

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства
та природокористування
Кафедра суспільних дисциплін

07-03-394М

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
до семінарських занять з навчальної дисципліни
«*Основи психосоматики*»
для здобувачів вищої освіти першого
(бакалаврського) рівня за освітньо-професійною
програмою «Психологія» спеціальності 053 «Психологія»
денної та заочної форм навчання

Рекомендовано науково-
методичною радою
з якості ННІЕМ
Протокол № 9 від 15.06.2023 р.

Рівне – 2023

Методичні вказівки до семінарських занять з навчальної дисципліни «Основи психосоматики» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійною програмою «Психологія» спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання] / Шпак С. Г. – Рівне : НУВГП, 2023. – 34 с.

Укладач: Шпак С. Г., кандидат психологічних наук, доцент

Відповідальний за випуск: Олексін Ю. П., доктор пед. наук, завідувач кафедри суспільних дисциплін

Керівник групи забезпечення спеціальності 053 «Психологія»
Шпак С. Г.

© С. Г. Шпак, 2023

© НУВГП, 2023

Вступ

Метою вивчення дисципліни «Основи психосоматики» є формування у майбутнього фахівця загальних та професійних компетенцій в галузі психосоматичної науки. А також 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.

Отримання певного власного досвіду професійної діяльності у відповідності з віковими та індивідуальним особливостями людей. Усвідомлення та відчуття закономірностей функціонування людської психіки і набуття навичок активно взаємодіяти та впливати на психіку іншої особистості, враховуючи її потенційні, вікові та індивідуальні психологічні особливості, прогнозувати її поведінку та вчинки тощо.

Завданнями курсу є:

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

- дослідження фенотипу як результату взаємодії генотипу і середовища, психопрофілактичні, психокорекційні і психотерапевтичні способи допомоги пацієнтам, а також теоретичні аспекти психосоматичних і соматопсихічних взаємовпливів;
- вміння підбирати інтерактивні ігри, різноманітні тренінгові вправи для розв'язання конкретних психологічних проблем.

Вивчення навчальної дисципліни «Основи психосоматики» спрямовано на формування таких компетенцій:

Інтегральна: Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів психологічної науки і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності: Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

Фахові (спеціальні) компетентності спеціальності: Здатність оперувати категоріальнопонятійним апаратом психології. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел. Здатність

використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій. Здатність самостійно планувати, організувати та здійснювати психологічне дослідження. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову). Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту. Здатність дотримуватися норм професійної етики. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Очікувані результати навчання:

Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

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

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

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

В результаті освоєння дисципліни студент повинен

знати:

– функції, види, мету і завдання основ психосоматики, основні категорії та методи досліджень в психосоматиці,

- теоретичні положення основ психосоматики, які виконують методологічну функцію;
- основні психологічні чинники ризику та антиризикую соматичних та психосоматичних захворювань;
- основні варіанти порушень когнітивних функцій та особистості при соматичних захворюваннях;
- індивідуальні особливості людей, які страждають на різні захворювання;
- методи і способи діагностики психічних відхилень;
- диференціацію психологічних феноменів і психопатологічних симптомів та синдромів;
- порушення фізичного розвитку особи та шляхи вирішення цих проблем;
- принципи, методи та технології психокорекційної роботи з групами соматичних хворих;
- методи та технології психокорекційної роботи з клієнтами при втраті;
- психологічні проблеми психогігієни та психопрофілактики.

вміти:

- використовувати на практиці основні психодіагностичні методики обстеження хворих;
- проводити збір анамнестичних даних та психологічний аналіз даних історії хвороби та історії життя пацієнта;
- володіти навичками проведення психологічного обстеження та практичної обробки його результатів;
- планувати та проводити психологічну та корекційну роботу з людьми які страждають на різні захворювання у

відповідності з віковими та індивідуальними особливостями;

– підбирати інтерактивні ігри, різноманітні тренінгові вправи для розв'язання конкретних психосоматичних проблем.

2. Методичні поради для роботи над дисципліною

Зміст дисципліни реалізується опануванням трьох блоків: теоретичного, практичного та блоку самостійної роботи.

