

СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Психосоматичний підхід в психології

Рівень вищої освіти	Другий (магістерський) рівень
Освітньо-професійна програма	Клінічна психологія
Кафедра	Клінічної психології
Кількість кредитів	4 кредити ЄКТС
Форма контролю	Екзамен
Мова викладання	Українська
Розробники курсу	Андрій Бурдейний
Контактна інформація	dr.a.burdeinyi@gmail.com

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Ця освітня компонента забезпечує системне та поглиблене опанування психосоматичного підходу в клінічній психології як сучасної міждисциплінарної моделі розуміння взаємодії психіки й тіла. Освітня компонента поєднує фундаментальні теоретичні засади психосоматики з практично орієнтованими підходами клініко-психологічної оцінки, психотерапевтичної допомоги та міждисциплінарного супроводу пацієнтів.

Теоретична частина спрямована на формування системного розуміння сучасних моделей психосоматики та місця психосоматичного підходу в структурі клінічної психології. Розглядаються біопсихосоціальна модель здоров'я і хвороби, нейробіологічні механізми стресу та соматизації, порушення емоційної регуляції, роль особистісних факторів, хронічного стресу та травматичного досвіду у формуванні соматичних симптомів. Значна увага приділяється клініко-психологічній характеристиці психосоматичних і соматоформних розладів, тривожних і депресивних станів із вираженими тілесними проявами, функціональних синдромів і хронічного болю.

Практична частина орієнтована на розвиток професійних компетентностей у сфері клініко-психологічної оцінки та психологічної допомоги пацієнтам із психосоматичними проявами. Здобувачі опановують навички проведення клінічного інтерв'ю, аналізу біопсихосоціальних чинників, використання стандартизованих психодіагностичних інструментів, формування клінічного психологічного висновку та побудови індивідуалізованого плану допомоги. Розглядаються принципи психотерапевтичної роботи з психосоматичними пацієнтами в межах різних підходів, зокрема когнітивно-поведінкових, психодинамічних, тілесно-орієнтованих, mindfulness- та АСТ-орієнтованих інтервенцій, а також принципи психоедукації, довготривалого супроводу та профілактики рецидивів.

Проходження курсу сприяє формуванню у здобувачів магістерського рівня професійної готовності до роботи в системі медико-психологічної та психосоціальної допомоги з урахуванням принципів міждисциплінарної взаємодії. Освітня компонента спрямована на розвиток клінічного мислення, емпатії, етичної чутливості, професійної рефлексії та навичок співпраці з лікарями, реабілітаційними фахівцями й іншими учасниками мультидисциплінарної команди. Окрему увагу приділено формуванню здатності до професійної саморегуляції та збереження психологічного благополуччя фахівця, що є необхідною умовою ефективної та безпечної роботи з психосоматичними пацієнтами.

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Тема 1. Психосоматичний підхід у сучасній психології.

Лекція 1. Психосоматичний підхід у сучасній психології. Психосоматичний підхід у сучасній психології. Поняття психосоматики, її об'єкт і предмет. Історичні етапи розвитку психосоматичних уявлень: класичний, психодинамічний і сучасний інтегративний підходи. Формування психосоматики як міждисциплінарної галузі на перетині психології, медицини та нейро. Основні теоретичні парадигми розуміння взаємозв'язку психіки й тіла. Місце психосоматичного підходу в структурі клінічної психології та його значення для сучасної практики.

Тема 2. Біопсихосоціальна модель здоров'я і хвороби.

Лекція 2. Біопсихосоціальна модель здоров'я і хвороби. Біопсихосоціальна модель здоров'я і хвороби. Порівняльний аналіз біомедичної та біопсихосоціальної моделей. Біологічні, психологічні та соціальні чинники у формуванні соматичних і психосоматичних розладів. Взаємодія різних рівнів функціонування організму та психіки. Роль індивідуального досвіду, соціального контексту та середовища. Практичне значення біопсихосоціальної моделі для клініко-психологічної оцінки та втручань.

