

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Психосоматика: теорія та практика


Освітній рівень II (магістерського) рівня вищої освіти
(назва рівня вищої освіти)

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

Спеціальність 053 «Психологія»
(код й найменування спеціальності)

Освітня програма Психологія забезпечення ментального здоров'я

Розробник: Світлана ПОЛШКОВА, доктор медичних наук



(підпис)

Робоча програма затверджена
на засіданні кафедри

клінічної психології

протокол № 10 від 23 червня 2025 року

Завідувач кафедри


(підпис)

Ірина ЛИСЕНКО
(ім'я та прізвище)

Схвалено гарантом освітньої програми Психологія забезпечення ментального здоров'я

Гарант ОП



(підпис)

Тетяна РЯХОВСЬКА
(ім'я та прізвище)

Розглянуто на засіданні Ради якості вищої освіти
протокол № 5 від 30 червня

2025 року

Голова РЯВО


(підпис)

Наталія ЗАВ'ЯЗКИНА
(ім'я та прізвище)

ВСТУП

Робоча програма освітнього компонента «Психосоматика: теорія та практика» розроблена на основі Методичних рекомендацій до розроблення і оформлення робочої програми освітнього компонента, затвердженої Вченою Радою Київського інституту сучасної психології та психотерапії від 22 лютого 2024 року, протокол №7.

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робочу програму освітнього компонента «Психосоматика: теорія і практика» складено відповідно до освітньо-професійної програми «Психологія забезпечення ментального здоров'я» другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія.

Статус освітнього компонента – обов'язковий.

Обсяг освітнього компонента – 4 кредити ECTS.

Семестровий контроль – екзамен

Мета та завдання освітнього компонента

Курс «Психосоматика: теорія і практика» має на меті вивчення теорії, принципів, інструментів оцінювання і вимірювання індивідуально-психологічних особливостей людини.

Метою освітнього компонента є: формування професійних компетентностей для діагностики та лікування психосоматичних розладів, що поєднують теоретичні знання та практичні навички психологічного консультування.

Завданнями освітнього компонента є:

- Сформувати системне розуміння теоретичних основ діагностики та лікування психосоматичних розладів, а також психосоматичний підхід до бачення клієнта в цілому;
- Навчити застосовувати методи діагностики психосоматичних розладів та добирати адекватні техніки психологічної допомоги клієнтам;
- Сформувати розуміння та навчити дотримуватися етичних стандартів у практиці психологічного консультування.

Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітнього компонента

Код	Зміст компетентності
Інтегральна компетентність	
ІК	Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.
Загальні компетентності	

ЗК1. ЗК4. ЗК5. ЗК6. ЗК7.	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
Фахові компетентності	
СК3. СК4. СК5. СК6. СК7. СК8. СК9. СК11.	Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями. Здатність удосконалювати програми щодо профілактики та підвищення ментального здоров'я та психологічного благополуччя різних верств населення.

Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітнього компонента

Код	Програмні результати
ПР1	Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
ПР5	Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
ПР6	Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.
ПР7	Доступно і аргументовано представляти результати досліджень у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.
ПР8	Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.
ПР9	Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
ПР10	Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.
ПР11	Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.
ПР13	Оцінювати ступні складності завдань на перших етапах надання психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях.

2. ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Структура освітнього компонента

№ теми	Назва розділів і тем	Кількість годин					
		Всього	Аудит.	у тому числі			
				Лекції	Прак.	Прак. Конт.	С.р.
1	Введення в психосматику. Психосоматичні теорії та моделі	12	3	3			9
2	Класифікація психосоматичних розладів	11	2	2			9
3	Діагностика ПСР	16	6	2	2	2	10
4	Основні психосоматози. Есенціальна гіпертонія. Виразкова хвороба 12-ПК та шлунка.	12	2	2			10
5	Основні психосоматози. Бронхіальна астма. Цукровий діабет.	11,5	1,5	1,5			10
6	Основні психосоматози. Нейродерміт. Ревматоїдний артрит. Виразковий неспецифічний коліт	14,5	4,5	1,5	3		10
7	Хвороби ендокринної системи: гіпотиреоз, гіпертиреоз. Хвороби шлунково-кишкового тракту. Харчова поведінка	11	1	1			10
8	Шкірні захворювання. Кропив'янка. Психосоматичні захворювання, пов'язані з порушенням репродуктивної функції	13	3	1	2		10
9	Онкопсихосоматика. Особливості психосоматики в дитячому віці	19	9	4	3	2	10
Всього годин		120	32	18	10	4	88