Напрямами самостійної роботи з вивчення курсу є: вивчення окремих тем та питань, підготовка фіксованих виступів, підготовка до семінарських занять.

Для розуміння студентами змісту курсу, системи семінарських занять та самостійного вивчення, форми підсумкового контролю вказівки містять програму навчальної дисципліни, теми і плани семінарських занять, теми самостійної роботи та вимоги до звіту про її виконання, індивідуальні завдання, питання до модульного контролю, рекомендовану (базову, допоміжну) літературу, інформаційні ресурси.

Для успішної підготовки до семінарського заняття розділ «Плани семінарських занять» містить тему, вид семінарського заняття, методи, які будуть застосовуватись в процесі проведення семінару, мотивацію навчання, мету, актуалізацію опорних знань, план, основні поняття, зміст узагальнення вивченого, завдання для підготовки до

семінарського заняття, контрольні запитання до теми та літературу з вказівкою сторінок вивчення відповідної теми.

З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, студентам пропонується опрацювання конспекту лекції, рекомендованої літератури та контрольні запитання.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовий модуль 1. Психологічні особливості соматичних хворих

Тема 1. Поняття про психосоматику

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

Основні поняття: психосоматика; психічний стрес; психогенний чинник; психотравмуючий подразник; психогенія; стилі реагування хворого на хворобу.

Тема 2. Клінічна картина психосоматичних захворювань

Механізм розвитку основних психосоматичних хвороб. Клінічна картина основних психосоматичних захворювань. Психологічні особливості соматичних хворих.

Основні поняття: етіологія; патогенез; психосоматоз; гіпертонічна хвороба; інфаркт міокарду; виразкова хвороба шлунку і 12-палої кишки; цукровий діабет; бронхіальна астма; виразковий коліт;

нейродерматози; гіпертиріоз.

Тема 3. Психологія психосоматичного хворого

Психосоматичний взаємовплив і хвороба. Особливості істероконверсійних розладів. Особливості соматоформних розладів.

Основні поняття: нозогенія; істероконверсійні розлади; соматоформні розлади; сенестоалгічний синдром; психовегетативний синдром; синдром панічних атак (панічний розлад); анорексія; булімія; депресія.

Тема 4. Особливості психосоматичних захворювань

Особливості психосоматичних захворювань. Види психологічного захисту. Психологічні особливості реагування соматичних хворих на хворобу.

Основні поняття: психічний стрес; психогенний чинник; психотравмуючий подразник; психогенія; стилі реагування хворого на хворобу; психологічний захист; фрустрація; витіснення; проекція; ідентифікація; раціоналізація; регресія; сублімація.

Тема 5. Особливості болю в психосоматиці

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

Основні поняття: біль; больовий синдром; психологічні чинники; інтенсивність болю; психалгія; сенсорний компонент; емоційний компонент.

Змістовний модуль 2. Психологічна допомога соматичним хворим

Тема 6-7. Симптоматика психосоматичних розладів

Тілесні прояви стресу. Судомні прояви та гіперкінези. Психологічні прояви стресу. Стани страху в психосоматиці.

Основні поняття: гіперестезія, гіперкінези, кардіалгія, мігрень, дискінезія жовчовивідних шляхів, остеохондроз хребта, передменструальний синдром, альгоменорея, аднексит, менопауза, ревматизм, остеоартроз, пароксизми психогенна дизфагія, дизморфобія, гіпервентиляційний синдром.

Тема 8. Методи діагностики в психосоматиці

Діагностична бесіда в психосоматиці. Діагностичні тести в психосоматиці. Додаткові методи діагностики в психосоматиці.

Основні поняття: кардіалгії; болі; судоми; гіперкінезії; гіпертензії; гіпервентиляційний синдром; пароксизми.

Тема 9. Психосоматика при втраті

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

Основні поняття: Зміни фізіологічного стану; Зміни фізичного стану; психосоматичні захворювання; Рефлексія; Ретрофлексія; Конфлюенція; Побудова нової картини світу; Робота зі сновидіннями; Робота з ім'ям.