Тема 3. Нейробіологічні механізми психосоматичних розладів.

Лекція 3. Нейробіологічні механізми психосоматичних розладів. Нейробіологічні основи психосоматичних розладів. Взаємодія центральної та автономної нервової системи у регуляції соматичних функцій. Роль осі «гіпоталамус–гіпофіз–наднирники» у стресових реакціях. Нейроендокринні та імунні механізми розвитку психосоматичних симптомів. Поняття алостазу та алостатичного навантаження. Вплив хронічного стресу на органи й системи організму.

Тема 4. Емоційна регуляція та тілесні реакції.

Лекція 4. Емоційна регуляція та тілесні реакції. Емоційна регуляція як психофізіологічний процес. Роль емоцій у підтриманні психічного та соматичного здоров'я. Механізми порушення емоційної регуляції та їхній зв'язок із соматичними симптомами. Алекситимія як фактор ризику психосоматичних розладів. Соматизація та тілесна дисоціація. Взаємозв'язок афективних станів із вегетативними реакціями організму.

Тема 5. Стрес, адаптація та психосоматичні реакції.

Лекція 5. Стрес, адаптація та психосоматичні реакції. Поняття стресу та адаптації в психології та медицині. Гострий і хронічний стрес та їх фізіологічні й психологічні наслідки. Механізми адаптаційних реакцій організму. Індивідуальні відмінності у реагуванні на стрес. Роль стресу у виникненні та підтримці психосоматичних порушень. Значення психологічних ресурсів і резильєнтності.

Тема 6. Особистісні фактори в психосоматиці.

Лекція 6. Особистісні фактори в психосоматиці. Особистісні характеристики як чинники психосоматичного ризику. Типи особистості та їх зв'язок із психосоматичними захворюваннями. Копінг-стратегії та стилі подолання стресу. Роль перфекціонізму, ригідності, тривожності та емоційного контролю. Поведінкові патерни типу А, С і D. Клінічне значення особистісної оцінки в психосоматичній практиці.

Тема 7. Психосоматичні та соматоформні розлади.

Лекція 7. Психосоматичні та соматоформні розлади. Поняття психосоматичних і соматоформних розладів. Клініко-психологічні характеристики та сучасна класифікація відповідно до МКХ-11. Основні клінічні прояви та механізми формування симптомів. Відмінності між психосоматичними та органічними захворюваннями. Психологічні чинники підтримки соматичних симптомів. Труднощі діагностики та клінічного ведення пацієнтів.

Тема 8. Психосоматичні аспекти тривожних і депресивних розладів.

Лекція 8. Психосоматичні аспекти тривожних і депресивних розладів. Соматичні прояви тривожних розладів. Тілесні симптоми депресії та феномен маскованих депресій. Коморбідність афективних і соматичних розладів. Психофізіологічні механізми взаємодії тривоги, депресії та соматичних симптомів. Труднощі диференційної діагностики. Значення комплексної клініко-психологічної оцінки.
Література

Тема 9. Травма, хронічний стрес і психосоматичні порушення.

Лекція 9. Травма, хронічний стрес і психосоматичні порушення. Психологічна травма як чинник розвитку психосоматичних симптомів. Хронічний стрес і його вплив на тілесне функціонування. Психосоматичні прояви посттравматичного стресового розладу. Комплексна травма та порушення соматичної регуляції. Тіло як носій травматичного досвіду. Довготривалі наслідки непропрацьованої травми.

Тема 10. Психосоматичні аспекти болю та функціональних синдромів.

Лекція 10. Психосоматичні аспекти болю та функціональних синдромів. Біль як багатовимірний психосоматичний феномен. Механізми формування хронічного болю. Фіброміалгія та інші функціональні больові синдроми. Синдром подразненого кишківника та функціональні соматичні порушення. Функціональні неврологічні симптоми. Психологічні чинники підтримки больового досвіду.

Тема 11. Клініко-психологічна оцінка в психосоматичному підході.

