

## СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

### ПСИХОСОМАТИКА: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

<b>Рівень вищої освіти</b>	Другий (магістерський) рівень
<b>Освітньо-професійна програма</b>	Психологія забезпечення ментального здоров'я
<b>Кафедра</b>	Клінічної психології
<b>Кількість кредитів</b>	4.0 кредити ЄКТС
<b>Форма контролю</b>	Залік
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Розробники курсу</b>	Світлана Полшкова
<b>Контактна інформація</b>	<a href="mailto:Svitlana.polshkova@gmail.com">Svitlana.polshkova@gmail.com</a>

#### ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

<b>Опис</b>	Курс спрямований на вивчення психосоматичних взаємозв'язків між психічними процесами та соматичним здоров'ям людини. Розглядаються теоретичні підходи до розуміння психосоматичних розладів, психологічні механізми формування та підтримки соматичних симптомів, а також сучасні практики психологічної допомоги. Особлива увага приділяється біопсихосоціальной моделі, етичним аспектам роботи з психосоматичними запитами та межах професійної компетенції психолога у взаємодії з медичними фахівцями.
<b>Мета</b>	Метою освітнього компонента є формування професійних компетентностей для діагностики та лікування психосоматичних розладів, що поєднують теоретичні знання та практичні навички психологічного консультування.

#### ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

##### **Лекція 1. Введення в психосоматику. Психосоматичні теорії та моделі**

Розглядається поняття психосоматики як міждисциплінарної галузі знань, її предмет і завдання. Аналізуються історичні етапи становлення психосоматичного підходу, класичні та сучасні психосоматичні теорії й моделі. Висвітлюється внесок Ф. Александера, Ф. Данбар, А. Маслоу та інших дослідників у розвиток психосоматичного мислення. Особливу увагу приділено феномену алекситимії як чиннику психосоматичних порушень та сучасним уявленням про психосоматичні захворювання в межах біопсихосоціальной моделі.

##### **Лекція 2. Класифікація психосоматичних розладів**

Розглядаються підходи до класифікації психосоматичних розладів, їх основні групи та клініко-психологічні характеристики. Аналізуються вісім джерел формування психосоматичних розладів, механізми їх патогенезу. Особливу увагу приділяється стресу як провідному чиннику розвитку ПСР, стратегіям поведінки в умовах стресу, адаптивним і дезадаптивним копінг-стратегіям.

##### **Лекція 3. Діагностика психосоматичних розладів**

Висвітлюються принципи та етапи психодіагностики психосоматичних розладів. Розглядається

діагностичне інтерв'ю, особливості збору соматичного та психологічного анамнезу. Аналізуються можливості та обмеження використання психодіагностичних шкал і опитувальників у роботі з психосоматичними пацієнтами. Акцент робиться на міждисциплінарному підході та етичних межах діагностичної діяльності психолога.

#### **Лекція 4. Основні психосоматози: серцево-судинна та гастроінтестинальна сфера**

Розглядаються есенціальна гіпертонія та виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки як класичні психосоматичні захворювання. Аналізується роль психологічних чинників у їх виникненні та перебігу. Вводиться поняття неврозів і пограничних розладів, розглядається особистісне значення хвороби для пацієнта та її вплив на поведінку і якість життя.

#### **Лекція 5. Основні психосоматози: бронхіальна астма та цукровий діабет**

Аналізуються психосоматичні механізми розвитку бронхіальної астми та цукрового діабету. Розглядається взаємозв'язок емоційних факторів, стресу, стилю життя та перебігу захворювань. Особлива увага приділяється психологічній адаптації пацієнтів до хронічної хвороби та ролі психологічної підтримки.

#### **Лекція 6. Основні психосоматози: імунні та запальні захворювання**

Розглядаються нейродерміт, ревматоїдний артрит та виразковий неспецифічний коліт як психосоматичні розлади з аутоімунним і запальним компонентом. Аналізується роль хронічного стресу, емоційних конфліктів і особистісних особливостей у перебігу цих захворювань.

#### **Лекція 7. Психосоматика ендокринної та травної систем**

Розглядаються психосоматичні аспекти захворювань ендокринної системи (гіпотиреоз, гіпертиреоз) і хвороб шлунково-кишкового тракту. Окрему увагу приділено психологічним чинникам харчової поведінки, взаємозв'язку емоційних станів, стресу та порушень обміну речовин.

#### **Лекція 8. Шкірні та репродуктивні психосоматичні розлади**

Аналізуються психосоматичні аспекти шкірних захворювань, зокрема кропив'янки. Розглядаються психосоматичні розлади, пов'язані з порушенням репродуктивної функції, роль психоемоційних факторів, стресу та міжособистісних відносин у їх формуванні.

#### **Лекція 9. Онкопсихосоматика та психосоматика дитячого віку**

Розглядаються основні підходи онкопсихосоматики, психологічні аспекти онкологічних захворювань і адаптації до діагнозу. Аналізуються особливості психосоматичних розладів у дитячому віці, роль сім'ї, розвитку та вікових чинників у формуванні психосоматичної симптоматики.

### **ПОЛІТИКА КУРСУ**

Особливістю курсу є дистанційний (MOODLE) формат опанування.

Політика курсу включає наступні компоненти, виконання яких безпосередньо впливає на підсумкове оцінювання самостійної роботи та виконання умов академічної дисципліни:

- Обов'язкове прослуховування завантажених матеріалів лекцій, з урахуванням порядку вивчення розділів курсу.
- Обов'язкове відвідування практичних контактних занять з включеною камерою та активною участю в обговоренні питань піднятих під час заняття.
- Виконання практичних завдань.
- Дотримання встановлених дедлайнів при виконанні завдань.

## 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 практичних 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.

*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.

## 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: словесні (лекція, пояснення, бесіда), наочні (ілюстрація, демонстрація), практичні (аналіз кейсів, виконання практичних завдань), а також інтерактивні техніки та методики.

## РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

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](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.