Вивчення курсу передбачає проведення лекційних, семінарських, практичних та лабораторних занять,

самостійну роботу студентів, використання різних форм контролю рівня знань студентів (виконання контрольних та творчих робіт, захист рефератів, співбесіда з окремих тем (питань теми), вибір адекватних методик для проведення дослідної роботи з дітьми різного віку, проведення атестації, заліку).

Велика увага приділяється розвитку наукового творчого мислення студентів, чому сприяють завдання для самостійної роботи.

4. Теми семінарських занять

н/п	Назва теми	Кількість годин
		Д.ф.
1.	Поняття про психосоматику	2
2.	Клінічна картина психосоматичних захворювань	2
3.	Психологія психосоматичного хворого	2
4.	Особливості психосоматичних захворювань	2
5.	Особливості болю в психосоматиці	2
6.	Симптоматика психосоматичних розладів	2
7.	Симптоматика психосоматичних розладів	2
8.	Методи діагностики в психосоматиці	2
9.	Психосоматика при втраті	2
	Разом	18

5. Плани семінарських занять

Семінарське заняття № 1

Тема: *Поняття про психосоматику*

Вид заняття: семінар-розгорнута бесіда.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота.

Мотивація навчання: особистісне і професійне самовдосконалення.

Мета: *знати* предмет і завдання, етапи розвитку розвитку психосоматики. Роль психогенних чинників в

патогенезі функціонального захворювання. Психологічні особливості соматичних хворих.

вміти здійснювати порівняльний аналіз теорій сучасної психосоматики, обґрунтовувати доцільність використання методів досліджень.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Поняття про психосоматику».

План

1. Історія розвитку психосоматики як науки
2. Роль психогенних чинників в патогенезі функціонального захворювання
3. Психологічні особливості соматичних хворих

Основні поняття: психосоматика; психічний стрес; психогенний чинник; психотравмуючий подразник; психогенія; стилі реагування хворого на хворобу.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Дайте визначення психосоматики як галузі психологічної науки
2. Назвіть етапи розвитку психосоматики
3. Назвіть наукові напрями, предмет, об'єкт, завдання психосоматики

4. Охарактеризуйте структуру, функції та основні категорії психосоматики
5. Охарактеризуйте зв'язок психосоматики з іншими наукам.
6. Охарактеризуйте методологічні засади психосоматики
7. Назвіть та охарактеризуйте методи дослідження у психосоматиці

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.
8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

Семінарське заняття № 2

Тема: *Клінічна картина психосоматичних захворювань*

Вид заняття: семінар - розгорнута бесіда.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота.

Мотивація навчання: особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* механізми виникнення та розвитку основних психосоматичних хвороб, особливості клінічної картини психосоматичних захворювань, психосоматичного взаємовпливу, особливості розвитку хвороби.

вміти визначати поняття розвитку і формування в контексті психосоматики.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми «Клінічна картина психосоматичних захворювань».

План

1. Механізм розвитку основних психосоматичних хвороб
2. Клінічна картина основних психосоматичних захворювань

Основні поняття: етіологія; патогенез; психосоматоз; гіпертонічна хвороба; інфаркт міокарду; виразкова хвороба шлунку і 12-палої кишки; цукровий діабет; бронхіальна астма; виразковий коліт; нейродерматози; гіпертиріоз.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Дайте визначення поняттям «етіологія» та «патогенез» психосоматики як галузі психологічної науки
2. Охарактеризуйте механізми виникнення та розвитку психосоматичних захворювань
3. Охарактеризуйте клінічну картину осовних психосоматичних захворювань
4. Назвіть та охарактеризуйте методи дослідження у психосоматиці

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.

8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

Семінарське заняття № 3

Тема: *Психологія психосоматичного хворого*

Вид заняття: семінар-розгорнута бесіда

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* особливості психосоматичного взаємовпливу, особливості розвитку хвороби, особливості істероконверсійних розладів, особливості соматоформних розладів.

вміти визначати поняття розвитку і формування в контексті психосоматики.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми «Психологія психосоматичного хворого».