Лекція 11. Клініко-психологічна оцінка в психосоматичному підході. Принципи клінічного інтерв'ю з психосоматичними пацієнтами. Оцінка соматичних симптомів, стресу та емоційної регуляції. Використання психодіагностичних методик у психосоматиці. Інтеграція медичних і психологічних даних. Формування клінічного психологічного висновку. Значення мультидисциплінарної оцінки.

Тема 12. Психотерапевтичні підходи в роботі з психосоматичними пацієнтами.

Лекція 12. Психотерапевтичні підходи в роботі з психосоматичними пацієнтами. Загальні принципи психотерапії в психосоматичній практиці. Когнітивно-поведінковий підхід у роботі з соматичними симптомами.

Психодинамічні та аналітичні підходи. Тілесно-орієнтована терапія та робота з тілесним досвідом. Mindfulness, АСТ та інтегративні підходи. Питання безпеки, меж і етики терапевтичної роботи.

Тема 13. Міждисциплінарний та реабілітаційний підхід у психосоматиці.

Лекція 13. Міждисциплінарний та реабілітаційний підхід у психосоматиці. Міждисциплінарний підхід у веденні психосоматичних пацієнтів. Роль клінічного психолога в медичній та реабілітаційній команді. Взаємодія з лікарями різних спеціальностей. Психоедукація пацієнтів і членів їхніх родин. Довготривалий психологічний супровід та профілактика рецидивів. Етичні та професійні аспекти міждисциплінарної роботи.

Політика курсу побудована з урахуванням дистанційного формату навчання та спрямована на забезпечення послідовного, відповідального й самостійного опанування навчального матеріалу, формування професійної дисципліни здобувачів і розвитку готовності до практичної діяльності в галузі психології.

Курс реалізується у дистанційному форматі з обов'язковими, що проводяться відповідно до затвердженого розкладу з використанням засобів онлайн-комунікації.

У межах курсу передбачено прослуховування тринадцяти лекцій, які подаються у живому форматі. Повне ознайомлення з усіма лекційними матеріалами та супровідними ресурсами є обов'язковою умовою опанування дисципліни. Рівень засвоєння теоретичного матеріалу контролюється за результатами виконання тестових завдань і активною участю у практичних контактних заняттях, тому ігнорування лекційних матеріалів безпосередньо впливає на показники поточного та підсумкового оцінювання.

Поточний контроль здійснюється у формі тестових завдань до кожної теми курсу. Кожне тестове завдання містить десяти тестових запитань, за кожен правильну відповідь здобувач може отримати 0,23 бали. Максимальна оцінка за виконання одного тестового завдання становить 2,3 бали. Проходження всіх тестових завдань є обов'язковою умовою допуску до підсумкового семестрового контролю. Порушення встановлених строків виконання тестів може призводити до зниження кількості балів.

Пропуски практичних занять без поважної причини негативно впливають на підсумкову оцінку та можуть обмежувати допуск до семестрового контролю. У разі наявності поважної причини пропущене заняття може бути відпрацьоване шляхом виконання індивідуального завдання за погодженням із викладачем.

Підсумковий семестровий контроль здійснюється у формі іспиту, що включає два теоретичні питання, кожне з яких оцінюється за 15-бальною шкалою, а також дві клінічні задачі, кожна з яких оцінюється у 20 балів. Максимальна кількість балів за іспит становить 70 балів. Під час оцінювання враховується не лише відтворення теоретичного матеріалу, а й здатність здобувача до аналізу, структурування й порівняння наукових концепцій, а також уміння застосовувати теоретичні знання у практичних і клінічних ситуаціях.

ОЦІНЮВАННЯ

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 та активної участі в обговореннях, в обсязі навчального матеріалу, визначеному для кожного заняття.

виконання практичних задач (оцінюється під час навчальних занять);

самостійна робота (оцінюється під час поточного контролю теми);

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

Форми поточного контролю:

До кожної з тем запропоновано виконання тестового завдання, що в себе включає вісім тестових запитань, відповідно до яких студент може отримати по 0,23 бали за кожен правильну відповідь. Максимальна оцінка за виконання тестового завдання становить чотири бали.