Зміст освітнього компонента

Лекція 1. Введення в психосматику. Психосоматичні теорії та моделі. Поняття „психосоматика”. Історія виникнення. Психосоматичні теорії та моделі. Сучасні уявлення про психосоматичні захворювання. Внесок Ф. Александера, Ф. Данбар, А. Маслоу та ін у розвиток теорії. Алекситимія. *Література [2,4]*

Лекція 2. Класифікація психосоматичних розладів. 8 джерел ПСР. Патогенез. Стратегії поведінки в умовах стресу. Копінг-поведінка. *Література [1,2,8,13]*

Лекція 3. Діагностика ПСР. Діагностичне інтерв'ю. Збір анамнезу. Використання діагностичних шкал Література [1-13]

Лекція 4. Основні психосоматози. Есенціальна гіпертонія. Виразкова хвороба 12-ПК та шлунка. Поняття неврозів і пограничних розладів. Особистісні значення хвороби. Основні психосоматози. Есенціальна гіпертонія. Виразкова хвороба 12-ПК та шлунка. Література [1-13]

Лекція 5. Основні психосоматози. Бронхіальна астма. Цукровий діабет. Література [1-13]

Лекція 6. Основні психосоматози. Нейродерміт. Ревматоїдний артрит. Виразковий неспецифічний коліт. Література [1-13]

Лекція 7. Хвороби ендокринної системи: гіпотиреоз, гіпертиреоз. Хвороби шлунково-кишкового тракту. Харчова поведінка. Література [1-13]

Лекція 8. Шкірні захворювання. Кропив'янка. Психосоматичні захворювання, пов'язані з порушенням репродуктивної функції. Література [1-12]

Лекція 9. Онкопсихосоматика. Особливості психосоматики в дитячому віці. Література [1,4,11,13]

Теми практичних, контактних практичних (семінарських) занять освітнього компонента

№ з/п	Назва теми	Кількість годин практичних	Кількість годин практичних контактних
1	<p>Теми 1-3. Введення в психосоматику. Психосоматичні теорії та моделі. Класифікація психосоматичних розладів. Діагностика ПСР.</p> <p>1. Детально ознайомтесь з лекціями та презентаціями до Тем 1, 2 та 3. Введення в психосоматику. Психосоматичні теорії та моделі. Класифікація психосоматичних розладів. Діагностика ПСР.</p> <p>Опрацюйте рекомендовану літературу до тем, оберіть один із основних психосоматозів і опишіть основні критерії діагностики, особливості особистості, характерні для даного психосоматозу.</p> <p>Уявіть себе в ролі психолога-консультанта. Визначте складні «місця» при проведенні інтерв'ю</p> <p>На занятті ми будемо розбирати особливості діагностики ПСР.</p> <p>Методичні рекомендації до підготовки:</p> <p>1. Ознайомтесь з літературою до курсу</p>	2	2