План

1. Психосоматичний взаємовплив і хвороба
2. Особливості істероконверсійних розладів
3. Особливості соматоформних розладів

Основні поняття: нозогенія; істероконверсійні розлади; соматоформні розлади; сенестоалгічний синдром; психовегетативний синдром; синдром панічних атак (панічний розлад); анорексія; булімія; депресія.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з

психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Розкрийте співвідношення понять «психосоматичний взаємовплив» і «хвороба»
2. Охарактеризуйте основні вітчизняні та зарубіжні підходи до вивчення психосоматики
3. Охарактеризуйте особливості особливості істероконверсійних розладів
4. Охарактеризуйте особливості особливості соматоформних розладів
5. Охарактеризуйте особливості сенестоалгічного синдрому, психовегетативного синдрому
6. Охарактеризуйте особливості синдрому панічних атак (панічний розлад)

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.

3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.
8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

Тема 4: Особливості психосоматичних захворювань

Вид заняття: семінар - розгорнута бесіда.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота.

Мотивація навчання: особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* основні особливості психосоматичних захворювань, види психологічного захисту, психологічні особливості соматичних хворих.

вміти використовувати поняття «особливості психосоматичних захворювань» та «особливості соматичних хворих» у власних дослідженнях.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми «Особливості психосоматичних захворювань».

План

1. Особливості психосоматичних захворювань
2. Психологічні особливості реагування особистості хворобу

3. Види психологічного захисту

Основні поняття: психологічний захист; фрустрація; витіснення; проєкція; ідентифікація; раціоналізація; регресія; сублимація.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами, тестовий контроль знань.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні питання до теми

1. Охарактеризуйте основні особливості перебігу психосоматичних захворювань.
2. Охарактеризуйте психологічні особливості реагування соматичних хворих на хворобу
3. Проаналізуйте психологічні особливості соматичних хворих в сучасній психологічній науці
4. Визначіть поняття «психологічного захисту»
5. Охарактеризуйте види психологічного захисту
6. Визначіть критерії рушійних сил психологічного захисту
7. Проаналізуйте проблеми поняття «психологічного захисту» у вітчизняній та зарубіжній психології

II. Відповідно до плану семінарського заняття, опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати

та підготувати виступи.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : ШТінца, 2010. 240 с.
8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

Семінарське заняття № 5

Тема: *Особливості болю в психосоматиці*

Вид заняття: семінар – практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* основні поняття про біль в психосоматичній медицині, чинники інтенсивності

больового відчуття, психосоматичні аспекти больового відчуття, клінічні аспекти психалгій.

вміти визначати особливості психосоматичних аспектів больового відчуття.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Особливості болю в психосоматиці».

План

1. Поняття про біль в психосоматичній медицині
2. Чинники інтенсивності больового відчуття
3. Психосоматичні аспекти больового відчуття
4. Клінічні аспекти психалгій

Основні поняття: біль; больовий синдром; психологічні чинники; інтенсивність болю; психалгія; сенсорний компонент; емоційний компонент.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте основні поняття «біль», «больовий синдром».
2. Проаналізуйте загальну характеристику чинникам інтенсивності больового відчуття

3. Охарактеризуйте основні психосоматичні аспекти болювого відчуття.
4. Охарактеризуйте клінічні аспекти психалгій

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.
8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

Семінарське заняття № 6-7

Тема: *Симптоматика психосоматичних розладів*

Вид заняття: семінар - практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* сновні симптоми та особливості психосоматичних розладів.

вміти використовувати форми і методи діагностики психосоматичних розладів.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Симптоматика психосоматичних розладів».

План

1. Тілесні прояви стресу
2. Судомні прояви та гіперкінезії
3. Психологічні прояви стресу
4. Стани страху в психосоматиці

Основні поняття: кардіалгії; болі; судоми; гіперкінезії; гіпертензії; гіпервентиляційний синдром; пароксизми.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте тілесні прояви стресу в психосоматичних розладах

2. Охарактеризуйте судомні прояви та гіперкінезії в проявах психосоматичних розладів
3. Проаналізуйте психологічні прояви стресу в психосоматичних розладах на емоційному рівні
4. Охарактеризуйте психологічні прояви стресу в психосоматичних розладах на рівні мислення
5. Проаналізуйте психологічні прояви стресу в психосоматичних розладах на рівні поведінки
6. Охарактеризуйте психологічні прояви стресу в психосоматичних розладах на соціально-психологічному рівні
7. Охарактеризуйте стани страху, їх прояви

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.
8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.