Форма підсумкового семестрового контролю:

Іспит проводиться в усній формі. Екзаменаційний білет містить 2 теоретичні питання, кожне з яких оцінюється за 15-бальною шкалою, а також 2 клінічні задачі, кожна з яких оцінюється за 20-бальною шкалою. Максимальна сума балів за іспит - 70 балів. Загальний принцип оцінювання: Оцінюється не лише відтворення завченого матеріалу, а й здатність здобувача аналізувати, структурувати, порівнювати концепції та демонструвати розуміння практичного застосування теорії.

Розподіл балів освітньої компоненти з формою контролю іспит

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Практичні заняття	2,3	30
Іспит		
- 2 теоретичних запитання	15	30
- 2 клінічні задачі	40	40
Максимальна кількість балів за курс		100

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Курс буде викладений у формі лекцій (26 год.) та практичних (бгод.) занять, організації самостійної роботи студентів (86 год.) та інд.конс. (2 год.).

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

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. World Health Organization. (2022). ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics (MMS): Bodily distress disorder and related categories. portal.issn.org
2. World Health Organization. (2023). Clinical descriptions and diagnostic guidelines for mental, behavioural and neurodevelopmental disorders in ICD-11 (CDDG). calderebooks.library.miami.edu
3. American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). American Psychiatric Publishing. Google Sites
4. National Institute for Health and Care Excellence. (2021). Chronic pain (primary and secondary) in over 16s: Assessment of all chronic pain and management of chronic primary pain (NG193). NICE
5. British Society of Gastroenterology. (2021). Guidelines on the management of irritable bowel syndrome. spg.pt
6. Nicholson, C., Edwards, M. J., Carson, A. J., et al. (2020). Occupational therapy consensus recommendations for functional neurological disorder. Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry, 91(10), 1037–1045. jnnp.bmj.com
7. Tolchin, B. (2021). The role of evidence-based guidelines in the diagnosis and treatment of functional neurological disorder. Epilepsy & Behavior Reports, 16, 100468. ScienceDirect
8. Löwe, B., Levenson, J., Depping, M. K., et al. (2021). Somatic symptom disorder: A scoping review on the empirical evidence of a new diagnosis. Psychological Medicine, 52(4), 632–648. ResearchGate
9. Schnabel, K., et al. (2022). The emotion regulation process in somatic symptom disorders: A review. Clinical Psychology Review, 94, 102161. ScienceDirect
10. Kachaner, A., et al. (2022). Somatic symptom disorder in patients with post-COVID neurological symptoms. Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry. jnnp.bmj.com

