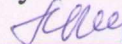


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан соціально-гуманітарного факультету


 Оксана ГОМОТЮК

« _____ » 2022р.



ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший проректор

 Микола ШИНКАРИК

« _____ » 2022 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА

з дисципліни «Психосоматика»

ступінь вищої освіти – молодший бакалавр

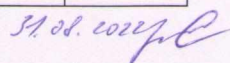
галузь знань 05 – «Соціальні та поведінкові науки»

спеціальність 053 – Психологія

освітньо-професійна програма – Психологія

кафедра психології та соціальної роботи

Форма навчання	Курс	Семестр	Лекції (год)	Практ. (семін.) (год)	ІРС (год)	Тренінг (год)	Самостійна робота студ. (год)	Разом (год)	Залік (сем.)
Денна	II	III	28	28	3	4	87	150	III



Тернопіль – ЗУНУ, 2022

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми підготовки молодшого бакалавра галузі знань 05 – «Соціальні та поведінкові науки», спеціальності 053 – «Психологія», затвердженої Вченою радою ЗУНУ (протокол № 9 від «26» травня 2021 р.).

Робочу програму склала доцент кафедри психології та соціальної роботи, к. психол. н., доцент **Бригадир Марія Богданівна**

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології та соціальної роботи протокол № 1 від 26 серпня 2022 р.

Завідувач кафедри психології та соціальної роботи, д.психол.н., доцент

Андрій ГІРНЯК

Розглянуто та схвалено групою забезпечення спеціальності «Психологія», протокол № 1 від «26» серпня 2022 р.

Керівник групи забезпечення спеціальності д.психол.н., професор

Анатолій ФУРМАН

СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ “ПСИХОСОМАТИКА”

1. Опис дисципліни „Психосоматика”

Дисципліна “Психосоматика”	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів ECTS – 5	Галузь знань 05 – “Соціальні та поведінкові науки”	Статус дисципліни вибіркова Мова навчання українська
Кількість залікових модулів – 3	Спеціальність 053 –“ Психологія”	Рік підготовки – 2 курс Семестр – 3
Кількість змістових модулів – 3	Ступінь вищої освіти – молодший бакалавр	Лекції – 28 год Практичні заняття – 28 год
Загальна кількість годин – 150		Самостійна робота – 91 година Індивідуальна робота – 3 год
Тижневих годин: 3 семестр – 10,7 год, з них аудиторних – 4,2 год		Вид підсумкового контролю – залік

2. Мета і завдання вивчення дисципліни “Психосоматика”

2.1. Мета вивчення дисципліни

Мета дисципліни полягає: - формування у студентів наукового світогляду та переконань, які б сприяли системному підходу в діяльності щодо аналізу психологічних процесів, явищ та індивідуально-психічних властивостей людини. . Вивчення даного курсу передбачає розширення та поглиблення знань студентів про специфіку роботи практичного психолога різноманітного спрямування.

2.2. Завдання вивчення дисципліни:

- формування здатності орієнтуватися в сучасних вітчизняних та зарубіжних концепціях
- вивчення формування психосоматичних явищ в процесі індивідуального розвитку під
- вивчення психологічних механізмів утворення симптомів при психосоматичних
- оволодіння вміннями адекватно оцінювати і компетентно вирішувати основні проблеми
- вивчення теоретичних основ надання психологічної допомоги та освоєння навичок психосоматичної медицини на основі накопичених масивів знань; впливу соціальних, культуральних та інших факторів в нормі і патології, розладах і роль особистісних чинників у цьому процесі; психосоматичної медицини; роботи практичного психолога в психосоматичній клініці, дозволяють професійно брати участь у практичній прикладній діяльності;
- вивчення науково-теоретичних основ роботи практичного психолога;
- ознайомлення з основним інструментарієм психологічної роботи (методами,
- ознайомлення з сучасними науковими концепціями побудови психологічної допомоги
- формування професійної позиції майбутніх практичних психологів за допомогою
- підготовка студентів до творчої самостійної роботи практичним психологом .

