

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут економіки та менеджменту

07-03-149S

<b>СИЛАБУС SYLLABUS</b>	<b>ОСНОВИ ПСИХОСОМАТИКИ BASICS OF PSYCHOSOMATICS</b>	
Шифр за ОП Code in Degree Programme	OK 33	
Освітній рівень Level of Education	бакалаврський (перший)	
	English Bachelor's (first)	
Галузь знань Field of Knowledge	05	<b>Соціальні та поведінкові науки Social and behavioral sciences</b>
Спеціальність Field of Study	053	<b>Психологія Psychology</b>
Освітня програма Degree Programme	<b>Психологія</b>	
	<b>Psychology</b>	

## РІВНЕ – 2023

Силабус «Основи психосоматики» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою Психологія спеціальності 053 «Психологія». Рівне. НУВГП. 2023. 13 стор.

ОП на сайті університету:  
<https://ep3.nuwm.edu.ua/23872/1>

Розробник силабусу: Шпак Світлана Григорівна, *кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри суспільних дисциплін*

Силабус схвалений на засіданні кафедри  
Протокол № 9 від “26” травня 2023 року

Завідувач кафедри: Олексін Юрій Петрович,  
*доктор педагогічних наук, професор*

Керівник (гарант) ОП: Шпак Світлана Григорівна,  
*кандидат психологічних наук, доцент*

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІ  
Протокол № 9 від “15” червня 2023 року


Голова науково-методичної ради з якості ННІ:  
Ковшун Наталія Едуардівна,  
*доктор економічних наук, професор*

Попередня версія силабусу (вказати шифр) \_\_\_\_\_

© НУВГП, 2023

ПРОГРАМА ОСНОВИ ПСИХОСОМАТИКИ	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	<i>бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Психологія</i>
Спеціальність	<i>053 Психологія</i>
Рік навчання, семестр	<i>4 рік, 8 семестр</i>
Кількість кредитів	<i>3 кредити</i>
Лекції:	<i>18 годин д.ф.н. / 2 години з.ф.н.</i>
Семінарські заняття:	<i>16 годин д.ф.н. / 6 годин з.ф.н.</i>
Самостійна робота:	<i>56 годин д.ф.н. / 82 години з.ф.н.</i>

Курсова робота:	ні
Форма навчання	денна/заочна
Форма підсумкового контролю	залік
Мова викладання	українська

ІНФОРМАЦІЯ ПРО РОЗРОБНИКА	
Лектор 	<b>Шпак Світлана Григорівна</b> , кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри суспільних дисциплін
Вікіситет	<a href="http://wiki.nuwm.edu.ua/Шпак_Світлана_Григорівна">http://wiki.nuwm.edu.ua/ Шпак Світлана Григорівна</a>
ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0002-2252-3801">https://orcid.org/0000-0002-2252-3801</a>
Як комунікувати	<a href="mailto:s.h.shpak@nuwm.edu.ua">s.h.shpak@nuwm.edu.ua</a> тел. 0973222488

### ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

#### Мета та завдання

**Метою** вивчення дисципліни «Основи психосоматики» є формування у майбутнього фахівця загальних та професійних компетенцій системи загальної психологічної підготовки в сфері охоломи здоров'я, засвоєння психологічних аспектів психосоматичних розладів, розкриття психологічних особливостей людей, які страждають на різні захворювання, методів і способів діагностики психосоматичних відхилень та психологічної допомоги таким клієнтам.

Використовуються такі методи викладання та технології: тренінги, рольові ігри, стимуляційні ігри, обговорення, диспути, тренінги, презентації, міні-лекції, метод кейсів, метод портфоліо, моделювання професійної діяльності, ситуаційні дослідження та інші.

**Цілями є:**

- розкрити теоретичні аспекти психосоматичних і соматопсихічних взаємовпливів;
- визначити роль біологічних та соціальних складових у формуванні індивідуально психологічних властивостей людини;
- розкрити суть основних закономірностей розвитку психіки;
- навчитись розпізнавати психічну норму від психічної патології, психічне здоров'я від психічної хвороби;

- *засвоїти знання про психічні особливості психосоматичних розладів;*
- *розкрити психологічні особливості людей, які страждають на різні захворювання, методи і способи діагностики психічних відхилень, диференціацію психологічних феноменів і психопатологічних симптомів та синдромів.*

