

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

ЗАТВЕРДЖУЮ
Перший проректор
Микола Шинкарик
« 31 » Серпня 2020 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	Се-местр	Лекції (год.)	Практ. (семін.) (год.)	ІРС (год.)	Тренінг (год.)	Самост. робота студ. (год.)	Разом (год.)	Залік (сем.)	Екз. (сем.)
Денна	2	1	28	28	4	4	87	150	1	-

**Тернопіль – ТНЕУ
2020**

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

Розглянуто та схвалено групою забезпечення спеціальності 053 Психологія,
протокол № 1 від 28 серпня 2020 р.

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

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Анатолій Фурман', written over a horizontal line.

Анатолій ФУРМАН

СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ “ПСИХОСОМАТИКА”

1. Опис дисципліни „Психосоматика”

Дисципліна “Психосоматика”	Галузь знань, спеціальність, СВО	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 год, з них аудиторних - 4 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, вікова та педагогічна психологія.

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. Стили поведінки.

Література [1,3, 4, 8, 9, 10, 18]

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, 13]

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, 14, 19]

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, 16, 17, 18]

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, 14, 19]

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 з цією групою пацієнтів. Головна біль напруги та мігрень. Особливості особистості та методи психотерапії, що застосовуються при головній болі. Психосоматичні аспекти інфекційних захворювань: простуда, простий герпес, ангіна, туберкульоз. Психотерапевтичні методи роботи при даній патології.

Література [2, 6, 11, 16, 17, 18]

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 інші).

Література [2, 6, 11, 14, 15, 16, 17, 18]

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, 14, 15, 16, 17, 18]

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	-	2 (модульне тестування)
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 опорно рухової системи	2	2	10	-	МКР-2 год.
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	-	РКР – 2 год.
Разом	28	28	87	3	

5. Тематика практичних занять.

Практичне заняття № 1-2

Тема. Загальна характеристика психосоматики

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, 18]

Практичне заняття № 3-4

Тема. Моделі 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, 13]

Практичне заняття № 5-6.

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

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 шлунково-кишкового тракту.
3. Нервова анорексія і булімія, ожиріння. Психосоматичні особливості.

Рекомендована література [2, 6, 11, 14, 19]

Практичне заняття № 7

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

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, 16, 17, 18]

Практичне заняття № 8-9.

Тема. Психосоматика ендокринної системи, захворювань шкіри та онкології

План проведення заняття:

1. Хвороби ендокринної системи: 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, 14, 19]

Практичне заняття № 10.

Тема. Психовегетативний синдром, психосоматичні аспекти депресії, інфекційних захворювань та 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 напруження та мігрень. Особливості особистості та методи психотерапії, що застосовуються при головній болі. .
5. Психосоматичні аспекти інфекційних захворювань: простуда, простий герпес, ангіна, туберкульоз. Психотерапевтичні методи роботи при даній патології.

Рекомендована література [2, 6, 11, 16, 17, 18]

Практичне заняття № 11-12

Тема. Діагностика 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, 14, 15, 16, 17, 18]

Практичне заняття № 13-14.

Тема. Психотерапія психосоматичних хворих

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, 14, 15, 16, 17, 18]

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 Александера.	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.

9. Методи оцінювання

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	Модуль 2	Модуль 3	Разом
30	30	40	100
1. Усне опитування на заняттях (4 теми по 10 балів за тему = 40 балів). 2. Письмова контрольна робота (1-4 теми) – 60 балів	1. Усне опитування на заняттях (4 теми по 10 балів за тему = 40 балів). 2. Письмова контрольна робота (5-8 теми) – 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.	Робоча програма, тематика практичних занять та методичні вказівки до вивчення курсу „ Психосоматика ” для студентів галузь знань 05 – «Соціальні та поведінкові науки» напрям підготовки 053 – Психологія (освітньо-кваліфікаційного рівня – молодший бакалавр) / Укладач М.Б. Бригадир. – Тернопіль: КПСР, 2020 (Електронний варіант)	1-8
3	Глосарій (Електронний варіант)	1-8
4	Методичні вказівки до виконання КПІЗ (Електронний варіант)	1-8

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Бригадир М. Використання арт-терапії у відновленні та збереженні психічного здоров'я особистості // Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві» Львів, 2018
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), ТНЕУ. С. 19-22.
4. Бригадир М. Реабілітація та адаптація ветеранів війни та членів їх сімей // Malzenstwo i rodzina – wspoczesny obraz/ Praca pod redakcja J. Zimnego/ - Katowice. 2019. - С. 201-214.

5. Воронов М. Психосоматика: Практ. руководство / М. Воронов. - К. : Ника-Центр, 2017. - 256 с.
6. Дідковська Л. І. Психосоматика: основи психодіагностики та психотерапії: навч. посіб. / Л. І. Дідковська ; Львів. нац. ун-т ім. І. Франка. - Л. : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2016. - 264 с.
7. Крейслер О. Психосоматика в психопатологии младенчества. / О. Крейслер. – Дніпро. - 2018. - С .142-178.
8. Кулаков С. А. Основы психосоматики / С. А. Кулаков. - СПб. : Речь, 2016. - 288 с.
9. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика. Нейро-лингвистическое программирование (НЛП). Самовнушение. Семейная психотерапия. Танцевально-двигательная терапия: [справ. пособие] / И. Г. Малкина-Пых. - М.: Эксмо, 2018. - 1023 с.
10. Менегетти А. Психосоматика: Новейшие достижения / А. Менегетти; пер. с ит., науч. ред. М. А. Родик, Е. Н. Ус. - М. : ННБФ "Онтопсихология", 2017. - 318 с.
11. Мозгова Г. Психосоматика: психологія і практика / Г. Мозгова, Т. Андрущенко. – 2018. - С .148-155.
12. Наказна І. М. Психосоматика: навч. посіб. / Наказна І. М. – Ніжин, 2017. – 132 с.
13. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия: Межкультурные и междисциплинарные аспекты на примере 40 историй болезни / Н. Пезешкиан; пер. Т. В. Куличенко. - М. : Медицина, 2016. - 464 с.
14. Хомуленко Т. Б. Основы психосоматики: навч.-метод. посіб. / Т. Б. Хомуленко. - Вінниця: Нова Книга, 2019. – 120 с.
15. Adam J. Krakowski (2017) Psychosomatic Medicine: Theoretical, Clinical, and Transcultural Aspects. Hamburg
16. Elmar Brähler, H. Appelt, H. Becker, P. Bernhard (2016). Body Experience The Subjective Dimension of Psyche and Soma Contributions to Psychosomatic Medicine, Springer Science & Business Media
17. Kyung Bong Koh (2018). Stress and Somatic Symptoms Biopsychosociospiritual Perspectives. Cham, Switzerland : Springer.
18. Luigi Grassi, Michelle B. Riba, Thomas Wise (2019). Person Centered Approach to Recovery in Medicine Insights from Psychosomatic Medicine and Consultation-Liaison Psychiatry. Cham, Switzerland: Springer
19. The American Psychiatric Publishing textbook of psychosomatic medicine / edited by James L. Levenson, American Psychiatric Publishing.2015.