2.4. Передумови для вивчення дисципліни.

Перелік дисциплін, які мають бути вивчені раніше: загальна психологія, психофізіологія.

3. Програма навчальної дисципліни: “ Психосоматика ”

Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади психосоматики

Тема 1. Загальна характеристика психосоматики

Психосоматика. Визначення поняття. Історія виникнення. Психосоматичні теорії і моделі. Сучасні уявлення про психосоматичні захворювання. Роль Ф.Александера, Ф.Данбар, А.Маслоу. Поняття алексітимії. Стратегії поведінки при стресі. Копінг-поведінка, типи і стратегії. Стилi поведінки.

Література [1,3, 4, 8, 9, 10]

Тема 2. Моделі виникнення психосоматичних розладів

Джерела емоційно обумовлених (психосоматичних) захворювань. Розподіл психосоматичних хворих при виборі тактики терапії. Внутрішня картина хвороби. Типи емоційного відношення хворих до своєї хвороби. Нозогенії (психогенні реакції) при психосоматичних захворюваннях. Класифікації та клінічна картина різних варіантів нозогеній.

Література [5,7,11]

Змістовий модуль 2. Різновиди психосоматичних порушень

Тема 3. Психосоматичні порушення харчової поведінки та захворювання шлунково-кишкового тракту

Виразка шлунку і дванадцятипалої кишки, закріплення та емоційні діарея, „синдром дратівливої кишки”, виразковий коліт і хвороба Крона, порушення ковтання. Особливості особистості та психотерапії при цих стражданнях. Нервова анорексія і булімія, ожиріння. Психосоматичні особливості. Методи психотерапевтичної роботи.

Література [2, 6, 11]

Тема 4. Психосоматика органів дихання, серцево-судинної та опорно-рухової системи

Бронхіальна астма. Картина особистості. Психотерапія. Синдром гіпервентіляції. Картина особистості і варіанти психотерапії. Есенціальна гіпертонія, ішемічна хвороба серця, кардіофобічний невроз і порушення серцевого ритму. Картина особистості при захворюваннях серцево-судинної системи та особливості психотерапії при цих психосоматичних порушеннях. Ревматичні порушення м'яких тканин, остеохондроз і ревматоїдний артрит. Картина особистості і психотерапія при захворюваннях опорно-рухової системи.

Література [2, 6, 11]

Тема 5. Психосоматика ендокринної системи, захворювань шкіри та онкології

Хвороби ендокринної системи: гіпотиреоз, гіпертиреоз, цукровий діабет. Картина особистості. Види і методики психотерапії, що використовуються в роботі з цими пацієнтами. Картина особистості при захворюваннях шкіри. Психотерапія. Особливості психосоматичних порушень при онкологічних захворюваннях. Тактика психотерапії та методи при роботі з цими пацієнтами.

Література [2, 6, 11]

Тема 6. Психовегетативний синдром, психосоматичні аспекти депресії, інфекційних захворювань та головного болю

Картина особистості при психовегетативних синдромах. Психотерапевтичні методи корекції цих порушень. Психосоматичні аспекти депресивних розладів. Картина особистості та особливості психотерапевтичної роботи с цією групою пацієнтів. Головна біль напруги та мігрень. Особливості особливості та методи психотерапії, що застосовуються при головній болі. . Психосоматичні аспекти інфекційних захворювань: простуда, простий герпес, ангіна, туберкульоз. Психотерапевтичні методи роботи при даної патології.

Література [2, 6, 11]

Змістовий модуль 3. Психотерапія психосоматичних клієнтів

Тема 7. Діагностика психосоматичних захворювань

Діагностична бесіда. Алгоритм проведення. Психологічні тести в психосоматичній практиці. Торонтська алексітимична шкала. Проективні методики. Особистісні опитувальники. Тести для виявлення різних форм психічних розладів (тривожних, депресивних та інших).

