

СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ
«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОСОМАТИКИ»
ВК 02

Рівень вищої освіти	**другий (магістерський)**
Спеціальність	**С4 Психологія**
Освітньо-професійна програма	**Практична психологія**
Кваліфікація	**Магістр психології**
Рік навчання	**1**
Семестр	**2**
Форма навчання	**денна**
Кількість кредитів ЄКТС	**3**
Мова викладання	**українська**

Лектор дисципліни _____
_____

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення дисципліни «Актуальні проблеми психосоматики» для здобувачів ступеня магістра є формування системи знань про психологічні механізми виникнення психосоматичних розладів та практичних компетентностей щодо їх діагностики й психологічного супроводу осіб із психосоматичною патологією. Оскільки магістерський рівень підготовки практичного психолога передбачає здатність інтегрувати знання суміжних галузей (медичної психології, клінічної психології, психофізіології), мета дисципліни деталізується через такі завдання:

1. **Теоретико-методологічна компетентність:** Засвоєння сучасних теоретичних моделей психосоматичних розладів (психодинамічної, кортико-вісцеральної, стрес-моделі, біопсихосоціальної) та класифікацій психосоматичної патології за МКХ.
2. **Діагностична діяльність:** Формування навичок психологічної діагностики алекситимії, копінг-стратегій та особистісних чинників, що зумовлюють розвиток психосоматичних розладів.
3. **Психокорекційна діяльність:** Оволодіння методами психологічної корекції та супроводу осіб із психосоматичними розладами (тілесно-орієнтовані техніки, релаксаційні методики, когнітивно-поведінкові підходи).
4. **Міждисциплінарна взаємодія:** Розвиток здатності до фахової взаємодії з лікарями загальної практики та вузькими спеціалістами в процесі супроводу психосоматичного пацієнта.

СТРУКТУРА ДИЦИПЛІНИ

Тема	Години (лек./прак. /сам.)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
Тема 1. Психосоматика як міждисциплінарна галузь наукового знання.	2/2/-	Знати: предмет, історію становлення та сучасні напрями психосоматичної медицини; внесок Ф. Александера, Ф. Данбар, Г. Гроддека у розвиток психосоматики; співвідношення понять «психосоматичний», «соматоформний», «психофізіологічний». Вміти: оперувати основними поняттями психосоматики, аналізувати сучасні дослідження з проблематики зв'язку психічного і тілесного.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 2. Теоретичні моделі формування психосоматичних розладів.	2/2/-	Знати: психодинамічну модель (конверсія, специфічний внутрішньоособистісний конфлікт), кортико-вісцеральну теорію, стрес-модель Г. Сельє, біопсихосоціальну модель психосоматичних розладів. Вміти: пояснювати механізм виникнення конкретного психосоматичного симптому з позицій різних теоретичних моделей.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 3. Класифікація психосоматичних розладів.	2/2/-	Знати: класифікацію психосоматичних розладів за МКХ-10/МКХ-11 (соматоформні розлади, психологічні фактори, що впливають на стан здоров'я); диференціацію психосоматичних, соматоформних та конверсійних розладів. Вміти: співвідносити клінічну картину з відповідною діагностичною рубрикою, розрізняти психосоматичні розлади та суміжні стани.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 4. Психосоматика серцево-судинної та дихальної систем.	2/2/-	Знати: психологічні чинники ризику серцево-судинних захворювань (тип поведінки А, алекситимія, хронічний стрес); психосоматичні механізми бронхіальної астми та інших респіраторних розладів. Вміти: розпізнавати психоемоційні чинники в анамнезі клієнта з серцево-судинною або респіраторною патологією.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 5. Психосоматика травної системи та розлади харчової поведінки.	2/2/-	Знати: психологічні чинники виразкової хвороби та синдрому подразненого кишечника; зв'язок емоційної дизрегуляції з розладами травної системи. Вміти: враховувати психосоматичний компонент під час консультування клієнтів зі скаргами на розлади травлення.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5