	2. Обов'язково відвідайте заняття і проявляйте свою активність		
2	Теми 4-6. Основні психосоматози. Есенціальна гіпертонія. Виразкова хвороба 12-ПК та шлунка. Бронхіальна астма. Цукровий діабет. Нейродерміт. Ревматоїдний артрит. Виразковий неспецифічний коліт.		
	1. Детально ознайомтесь з лекціями та презентаціями до Тем 4, 5 та 6. «Основні психосоматози. Есенціальна гіпертонія. Виразкова хвороба 12-ПК та шлунка», «Бронхіальна астма. Цукровий діабет», «Нейродерміт. Ревматоїдний артрит. Виразковий неспецифічний коліт». Опрацюйте рекомендовану літературу до тем, оберіть один із основних психосоматозів і опишіть основні критерії діагностики, особливості особистості, характерні для даного психосоматозу. Уявіть себе в ролі психолога-консультанта. Визначте складні «місця» для діагностики обраного психосоматозу.	3	
3	Теми 7, 8. Хвороби ендокринної системи: гіпотиреоз, гіпертиреоз. Хвороби шлунково-кишкового тракту. Харчова поведінка. Шкірні захворювання. Кропив'янка. Психосоматичні захворювання, пов'язані з порушенням репродуктивної функції.		
	Ознайомтесь з матеріалом лекцій 7 та 8, оберіть одну з патологій, що вивчалася на даних лекціях та опишіть основні критерії діагностики, особливості особистості, характерні для даної патології. Уявіть себе в ролі психолога-консультанта. Визначте складні «місця» для діагностики обраної патології.	2	
4	Тема 9. Онкопсихосоматика. Особливості психосоматики в дитячому віці.		
	1. Ознайомтесь з матеріалом лекції 9, зверніть увагу на практичні методички для роботи із онкологічним пацієнтом. Спробуйте обрати одну з онкологічних патологій і виділити основні особливості особистості, що можуть сприяти виникненню даної патології. 2. Опрацюйте рекомендовану літературу до теми 3. Уявіть себе в ролі психолога-консультанта. Спробуйте попрацювати в одній з описаних практичних методик для роботи з онкологічним хворим На занятті ми будемо розбирати онкологічні захворювання з позиції психосоматики, основні методи роботи із психосоматичним хворим. Методичні рекомендації до підготовки: <ul style="list-style-type: none"> ● Ознайомтесь з літературою до курсу ● Обов'язково відвідайте заняття і проявляйте свою активність 	3	2
Разом		10	4

Самостійна робота освітнього компонента

Назва теми	Зміст роботи	Кількість годин
Введення в психосоматику. Психосоматичні теорії та моделі	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	9
Класифікація психосоматичних розладів	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	9
Діагностика ПСР	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Основні психосоматози. Есенціальна гіпертонія. Виразкова хвороба 12-ПК та шлунка.	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Основні психосоматози. Бронхіальна астма. Цукровий діабет.	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Основні психосоматози. Нейродерміт. Ревматоїдний артрит. Виразковий неспецифічний коліт	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Хвороби ендокринної системи: гіпотиреоз, гіпертиреоз. Хвороби шлунково-кишкового тракту. Харчова поведінка	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Шкірні захворювання. Кропив'янка. Психосоматичні захворювання, пов'язані з порушенням репродуктивної функції	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Онкопсихосоматика. Особливості психосоматики в дитячому віці	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Хвороби ендокринної системи: гіпотиреоз, гіпертиреоз. Хвороби шлунково-кишкового тракту. Харчова поведінка	Опрацювання літератури, що подана в презентації та підготовка питань з теми до обговорення на контактному занятті	10
Разом		88

3. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Технічні засоби та обладнання: екранні (електронні презентації, віртуальні зали для відпрацювання практичних навичок), комп'ютерні (комп'ютери, планшети, освітні платформи, електронні бібліотеки).

Програмне забезпечення: системне ПЗ (Операційні системи, драйвери), освітні платформи для дистанційного навчання, керування курсами (Moodle, Zoom).

4. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Курс буде викладений у формі лекцій (18 год.) та практичних (10 год.)/практичних контактних занять (4 год.), організації самостійної роботи студентів (88 год.).

Під час викладання дисципліни використовуються наступні методи навчання: вербальні (лекція, пояснення, бесіда), наочні (ілюстрація, демонстрація), практичні (аналіз кейсів, виконання практичних завдань), а також інтерактивні техніки та методики.

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА РЕЙТИНГОВА СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання освітнього компонента є:

Методи поточного контролю: Проводиться з метою оцінювання результатів навчання протягом семестру і включає систематичний моніторинг навчальних досягнень здобувачів. Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять у формі виконання практичних завдань, розв'язання кейсів, проходження тестів та активної участі в обговореннях, в обсязі навчального матеріалу, визначеному для кожного заняття.

- *практичні задачі* (у письмовій роботі студенту необхідно показати і теоретичні знання, і вміння застосовувати їх для розв'язування конкретних задач, психологічних проблем);

- *підготовка та участь у контактному занятті* (опрацювання рекомендованої літератури, підготовка запропонованих завдань та участь в обговоренні).

Методи підсумкового контролю: Проводиться з метою оцінювання результатів навчання наприкінці семестру, відповідно до навчального плану у вигляді семестрового екзамену, в терміни, встановлені графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою дисципліни.