Література [2, 6, 11]

Тема 8. Психотерапія психосоматичних хворих

Загальні питання психотерапії в психосоматиці. Основні принципи психотерапії при психосоматичних захворюваннях. Психологія хворого. Загальні особливості терапевтичного підходу до психосоматичного хворого.

Література [2, 6, 11]

4. Структура залікового кредиту з дисципліни “ Психосоматика”

денна форма навчання

ТЕМИ	Кількість годин				
	лекції	Практич ні	Самостійна робота	Індивіду- альна робота	Контроль- ні заходи
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади психосоматики					
Тема 1. Загальна характеристика психосоматики	4	4	12	1	
Тема 2. Моделі виникнення психосоматичних розладів	4	4	12	-	
Змістовий модуль 2. Різновиди психосоматичних порушень					
Тема 3. Психосоматичні порушення харчової поведінки та захворювання шлунково-кишкового тракту	4	4	12	1	
Тема 4. Психосоматика органів дихання, серцево-судинної та опонорухової системи	2	2	10	-	М1 (тестування)
Тема 5. Психосоматика ендокринної системи, захворювань шкіри та онкології	4	4	10	-	
Тема 6. Психовегетативний синдром, психосоматичні аспекти депресії, інфекційних захворювань та головного болю	2	2	10	-	
Змістовий модуль 3. Психотерапія психосоматичних клієнтів					
Тема 7. Діагностика психосоматичних захворювань	4	4	10	1	
Тема 8. Психотерапія психосоматичних хворих	4	4	11	-	2 (РКР)
Разом	28	28	87	3	

5. Тематика практичних занять.

Практичне заняття № 1-2

Тема. Загальна характеристика психосоматики

Мета. Дослідити передумови появи психосоматики як науки та напрямку практикування.

План проведення заняття:

1. Психосоматика. Визначення поняття.
2. Історія виникнення психосоматики.
3. Психосоматичні теорії і моделі.
4. Сучасні уявлення про психосоматичні захворювання.

Рекомендована література [1,3, 4, 8, 9, 10]

Практичне заняття № 3-4

Тема. Моделі виникнення психосоматичних розладів

Мета. Ознайомитись із моделями виникнення психосоматичних розладів.

План проведення заняття:

1. Джерела емоційно обумовлених (психосоматичних) захворювань.
2. Розподіл психосоматичних хворих при виборі тактики терапії.
3. Внутрішня картина хвороби.
3. Типи емоційного відношення хворих до своєї хвороби.
4. Нозогенії (психогенні реакції) при психосоматичних захворюваннях.
5. Класифікації та клінічна картина різних варіантів нозогеній.

Рекомендована література [5,7,11]

Практичне заняття № 5-6.

Тема. Психосоматичні порушення харчової поведінки та захворювання шлунково-кишкового тракту

Мета. Дослідити особливості появи психосоматичних порушень при діагностуванні РХП.

План проведення заняття:

1. Виразка шлунку і дванадцятипалої кишки, закріплення та емоційні діарея, „синдром дратівливої кишки”, виразковий коліт і хвороба Крона, порушення ковтання.
2. Особливості особистості та психотерапії при захворюваннях кишково-шлункового тракту.
3. Нервова анорексія і булімія, ожиріння. Психосоматичні особливості.

Рекомендована література [2, 6, 11]

Практичне заняття № 7

Тема. Психосоматика органів дихання, серцево-судинної та опорно-рухової системи

Мета. Дослідити особливості появи психосоматичних порушень при діагностуванні захворювань органів дихання, серцево-судинної системи та опорно-рухового апарату.