11. van de Graaf, D. L., et al. (2021). Online acceptance and commitment therapy (ACT) interventions for chronic pain: A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*. PubMed
12. Ramos, S. F., et al. (2021). Acceptance and commitment therapy for chronic pain: A systematic review. *European Psychiatry*. Cambridge University Press & Assessment
13. Du, S., et al. (2021). Acceptance and commitment therapy for chronic pain: Systematic review. *Journal of Advanced Nursing*. onlinelibrary.wiley.com
14. Moens, M., et al. (2022). Acceptance and commitment therapy to increase resilience in chronic pain: Clinical guideline. *Medicina*, 58(4), 499. MDPI
15. Ma, T.-W., Yuen, A. S.-K., & Yang, Z. (2023). The efficacy of acceptance and commitment therapy for chronic pain: Systematic review and meta-analysis. binasss.sa.cr
16. Ye, L., Li, Y., Deng, Q., et al. (2024). Acceptance and commitment therapy for patients with chronic pain: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 19(6), e0301226. ResearchGate
17. Martinez-Calderon, J., et al. (2024). Acceptance and commitment therapy for chronic pain: An overview of systematic reviews. *The Journal of Pain*. jpain.org
18. Tsubaki, K., et al. (2024). Psychological treatments for alexithymia: A systematic review. *Behavioral Sciences*, 14(12), 1173. MDPI
19. Koppelberg, P., et al. (2023). Alexithymia and interpersonal problems in healthy young adults. *BMC Psychiatry*. Springer Nature
20. Jenkinson, P. M., et al. (2024). Interoception in anxiety, depression, and psychosis: A review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. PMC
21. Heim, N., et al. (2023). Psychological interventions for interoception in mental health: A systematic review. PMC
22. Leech, K., et al. (2024). A roadmap to understanding interoceptive awareness and PTSD: Scoping review. PMC
23. Ferrari, S. (2024). Best of 2023 in psychosomatic medicine: Overview of advances. PMC
24. Oldham, M. A., et al. (2021). Proactive consultation-liaison psychiatry: APA resource document. *Psychosomatics*. ScienceDirect
25. American Psychiatric Association. (2020–2024). Consultation-liaison psychiatry (psychosomatic medicine): Professional resources. psychiatry.org
26. American Psychiatric Association Publishing. (2024). *Textbook of Psychosomatic Medicine and Consultation-Liaison Psychiatry* (3rd ed.). appi.org
27. American Psychiatric Association Publishing. (2020–2024). *Study Guide to Consultation-Liaison Psychiatry*. appi.org
28. Burdeinyi, A. (2024). Симптоми посттравматичного стресу та їх корекція через дистанційну реабілітацію у пацієнтів з постковідним синдромом під час війни. *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com
29. Komisarenko, Y. (2024). Оцінка важкості стресу у пацієнтів з цукровим діабетом 2 типу в умовах хронічного дистресу війни. *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com
30. Ohorenko, V. (2024). [Огляд/стаття] (потенційний вплив на психіку і поведінку). *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com
31. Fedotova, Z. (2023). Психічне здоров'я студентів-медиків під час пандемії COVID-19. *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com
32. Rudenko, Y. (2023). Psychological consequences of limb amputation. *Психосоматична медицина та загальна практика*. e-medjournal.com
33. Asanova, A. (2021). Психічні порушення у госпітальних пацієнтів в гострій фазі COVID-19. *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com
34. Sak, L. (2020). Сучасні підходи до обстеження пацієнтів з нервовою анорексією. *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com
35. Smashna, O. (2020). Зв'язок життєвих проблем з підвищеною соціальною напругою (огляд/аналіз). *Психосоматична медицина та загальна практика*. uk.e-medjournal.com

36. [Колектив авторів]. (2024). Вплив факторів стресу, пов'язаних з війною в Україні, на психічне здоров'я. Психосоматична медицина та загальна практика, 9(3). uk.e-medjournal.com
37. [Колектив авторів]. (2024). Вплив війни на психічне здоров'я молоді: роль резилієнсу та ... Психосоматична медицина та загальна практика, 9(3). uk.e-medjournal.com
38. Nicholson, S., et al. (2020). Occupational therapy consensus recommendations for FND (переклад/копія PDF). FND Action
39. [Колектив авторів]. (2024). Вплив булінгу на психічне здоров'я дітей та підлітків. Психосоматична медицина та загальна практика, 9(4). uk.e-medjournal.com
40. [Всеукраїнська Асоціація Психосоматичної Медицини]. (2024). Психосоматична медицина та загальна практика, 9(1) (PDF випуску/матеріали). uk.e-medjournal.com
41. Романенко, С., & Kachalova O.. (2024). Peculiarities of communication with a pediatric patient. Психосоматична медицина та загальна практика, 9(2). uk.e-medjournal.com
42. Osmanova, A. M., & Khorunzhenko, H. V. (2023). Клінічна психологія (навчальний посібник). Університет «Україна». uu.edu.ua
43. Kulesha-Lubinec, M. M. (2022). Клінічна психологія (методичні рекомендації). lib-repo.pnu.edu.ua
44. [НМУ / навчальні матеріали]. (2024). Клінічна психологія (матеріали/програма, PDF). ir.librarynmu.com