**Посилання на розміщення освітнього компонента на навчальній платформі Moodle, на платформі освітніх програм та їхніх освітніх компонентів**

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2200>

### **Передумови вивчення\***

**(місце освітнього компонента в структурно-логічній схемі)**

*Передумовами вивчення освітнього компонента Основи психосоматики є вивчення Анатомії, фізіології та еволюції нервової системи, Загальної психології, Психофізіології, Клінічної психології, Патопсихології, Основ психологічної корекції, Основ психотерапії.*

### **Компетентності**

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.  
 ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.  
 ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.  
 ФК1. Здатність оперувати категоріально- понятійним апаратом психології.  
 ФК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.  
 ФК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.  
 ФК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.  
 ФК6. Здатність самостійно планувати, організувати та здійснювати психологічне дослідження.  
 ФК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.  
 ФК8. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).  
 ФК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.  
 ФК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.  
 ФК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

### **Програмні результати навчання (ПРН). Результати навчання (РН)\***

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.  
 ПР2. Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань  
 ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.  
 ПР6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.

ПР7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.

ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, встановлювати ефективність власних дій.

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до запиту.

ПР13. Емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові особливості.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

## Структура та зміст освітнього компонента

### Змістовий модуль 1. Психосоматика як наука

#### 1. Поняття про психосоматику

*Кількість годин:*

*лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 6*

Опис теми: Історія розвитку психосоматики як науки. Роль психогенних чинників в патогенезі функціонального захворювання. Психологічні особливості соматичних хворих.

#### 2. Клінічна картина психосоматичних захворювань

*Кількість годин:*

*лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 6*

Опис теми: Механізм розвитку основних психосоматичних хвороб. Клінічна картина основних психосоматичних захворювань.

#### 3. Психологія психосоматичного хворого

*Кількість годин:*

*лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 6*

Опис теми: Психосоматичний взаємовплив і хвороба. Особливості істероконверсійних розладів. Особливості соматоформних розладів.

### Змістовий модуль 2. Симптоматика психосоматичних розладів

#### 4. Особливості психосоматичних захворювань

*Кількість годин:*

*лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 6*

Опис теми: Особливості психосоматичних захворювань. Психологічні особливості реагування особистості хворобу. Види психологічного захисту.

#### 5. Особливості болю в психосоматиці

*Кількість годин:*

*лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 6*

Опис теми: Поняття про біль в психосоматичній медицині. Чинники інтенсивності больового відчуття. Психосоматичні аспекти больового відчуття. Клінічні аспекти психалгій.

#### 6-7. Симптоматика психосоматичних розладів

*Кількість годин:*

*лекцій –4, практичних занять – 2, самостійної роботи – 12*

Опис теми: Тілесні прояви стресу. Судомні прояви та гіперкінези. Психологічні прояви стресу.

#### 8. Методи діагностики в психосоматиці

*Кількість годин:*

лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 8

Опис теми: Діагностична бесіда в психосоматиці. Діагностичні тести в психосоматиці. Додаткові методи діагностики в психосоматиці.

### **9. Психосоматика при втраті**

Кількість годин:

лекцій –2, практичних занять – 2, самостійної роботи – 6

Опис теми: Симптоматика при втраті. Психологічна робота з втратою. Техніки для роботи з втратою (робота зі сновидіннями, робота з ім'ям).

### **Форми та методи навчання**

Методи навчання: навчальна дискусія, дебати, співбесіди; прес-конференції; круглі столи; технології викладання: аналіз проблемних питань, обговорення, презентації, міні-лекції та інші.

### **Інструменти, обладнання, програмне забезпечення**

Матеріали світнього компонента розміщено на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2200>

### **Порядок оцінювання програмних результатів навчання/ результатів навчання**

На семінарських заняттях контроль знань студентів з навчальної дисципліни проводиться:

- в усній формі (1-2 бали),
- підготовка презентацій або рефератів (5 балів),
- виконання тестових завдань -(5 балів).

За роботу на семінарських заняттях можна набрати до 60 балів. Контроль самостійної роботи проводиться за допомогою захисту звіту. Захист відбувається у терміни, спільно обумовлені студентом і викладачем.

Засвоєння матеріалу 3 змістових модулів перевіряється письмово, розв'язанням тестових завдань.

Модульний контроль знань проводиться в системі Moodle. Максимальний бал за написання модульних контролів: МК1 (20 балів ) та МК2 (20 балів ). Всього – 40б.