9. 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.

Семінарське заняття № 8

Тема: *Методи діагностики в психосоматиці*

Вид заняття: семінар – практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мета: *знати* особливості методів діагностики в психосоматиці, особливості діагностичної бесіди, особливості використання тестів та опитувальників в психосоматиці, особливості використання проєктивних тестів.

вміти використовувати форми і методи діагностики в психосоматиці.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми

План

1. Діагностична бесіда в психосоматиці
2. Діагностичні тести в психосоматиці
3. Додаткові методи діагностики в психосоматиці

Основні поняття: діагностична бесіда, скарги, паузи в розмові, діагностичні тести, проєктивні тести

Узагальнення вивченого: діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами, тестовий контроль знань.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте особливості проведення діагностичної бесіди в психосоматиці
2. Охарактеризуйте особливості використання тестів та опитувальників в психосоматиці
3. Проаналізуйте використання додаткові методів діагностики в психосоматиці
4. Назвіть особливості використання проєктивних тестів

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.
4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.

8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

Семінарське заняття № 9

Тема: Психосоматика при втраті

Вид заняття: семінар-практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* особливості симптоматики при втраті, алгоритм проживання при втраті, особливості психологічної роботи при втраті, основні техніки для роботи з втратою, особливості роботи зі сновидіннями та ім'ям.

вміти використовувати форми і методи діагностики при втраті.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Психосоматика при втраті».

План

1. Симптоматика при втраті
2. Психологічна робота з втратою
3. Техніки для роботи з втратою
 - 3.1. Робота зі сновидіннями
 - 3.2. Робота з ім'ям

Основні поняття: зміни фізіологічного стану; зміни фізичного стану; рефлексія; ретрофлексія; конфлюенція;

побудова нової картини світу; робота зі сновидіннями.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте особливості симптоматики при втраті
2. Проаналізуйте особливості психологічної роботи при втраті
3. Охарактеризуйте алгоритм проживання при втраті
4. Назвіть основні техніки для роботи з втратою
5. Охарактеризуйте особливості роботи зі сновидіннями
6. Охарактеризуйте особливості роботи з ім'ям

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Література:

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ: Міленіум, 2014. 265 с.
2. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
3. Марченко П. Д., Чайченко Г. М. Фізіологія вищої нервової діяльності. Київ : Вища шк., 2017. 390 с.

4. Старушенко Л. І. Клінічна анатомія і фізіологія людини. Київ: УСПМ. 2001.
5. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 322 с.
6. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
7. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.
8. Хоменко Б.Г. Анатомія людини: Практикум. Київ: Вища школа, 2017. 183 с.
9. 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.

6. Самостійна робота

н/п	Назва теми	Кількість годин
		Д.ф.
1.	Поняття про психосоматику	6
2.	Клінічна картина психосоматичних захворювань	6
3.	Психологія психосоматичного хворого	6
4.	Особливості психосоматичних захворювань	6
5.	Особливості болю в психосоматиці	6
6.	Симптоматика психосоматичних розладів	6
7.	Симптоматика психосоматичних розладів	6
8.	Методи діагностики в психосоматиці	8
9.	Психосоматика при втраті	6
	Разом	56

Оформлення звіту про самостійну роботу

Підсумком самостійної роботи вивчення дисципліни «Вікова психологія» є складання письмового звіту за темами, вказаними в п. 6.

Захист звіту про самостійну роботу відбувається у терміни, обумовлені студентом і викладачем.

Види самостійної роботи

1. Захист звіту про самостійну роботу
2. Презентація наукового фільму.
3. Презентація першоджерел.
4. Презентація наукової статті.
5. Написання наукової статті для публікації.
6. Підготовка виступу на студентській конференції.
7. Участь в олімпіаді з психології.