Тема 6. Стрес та психонейроімунологія.	2/2/-	Знати: механізми впливу хронічного стресу на імунну та ендокринну системи; поняття алостатичного навантаження; роль копінг-стратегій у формуванні стресостійкості. Вміти: оцінювати рівень хронічного стресового навантаження клієнта та його можливий зв'язок із соматичними скаргами.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 7. Психодіагностика в психосоматиці.	2/2/-	Знати: методики діагностики алекситимії (Торонтська шкала TAS-20), опитувальники якості життя та копінг-стратегій, що застосовуються в роботі з психосоматичними пацієнтами. Вміти: добирати психодіагностичний інструментарій відповідно до запиту психосоматичного пацієнта та інтерпретувати отримані результати.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Тема 8. Психологічна корекція та супровід психосоматичних пацієнтів.	2/2/-	Знати: основні напрями психокорекційної роботи з психосоматичними пацієнтами (тілесно-орієнтована терапія, релаксаційні техніки, когнітивно-поведінкові інтервенції); принципи міждисциплінарної взаємодії психолога з лікарями. Вміти: розробляти індивідуальну програму психологічного супроводу психосоматичного пацієнта з урахуванням його соматичного стану.	Питання, тести, виконання самостійної роботи	5
Теми для самостійного вивчення	-/-/58	1. Алекситимія: поняття, діагностика та можливості психологічної корекції. 2. Психосоматичні розлади у дітей та підлітків. 3. Вплив війни та хронічного стресу на психосоматичне здоров'я населення України. 4. Синдром емоційного вигорання як психосоматичний феномен. 5. Психодерматологія: психоемоційні чинники шкірних захворювань. 6. Роль сімейної системи у формуванні та підтримці психосоматичних симптомів. 7. Психосоматичні аспекти хронічного больового синдрому. 8. Тілесно-орієнтовані підходи в психологічній практиці: огляд сучасних методів. 9. Психологічний супровід пацієнтів з онкологічними та іншими хронічними соматичними захворюваннями.		
Всього	16/16/58			
Всього балів за поточний контроль				**40**
Залікова оцінка				**60**
Всього				**100**

ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Інтегральна компетентність	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 (ЗК)	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики. СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності. СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
Програмні результати навчання (ПРН)	ПРН1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. ПРН4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій. ПРН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад: лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності	Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад: хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ

Рейтинговий показник	Оцінка ECTS	Оцінка у національній шкалі	
		Екзамен, диф.залік, курс роб.(проект), практика	Залік
90-100	**A** (відмінно)	Відмінно	Зараховано
82-89	**B** (добре)	Добре	
75-81	**C** (добре)		
64-74	**D** (задовільно)	Задовільно	
60-63	**E** (задовільно)		
35-59	**FX** (незадовільно) з можливістю повторного складання	Незадовільно	Незараховано
1-34	**F** (незадовільно) з обов'язковим повторним вивченням		

ЛІТЕРАТУРА ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ДЖЕРЕЛА

Основна література / **Додаткова література** /	**Основна література:** 1. Красков О. Вплив факторів стресу, пов'язаних з війною в Україні, на психічне здоров'я молоді (на прикладі студентів 3–4 курсів Національного університету «Києво-Могилянська академія»). Психосоматична медицина та загальна практика. 2024. Т. 9, № 3. URL: https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/522 2. Прокопов В. М. Психологічні особливості психосоматичного розвитку у дітей раннього віку. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2023. Т. 34 (73), № 1. С. 160–165. URL: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/26 3. Вінс В. А., Онопрієнко Л. М., Кузьменко Т. М. Психологічні особливості прояву психосоматичних захворювань в осіб дорослого віку. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2024. № 4. С. 21–25. URL: https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.4.4 4. Хаустова О. О., Чабан О. С. Практична психосоматика: тривога : навчальний посібник. Київ : Медкнига, 2022. 144 с. URL: https://medknyha.com.ua/product/praktychna-psykhosomatyka-tryvoha/ **Додаткова література:** 5. Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с. (розділ 4.9 «Психосоматичні реакції на стрес»). URL: https://uu.edu.ua/upload/Nauka/naukovi_vydannia/psihologija_stresy_2023_compressed.pdf

Інформа-ційні ресурси	6. Асєєва Ю. О., Аймедов К. В., Яцишина А. М. Визначення поняття ПТСР у військових: теоретичні основи, клінічні прояви та фактори ризику. Ментальне здоров'я. 2024. № 2. С. 8–17. URL: https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-2-2 7. Гостра реакція на стрес. Посттравматичний стресовий розлад. Порушення адаптації : клінічна настанова, заснована на доказах. Київ : Державний експертний центр МОЗ України, 2024. URL: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2024/07/kn_2024_ptsr.pdf 8. Герасименко Л. О., Скрипніков А. М., Ісаков Р. І. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад : навчальний посібник. Київ : ВСВ «Медицина», 2023. 120 с. URL: https://emed.library.gov.ua/suchasna-medytsyna/reaktsiia-na-vazhkyy-stres-ta-rozlady-adaptatsii-posttravmatychnyy-stresovyy-rozlad-2/ **Інформаційні джерела:** 9. Психосоматична медицина та загальна практика : наукове фахове видання Національного медичного університету імені О. О. Богомольця. Про журнал (дата звернення: 14.09.2026). URL: https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/about 10. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» : офіційний портал (дата звернення: 14.09.2026). URL: https://howareu.com/