План проведення заняття:

1. Бронхіальна астма. Картина особистості. Психотерапія.
2. Синдром гіпервентиляції. Картина особистості і варіанти психотерапії.
3. Есенціальна гіпертонія, ішемічна хвороба серця, кардіофобічний невроз і порушення серцевого ритму.
4. Картина особистості при захворюваннях серцево-судинної системи та особливості психотерапії при цих психосоматичних порушеннях.
5. Ревматичні порушення м'яких тканин, остеохондроз і ревматоїдний артрит.
6. Картина особистості і психотерапія при захворюваннях опорно-рухової системи.

Рекомендована література [2, 6, 11]

Практичне заняття № 8-9.

Тема. Психосоматика ендокринної системи, захворювань шкіри та онкології

Мета. Дослідити особливості появи психосоматичних порушень при діагностуванні захворювань шкіри, ендокринної системи та онкології.

План проведення заняття:

1. Хвороби ендокринної системі: гіпотиреоз, гіпертиреоз, цукровий діабет. Картина особистості.
2. Види і методики психотерапії, що використовуються в роботі з цими пацієнтами.
3. Картина особистості при захворюваннях шкіри. Психотерапія.
4. Особливості психосоматичних порушень при онкологічних захворюваннях. Тактика психотерапії та методи при роботі з цими пацієнтами.

Рекомендована література [2, 6, 11]

Практичне заняття № 10.

Тема. Психовегетативний синдром, психосоматичні аспекти депресії, інфекційних захворювань та головного болю

Мета. Дослідити особливості появи психосоматичних порушень при діагностуванні психовегетативного синдрому, депресії, інфекційних захворювань, головного болю.

План проведення заняття:

1. Картина особистості при психовегетативних синдромах.
 2. Психотерапевтичні методи корекції цих порушень.
 3. Психосоматичні аспекти депресивних розладів.
 4. Головна біль напруги та мігрень. Особистості особливості та методи психотерапії, що застосовуються при головної болі. .
 5. Психосоматичні аспекти інфекційних захворювань: простуда, простій герпес, ангіна, туберкульоз. Психотерапевтичні методи роботи при даної патології.
- Рекомендована література [2, 6, 11]

Практичне заняття № 11-12

Тема. Діагностика психосоматичних захворювань

Мета. Оволодіти навичками діагностики психосоматичних захворювань

План проведення заняття:

1. Діагностична бесіда. Алгоритм проведення.
 2. Психологічні тести в психосоматичній практиці.
 3. Торонтська алексітимична шкала.
 4. Проективні методики.
 5. Особистісні опитувальники.
 6. Тести для виявлення різних форм психічних розладів (тривожних, депресивних та інші).
- Рекомендована література [2, 6, 11]

Практичне заняття № 13-14.

Тема. Психотерапія психосоматичних хворих

Мета. Ознайомитись із особливостями психотерапії психосоматичних розладів.

План проведення заняття:

1. Загальні питання психотерапії в психосоматиці.
 2. Основні принципи психотерапії при психосоматичних захворюваннях.
 3. Психологія хворого.
 4. Загальні особливості терапевтичного підходу до психосоматичного хворого.
- Рекомендована література [2, 6, 11]

6. Комплексне практичне індивідуальне завдання

Перелік тем КПЗ
з дисципліни “ Психосоматика”

1. Психопатологічні прояви соматизованої депресії.
2. Психопатологічні аспекти астенії.
3. Функціональні розлади діяльності серця. Психосоматична судинна дістонія.
4. Психогенні розлади дихання. Бронхіальна астма.
5. Абдомінальні прояви депресивних станів.
6. Психоневрологічні розлади.
7. Психогенний псевдоревматизм. Психосоматичні шкіряні захворювання.
8. Психогенні сексуальні розлади.
9. Механізми психосоматичних взаємовпливів.
10. Психосоматичні реакції та психосоматичні захворювання.
11. Патогенетичні механізми психосоматичних захворювань.
12. Діапазон варіантів усвідомлення хвороби.
13. Реакція особистості на соматичне захворювання.
14. Нейродинамічні концепції виникнення психосоматичних розладів.
15. Психодинамічні концепції виникнення психосоматичних розладів.
16. Системно-теоретична і соціо-психосоматична концепції.