Модульний контроль проходить у формі тестування. У тесті 30 запитань різної складності: рівень 1 – 20 запитань по 0,4 бали (8 балів), рівень 2 – 8 запитань по 1 балу (8 балів), рівень 3 – 2 запитання по 2 бали (4 бали). Усього – 20 балів.

Якщо здобувач успішно написав 2 модульні контролі і має високий бал за поточне оцінювання, то він отримує залік автоматично. У разі не написання модульних контролів або ж отримання низьких балів за них, то здобувач складає письмовий залік у тестовій формі через ННЦНО НУВГП. У таких випадках результати модулів скасовуються.

З навчальної дисципліни також передбачено отримання додаткових балів:

- Участь з доповіддю за тематикою навчальної дисципліни на конференції – до 10 балів.
- Написання статті в збірник наукових праць – до 10 балів.

Загальна оцінка з навчальної дисципліни розраховується як арифметична сума набраних балів (не більше 100 балів) за всі



види навчальних та додаткових завдань.

## **Рекомендована література (основна, допоміжна)**

### **Основна література**

1. Грицюк І.М. Основи психосоматики: методичні матеріали для студентів спеціальності «Практична психологія». Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 27с.
2. Дейнека Л. Основи психосоматики. Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, Бібліотека; уклад. Л. Дейнека. Луцьк, 2017. 144 с.
3. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
4. Максименко С. Д., Шевченко Н.Ф. Психологічна допомога тяжким соматичним хворим. навч. посіб. Київ–Ніжин: Міланік, 2007. 115 с.
5. Малхазов О.Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ: Євролінія, 2002. 320 с.
6. Марченко П.Д., Чайченко Г.М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ: Вища шк., 2017. 390 с.
7. Старушенко Л.І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
8. Титаренко Т.М. Психологія життєвої кризи. Відп. Ред. Т.М. Титаренко. Київ: Главник, 2018. 122 с.
9. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ: ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
10. Філіппов М.М. Психофізіологія людини: Навч. посіб. Київ: МАУП, 2003. 136 с.
11. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів: Штінца, 2010. 240 с.
12. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
13. Чайченко Г.М., Цибенко В.О., Сокур В.Д. Фізіологія людини і тварини: Підручник для студ. біол. спец. вищ. навч. закл. Київ: Вища школа, 2003. 464 с.
14. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: навч. посіб. Київ: Вища школа, 2004. 345 с.

### **Інформаційні ресурси в Інтернеті**

1. Загальна психологія - Максименко С.Д. [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://studentbooks.com.ua/content/view/1264/1/> – Назва з екрану.

### **Поєднання навчання та досліджень\* (за потреби)**

*Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.*

### **ПОЛІТИКИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ**

#### **Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)**

*Взаємодія з людьми, загальнокультурна грамотність, здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, навички усного та письмового спілкування, вміння слухати і запитувати, формування власної думки та ін.*

#### **Дедлайни та перескладання**

*Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», <http://ep3.nuwm.edu.ua/4273/>. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі. Перездача модульних контролів*



здійснюється згідно <http://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdzili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnogo-otsiniuvannia-znan/dokumenty>. Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/>

### **Неформальна та інформальна освіта (за потреби)**

Студенти мають право на перезарахування результатів навчання набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного Положення про неформальну освіту. <http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/>.

Також здобувачі вищої освіти можуть самотійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опанувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даної дисципліни/освітньої програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.

### **Правила академічної доброчесності**

Усі здобувачі виконані навчальні завдання самотійно перевіряють на виявлення текстових запозичень через університетську платформу MOODLE <http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Unplag>.

В аудиторії здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту роботи.

### **Вимоги до відвідування**

Студенту не дозволяється пропускати заняття без поважних причин. Якщо є довідка про хворобу чи іншу поважну причину то студенту не потрібно відпрацьовувати пропущене заняття.

При об'єктивних причинах пропуску занять, студенти можуть самотійно вивчити пропущений матеріал на платформі MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=341>

Автор  
Доцент

Світлана ШПАК

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та  
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП  
Номер документа СИЛ №502 від [sDateTime\_SignWriteAgree\_Last]  
Підписувач Сорока Валерій Степанович  
Підписувач (дані КЕП): [oSignECP.sSigner\_Sert]  
Сертифікат 58E2D9E7F900307B04000000807E2D0054327D00