- *екзамен* (у вигляді тестування);

Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю:

Практичні задачі №1, 3 . Максимальна оцінка за виконання практичної задачі - 15 балів.

Критерії оцінювання задачі:

15-20 балів	Надані розгорнуті відповіді на всі питання, зазначені в завданні
10-14 балів	Надані відповіді на всі питання, але відповіді потребують доповнення
7-9 балів	Тема розкрита не повністю, виявляється істотне незрозуміння питання
0 балів	Робота не виконана

Практичні задачі №2, 4 . Максимальна оцінка за виконання практичної задачі - 20 балів.

Критерії оцінювання задачі:

15-20 балів	Надані розгорнуті відповіді на всі питання, зазначені в завданні
10-14 балів	Надані відповіді на всі питання, але відповіді потребують доповнення
7-9 балів	Тема розкрита не повністю, виявляється істотне незрозуміння питання
0 балів	Робота не виконана

Форма підсумкового семестрового контролю:

Екзамен. Екзаменаційний тест складається з 30 питань різного рівня складності. Кожне питання 1 бал. Відповідно, максимальний бал за успішне виконання тесту – 30 балів. На виконання тесту відведена 1 спроба та 45хв.

Оцінювання окремих видів навчальної роботи

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Поточне оцінювання		
Практичні задачі	з них:	70
	-2 по 15 балів	
	-2 по 20 балів	
Підсумкове оцінювання з формою контролю Екзамен		
Екзамен. Тест	30	30
Загальна сума балів		100

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Для оцінювання результатів навчання застосовується 100-бальна шкала оцінювання.

Сума балів	Оцінка ECTS	Національна оцінка	
		Екзамен	Залік
90-100	A	Відмінно	зараховано
82-89	B	Дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)	
74-81	C	Добре (в загальному правильна робота з певною кількістю грубих помилок)	

64-73	D	Задовільно (непогано, але зі значною кількістю недоліків)	не зараховано
60-63	E	Задовільно (задовольняє мінімальні критерії)	
35-59	FX	Незадовільно (із можливістю повторного складання)	
1-34	F	Незадовільно (із обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	

1. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Підручники, навчальні посібники, інформаційні ресурси:

1. Баженов О.С. Медико-психологічна характеристика різних форм соматоформних розладів (психодіагностичні особливості, патопсихологічні механізми формування, принципи психотерапевтичної корекції) : [дис. ... канд. мед. наук: 19.00.04]. Харків, 2006. 172 с.
2. Бамбурак Н.М., Гуцман М.С. Динаміка суб'єктивного проживання стресу особистістю. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна, 2017. Вип. 1. 143– 151 с. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2017_1_18.
3. Володарська Н.Д., Когут О.О. Прояви агресії як психологічний захист особистості в кризових ситуаціях. Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. Т. 1(19). 2017. С. 9–20.
4. Воронов М.В. Психосоматика : практичне керівництво. Київ : НікаЦентр, 2011. 254 с.
5. Гершанов О. Основи роботи із травмою. Робота із травмою та втратою. Основи супервізії: робочі матеріали учасників тренінгів. 2018. URL: <https://rm.coe.int/ptsd-ukr/1680a0a10b>.
6. Дідковська Л. І. Ставлення до хвороби та психологічне благополуччя осіб у ситуації хронічного соматичного захворювання. Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки. Секція 5 медична психологія. 2020. № 1. С. 182-189.
7. Психосоматична медицина. Аспекти діагностики та лікування О. Чабан, О. Хаустова. 96 с.
8. Практична психосоматика. Діагностичні шкали Олена Хаустова, Олег Чабан, Азізе Асанова, Лідія Трачук, Дмитро Асоновю 112 с.
9. Малкіна-Пих І.Г. Психосоматика. 2015. 47 с.
10. Психоаналіз і психосоматика. Тілесні основи психодинаміки. Тімо Шторк. 2025. 312 с.
11. Театри тіла: Психоаналітичний підхід до лікування психосоматичних розладів. Джойс Макдугал. 2013. 216 с.
12. Онкологія без паніки. Як попереджають, виявляють і лікують рак. Ілона Свеженцева. 2024. 192 с.
13. Практична психосоматика: тривога. Олег С. Чабан, Олена О. Хаустова. 2022. 144 с.