоційні внутрішньосімейні взаємини хворих на виразкову хворобу. Психотерапія хворих на виразкову хворобу. Неспецифічний виразковий коліт.

Тема 2.3. Психосоматика серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи

Психологічна сутність серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи (за Ф. Александером, Н. Пезешкіаном, І.Г. Малкіною-Пих, Р. Дальке – Т. Детлефсоном. Гіпертонія: визначення, загальна характеристика. Фактори виникнення: нейрогенні та психогенні. Гіпертонія та прихована агресія. Психодинамічне пояснення формування гіпертонії.

Психологічні особливості хворих на гіпертиреоз. Сахарний Діабет. Психологічні особливості хворих на цукровий діабет. Роль «сімейних» чинників у виникненні цукрового діабету.

Тема 2.4. Онкологічні захворювання.

Психологічна сутність хвороб системонкологічних захворювань (за Ф. Александером, Н. Пезешкіаном, І.Г. Малкіною-Пих, Р. Дальке – Т. Детлефсоном. Причини психічних порушень при онкологічних захворюваннях. Особливості спілкування з онкологічним хворим на різних стадіях захворювання. Вплив настрою хворого на перебіг і результат захворювання. Значення психотерапії в лікуванні онкологічних хворих. Основи ведення хворого, що носять психотерапевтичний характер: підтримка, допомога і стимуляція.

Тема 2.5. Особливості дитячої психосоматики.

Загальні питання. Передумови психосоматичних розладів у дітей. Фактори ризику виникнення психосоматичних розладів у дітей та підлітків: класифікація психосоматичних розладів у дітей. Клінічні прояви психосоматичних розладів у дітей та підлітків. Психопатологічні прояви соматизованої депресії у дітей.

Розлади ритму сну і неспання. Етіологія розладів сну. Психосоматичні розлади діяльності серцево-судинної системи і Псевдоревматичні розлади. Аритмії і кардіофобія.

Психотерапія психосоматичних розладів у дітей та підлітків. Профілактика психосоматичних розладів у дітей та підлітків.

Назви розділів і тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	Усього го	у тому числі				Усього го	у тому числі			
		Лекції	Практ.	Самост.	консул		Лекції	Практ.	Самост.	консул
Розділ I. Загальна психосоматика										
Тема 1.1 Виникнення і	12	2	4	6		13	1	1	11	

розвиток психосоматики Психосоматика як область клінічної психології										
Тема 1.2. Діагностика психосоматичних розладів	11	2	2	7		11			11	
Тема 1.3. Теоретичні засади психотехнологій саморегуляції тілесного (за методикою Т.Б.Хомуленко «ПАВА»)	12	2	4	6		12	1		11	
Тема 1.4. Невроз і стрес у формуванні психосоматичних розладів. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади	15	4	4	7		13	1	1	11	
Тема 1.5. Психологія соматичного хворого. Внутрішня картина хвороби.	11	2	2	7		11		0	11	
Розділ 2. Приватна психосоматика										
Тема 2.1. Психосоматика	12	2	4	6		12	1	1	11	

харчової поведінки.										
Тема 2.2 Роль психологічних факторів у формуванні шлунково-кишкових захворювань	10	2	2	6		13	1	1	11	
Тема 2.3 Психосоматика серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи.	13	2	4	7		12	1	0	11	
Тема 2.4. Онкологічні захворювання.	11	2	2	6		10	0		10	
Тема 2.5. Особливості дитячої психосоматики.	13	2	4	6	2	11		1	10	2
<i>Усього годин</i>	120	22	32	64	2	120	6	4	108	2

Теми лекційних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1.1 Виникнення і розвиток психосоматики Психосоматика як область клінічної психології	2	1
2	Тема 1.2. Діагностика психосоматичних розладів	2	
3	Тема 1. 3. Теоретичні засади психотехнологій саморегуляції тілесного (за методикою Т.Б.Хомуленко «ПАВА»)	2	1
4	Тема 1. 4. Невроз і стрес у формуванні психосоматичних розладів. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади	4	1
5	Тема 1.5. Психологія соматичного хворого. Внутрішня картина хвороби.	2	
6	Тема 2.1. Психосоматика харчової поведінки.	2	1
7	Тема 2.2 Роль психологічних факторів у формуванні шлунково-кишкових захворювань	2	1
8	Тема 2.3 Психосоматика серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи.	2	1
9	Тема 2.4. Онкологічні захворювання.	2	0
10	Тема 2.5. Особливості дитячої психосоматики..	2	

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1.1 Виникнення і розвиток психосоматики Психосоматика як область клінічної психології	4	1
2	Тема 1.2. Діагностика психосоматичних розладів	2	
3	Тема 1. 3. Теоретичні засади психотехнологій саморегуляції тілесного (за методикою Т.Б.Хомуленко «ПАВА»)	4	
4	Тема 1. 4. Невроз і стрес у формуванні психосоматичних розладів. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади	4	1
5	Тема 1.5. Психологія соматичного хворого.	2	0