17. Теорія П.К.Анохіна про вплив емоційної нестабільності на соматичні розлади.
18. Характерологічні зрушення при психосоматичних розладах.
19. Психологічні прояви соматизованої депресії.
20. Маски соматизованої депресії.
21. Прояву психосоматичної бронхіальної астми.
22. Психогенне захворювання шлунку.
23. Психогенна анорексія і булімія.
24. Психогенні розлади сечової системи.
25. Психогенні шкіряні розлади.
26. Психотерапія як один з основних методів лікування психосоматичних розладів.
27. Психодіагностичні методики в психосоматичній практиці.
КПЗ виконується у формі аналізу та інтерпретації літературних джерел, методами тестування власних професійних здібностей.

7. Самостійна робота студентів

№ з/п	Назва теми та зміст самостійної роботи	Денна форма
1	Основні концепції психосоматичних розладів.	8
2	Хвороба як конфлікт – психоаналітична концепція психосоматики.	8
3	Конверсійна модель психосоматичних розладів	8
4	Теорія ре- та десоматизації Шура.	8
5	Психосоматична концепція Енгель.	8
6	Реакція особистості на соматичне захворювання.	8
7	Психосоматична концепція Мічерліх	8
8	Теорія специфічного для хвороби психодинамічного конфлікту Александер.	6
9	Алекситимія та психосоматична структура.	6
10	Здійснити порівняльний аналіз основних концепцій психосоматичних розладів.	6
11	Механізми психологічного захисту і психосоматичні розлади	6
12	Анамнез життя як метод психосоматичної діагностики. Психологічні тести в психосоматичній практиці.	7
Разом		87

8. Організація та проведення тренінгу – 4 год

Проведення тренінгу (4 год.)

Тема тренінгу: „Профілактика та попередження психосоматичних проявів”.

Заняття 1 (2 год.). Вступне слово викладача про актуалізацію тематики

Мета заняття 1: Знайомство учасників групи з методиками та техніками профілактики психосоматичних розладів

Заняття 2 (2 год.). Попередження соматизації психоемоційних переживань

Мета заняття 2: Вироблення навичок подолання негативних проявів психоемоційного напруження.

Структура тренінгу

Частина тренінгу	Завдання тренінгу	Вправи	Тривалість
Вступна	Створити сприятливий психологічний простір. Засвоїти правила роботи групи. Налагодження зворотного зв'язку “студент-група” і “група-студент”.	Знайомство. Правила. Розминка. Очікування. Вправи на рефлексію.	До 15 хв.
Основна	Оцінка рівня поінформованості щодо проблеми. Актуалізація проблеми та конкретних завдань для її вирішення. Надання інформації. Засвоєння знань.	Інтерактивні техніки.	Різниця між вступною і заключною частинами.

	Формування умінь, навичок. Підведення підсумків щодо змісту роботи.	Вправи на оцінку групових процесів, стану групи.	
Заключна	Підведення підсумків щодо процесу роботи. Оцінка отриманого досвіду. Налаштування учасників на атмосферу звичайного життя.	Вправи на рефлексію та відновлення сил учасників. Прощання.	До 15 хв.

9. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

У процесі вивчення дисципліни “Психосоматика” використовуються наступні методи оцінювання навчальної роботи студентів:

- поточне тестування та опитування;
- підсумкове тестування по кожному змістовому модулю;
- оцінювання виконання КПЗ;
- ректорська контрольна робота.

10. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни “Психосоматика” визначається як середньозважена величина, в залежності від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

(%)

Модуль 1 (підсумкове тестування)	Модуль 2 (ректорська контрольна робота)	Модуль 3 (підсумкова оцінка за КПЗ)	Разом
30	40	30	100
7 тиждень	14 тиждень	16 тиждень	
1. Усне опитування на заняттях (максимальна оцінка за тему 10). 2. Письмова контрольна робота (1-4 теми) – макс 60 балів	1. Усне опитування на заняттях (максимальна оцінка за тему 5). 2. Письмова контрольна робота (1-8 теми) – макс 60 балів	1. Написання КПЗ (вибір теми, опрацювання літературних джерел, написання роботи) – 70 балів. 2. Захист КПЗ – 30 балів	

Шкала оцінювання:

За шкалою Університету	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90–100	відмінно	A (відмінно)
85–89	Добре	B (дуже добре)
75–84		C (добре)
65–74	задовільно	D (задовільно)
60–64		E (достатньо)
35–59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)

1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)
------	--	--

11. Перелік наочних матеріалів та методичних вказівок

№	Найменування	Номер теми
1.	Лекції (Електронний варіант)	1-8
2.	Електронний варіант завдань до проведення практичних занять (Електронний варіант)	1-8
3	Глосарій (Електронний варіант)	1-8
4	Методичні вказівки до виконання КПЗ (Електронний варіант)	1-8
5	Програмне забезпечення Microsoft Power Point, AIMP, Moodle	1-8
6	Технічне забезпечення: ноутбук, проектор	1-8

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Бригадир М. Використання арт-терапії у відновленні та збереженні психічного здоров'я особистості. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*. Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції. Львів, 2018. С. 9-11.
2. Бригадир М. Б. Використання потенціалу парадигми салютогенезу для підтримки психічного здоров'я клієнтів в період пандемії. *Позитивна психотерапія у крос-культурному світі: реальність, завдання, можливості*: Збірник матеріалів X Міжнародної дистанційної науково-практичної конференції з позитивної транскультуральної психотерапії Н. Пезешкіана (14 червня 2020 року). Дніпро, 2020. С. 78-83.
3. Бригадир М. Пандемія: шляхи досягнення, розуміння та способи подолання (соціально-психологічний аспект). *Лікарська таємниця в умовах пандемії: законодавчі, правозастосовчі, соціальні та психологічні аспекти*. Збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної он-лайн конференції. (Тернопіль 15 травня 2020р), Тернопіль: ТНЕУ, 2020. С. 19-22.
4. Бригадир М., Бамбурак Н. Особливості соціально-психологічної реабілітація ветеранів війни та членів їх сімей (прикладний аспект). *Габітус*. 2022. № 39. С. 262-267.
5. Кочарян О. Основи психосоматики: навч. посіб. / О. С. Кочарян, В. А. Федосєєв, Н. І. Завгородня; Нац. аерокосм. ун-т ім. М. Є. Жуковського "Харків. авіац. ін-т" . Харків: ХАІ, 2017. 111 с.
6. Пфайфер С. Психосоматика. Як ми можемо розуміти мову тіла? /з нім. мови пер. Ірина Давиденко. Львів : Свічадо, 2018. 55 с.
7. Хомуленко Т. Б. Основи психосоматики: навч.-метод. посіб. Вінниця: Нова Книга, 2009. 120 с.
8. Kurt Ackerman & Andrea Dimartini. Psychosomatic Medicine. Oxford University Press, 2015. 488 p.
9. Kyung Bong Koh. Stress and Somatic Symptoms Biopsychosociospiritual Perspectives. Cham, Switzerland: Springer, 2018. 337 p.

10. Luigi Grassi, Michelle B. Riba, Thomas Wise. *Person Centered Approach to Recovery in Medicine Insights from Psychosomatic Medicine and Consultation-Liaison Psychiatry*. Cham, Switzerland: Springer, 2019. 651 p.
11. *The American Psychiatric Publishing textbook of psychosomatic medicine* / edited by James L. Levenson, American Psychiatric Publishing, 2018. 1115 p.