7. Питання до підсумкового контролю з дисципліни «Основи психосоматики»

1. Предмет і завдання психосоматики.
2. Взаємозв'язки психосоматики з іншими галузями знання.
3. Місце психосоматики в системі наукового знання та зміст основних категорій.
4. Історія розвитку психосоматики як науки.
5. Роль психогенних чинників в патогенезі функціонального захворювання.
6. Механізм розвитку основних психосоматичних хвороб.
7. Клінічна картина основних психосоматичних захворювань.
8. Психологічні особливості соматичних хворих.

9. Психосоматичний взаємовплив і хвороба.
10. Особливості істероконверсійних розладів.
11. Особливості соматоформних розладів.
12. Особливості психосоматичних захворювань.
13. Психологічні особливості реагування особистості хворобу.
14. Види психологічного захисту.
15. Поняття про біль в психосоматичній медицині.
16. Чинники інтенсивності больового відчуття.
17. Психосоматичні аспекти больового відчуття.
18. Клінічні аспекти психалгій.
19. Тілесні прояви стресу.
20. Судомні прояви та гіперкінезії.
21. Психологічні прояви стресу
22. Стани страху в психосоматиці.
23. Діагностична бесіда в психосоматиці.
24. Діагностичні тести в психосоматиці.
25. Додаткові методи діагностики в психосоматиці.
26. Симптоматика при втраті
27. Психологічна робота з втратою
28. Техніки для роботи з втратою
29. Психологічна робота при втраті зі сновидіннями
30. Психологічна робота при втраті з ім'ям

Шкала оцінювання навчальних досягнень студентів

Види занять	Бали
1. Поточна складова оцінювання	
1.1. Поняття про психосоматику	5
1.2. Клінічна картина психосоматичних захворювань	5
1.3. Психологія психосоматичного хворого	5
1.4. Особливості психосоматичних	5

захворювань	
1.5. Особливості болю в психосоматиці	5
1.6. Симптоматика психосоматичних розладів	5
1.7. Симптоматика психосоматичних розладів	5
1.8. Методи діагностики в психосоматиці	5
1.9. Психосоматика при втраті	5
1.16. Самостійна робота	15
Всього поточна складова оцінювання:	60
2. Підсумкова складова оцінювання	
2.1. Модульний контроль №1	20
2.2. Модульний контроль №2	20
Всього підсумкова складова оцінювання:	40
Разом:	100

Сума балів за всі форми навчальної діяльності

Сума балів за всі форми навчальної діяльності	Для заліку
90 – 100	зараховано
82 – 89	
74 – 81	
64 – 73	
60 – 63	
35 – 59	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

8. Рекомендована література

Базова

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. Филиппов М. М. Психология функциональных состояний : учеб. пособие. Київ : МАУП, 2016. 240 с.
11. Філіппов М. М. Психофізіологія людини : навч. посіб. Київ : МАУП, 2003. 136 с.
12. Фурдуй Ф. Стрес і здоров'я. Кишинів : Штінца, 2010. 240 с.

13. Ханецька Н. В. Психосоматика : методичні вказівки до вивчення дисципліни для студентів спеціальності 053 Психологія. Хмельницький : ХНУ, 2021. 46 с.
14. Хоменко Б. Г. Анатомія людини : практикум. Київ : Вища школа, 2017. 183 с.
15. 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.
1. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2004. 345 с.

9. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека ім. В. І. Вернадського. URL:<http://www.nbuv.gov.ua/>
2. Обласна наукова бібліотека (м. Рівне, майдан Короленка, 6. URL:<http://www.lib.rv.ua/>
3. Рівненська централізована бібліотечна система (м. Рівне, вул. Київська, 44). URL: <http://www.cbc.rv.ua/>
4. Наукова бібліотека НУВГП (м.Рівне, вул. Олекси Новака, 75). URL: <http://nuwm.edu.ua/naukova-biblioteka> (інформаційні ресурси у цифровому репозиторії)
5. Психологічний сайт. URL: http://www.syntone-spb.ru/library/books/content/1068.html?current_book_page=a
[ll](#)