	Внутрішня картина хвороби.		
6	Тема 2.1. Психосоматика харчової поведінки.	4	1
7	Тема 2.2 Роль психологічних факторів у формуванні шлунково-кишкових захворювань	2	1
8	Тема 2.3 Психосоматика серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи.	4	0
9	Тема 2.4. Онкологічні захворювання.	2	
10	Тема 2.5. Особливості дитячої психосоматики.	4	1

Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1.1 Виникнення і розвиток психосоматики Психосоматика як область клінічної психології	6	11
2	Тема 1.2. Діагностика психосоматичних розладів	7	11
3	Тема 1.3. Теоретичні засади психотехнологій саморегуляції тілесного (за методикою Т.Б.Хомуленко «ПАВА»)	6	11
4	Тема 1.4. Невроз і стрес у формуванні психосоматичних розладів. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади	7	11
5	Тема 1.5. Психологія соматичного хворого. Внутрішня картина хвороби.	7	11
6	Тема 2.1. Психосоматика харчової поведінки.	6	11
7	Тема 2.2 Роль психологічних факторів у формуванні шлунково-кишкових захворювань	6	11
8	Тема 2.3 Психосоматика серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи.	7	11
9	Тема 2.4. Онкологічні захворювання.	6	10
10	Тема 2.5. Особливості дитячої психосоматики..	6	10

Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Исаев Д. Н. Эмоциональный стресс. Психосоматические и соматопсихические расстройства у детей / Д. Н. Исаев. – СПб.: Речь, – 2005. – 400 с.
2. Кулаков С.А. Основы психосоматики /С.А.Кулаков. – СПб.: Речь, 2003. – 288 с.
3. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика: Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2005. – 992 с.
4. Менделевич В.Д. Неврология и психосоматическая медицина. Монография / В.Д. Менделевич, С.Л. Соловьева. – М.: МЕДпресс-информ, 2002. – 608 с.
5. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Носрат Пезешкиан. – М.: Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
6. Сандромирский М.Е. Психосоматика и телесная психотерапия / Марк Сандромирский. – М.: Класс, 2005. – 592с.
7. Старшенбаум Г.В. Психосоматика и психотерапия: Исцеление души и тела / Г.В. Старшенбаум. – М.: Инст. Психотерапии, 2005. – 496 с.
8. Хомуленко Т.Б. Психосоматика : культурно-історичний підхід / Т. Б. Хомуленко та ін. – Харків : Діса плюс, 2015. – 264 с.

Допоміжна

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение. /Ф. Александер. – пер. с англ. С. Могилевского. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 352 с. (Серия «Психология без границ»).
2. Аммон Г. Психосоматическая терапия / Г.Аммон. – СПб. : Речь, 2000. – 238 с.
3. Вітенко І.С. Сімейна медицина: психологічні аспекти діагностики, профілактики і лікування хворих / І.С. Вітенко, О.С.Чабан, О.О. Бусло. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2002. – 187 с. Квасенко А.В. Психология больного / Квасенко А.В., Зубарев Ю.Т. – Л. : Медицина, 1980. – 184 с.
4. Клиническая психология / под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб. : Питер, 2006. – 960 с.
5. Менделевич В.Д. Неврология и психосоматическая медицина. Монография / В.Д. Менделевич, С.Л. Соловьева. – М.: МЕДпресс-информ, 2002. – 608 с.
6. МКБ-10: Классификация психических и поведенческих расстройств. Исследовательские диагностические критерии. Женева, 1994, –208 с.

7. МКБ-10: Международная классификация болезней (10-й пересмотр). Классификация психических и поведенческих расстройств., С.Пб., 1994, - 300 с.;
8. Основи загальної і медичної психології / За ред. І.С. Вітенко, О.С.Чабана. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2003. – 344с.
9. Свободное тело / (Хрестоматия по телесноориентированной терапии и психотехники) сост. Баскаков В.Ю., 2001. – 220с.
- 10.Собчик Л.Н. Психодиагностика в медицине / Л.Н.Собчик. – М.: Боргес, 2007. – 416 с.
- 11.Хомуленко Т.Б. Психотехнології саморегуляції тілесного / Т. Б. Хомуленко.. – Харків : Диска плюс, 2017. – 44 с.
- 12.Хрестоматия по телесноориентированной терапии и психотехники/ ред. сост. В.Ю. Баскаков. – М.: Смысл, 1997. – 158 с.
- 13.Ялом И. Мамочка и смысл жизни. Психотерапевтические истории. М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 288 с.
- 14.Ялом И.Д. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы / Ирвинг Ялом. – М.: Класс, 1997. – 288 с.

Інформаційні ресурси

Перелік фільмів

<https://cameralabs.org/10225-30-filmov-o-depressii>

http://www.koob.ru/medical_psychology/.....

<http://psy-clinic.info/index.php/knigi>

**Інструменти, обладнання та програмне забезпечення,
використання яких передбачає навчальна дисципліна (за
потребою)**

1. Нормативні документи МОН України
2. Аудіо наочність
3. Відео наочність
4. Використання елементів дистанційної освіти.
5. Залучення інтернет-ресурсів *Zoom, Moodle, Viber, Telegram, email.*