

Силабус курсу:

**АДАПТИВНА ПОВЕДІНКА ТА
ПСИХОСОМАТИЧНІ РОЗЛАДИ**



Ступінь вищої освіти:	магістр
Спеціальність:	053 «Психологія»
Рік підготовки:	1
Семестр викладання:	2 семестр
Кількість кредитів ЄКТС:	5
Мова(-и) викладання:	українська
Вид семестрового контролю	залік

Автор курсу та лектор:

к. психол. н., доц., Бугайова Наталія Миколаївна

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові
доцент кафедри психології та соціології

посада

bugajova@snu.edu.ua	+38-095-678-11-83	Viber за номером телефону	Аудиторія за розкладом
електронна адреса	телефон	месенджер	консультації

Викладач практичних занять:*

к. психол. н., доц., Бугайова Наталія Миколаївна

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові
доцент кафедри психології та соціології

посада

bugajova@snu.edu.ua	+38-095-678-11-83	Viber за номером телефону	Аудиторія за розкладом
електронна адреса	телефон	месенджер	консультації

Анотація навчального курсу

Цілі вивчення курсу:

Оволодіння знаннями про зміст, причини, механізми, прояви та наслідки психосоматичних захворювань, формування адаптивної поведінки, а також формування на цій основі відповідних компетентностей та навичок дослідження психосоматичних проблем, враховуючи надбання сучасних тенденцій розвитку науки, та застосування методів психодіагностики до аналізу психосоматичних розладів.

Результати навчання:

1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
2. Демонструвати розуміння основ закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань психосоматичної патології.
3. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
4. Дотримуватись етичних норм, враховувати авторське право та діяти відповідно норм академічної доброчесності при проведенні наукових досліджень, презентації їх результатів та у науково-педагогічній діяльності.
5. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.
6. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.
7. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання при нозологічних розладах психосоматичного характеру.
8. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання при виявленні психосоматичних розладів та їх психологічної корекції.
9. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям.
10. Демонструвати навички командної роботи з фахівцями соматичної спрямованості в процесі вирішення фахових завдань при порушеннях з психосоматичною патологією.

Передумови до початку вивчення:

для вивчення дисципліни "Адаптивна поведінка та психосоматичні розлади" здобувач вищої освіти попередньо повинен набути програмні результати навчання, пов'язані з обізнаністю із предметною галуззю та розумінням професійної діяльності; вмінням встановлювати конструктивні відношення з людьми, складати і науково обґрунтовувати рекомендації щодо психологічної корекції.

Мета курсу (набуті компетентності)

В наслідок вивчення даного навчального курсу здобувач вищої освіти набуде наступних компетентностей:

1. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.
2. Здатність здійснювати пошук, оброблення, систематизацію, контекстуалізацію та інтерпретацію загальнонаукової інформації з різних джерел, а також генерувати нові ідеї для вирішення практичних професійних завдань.
3. Здатність проводити диференційну діагностику психосоматичних розладів, надавати психологічну допомогу людям із психосоматичними розладами.
4. Здатність до безперервного й актуального навчання, опанування нових знань, методичних розробок, що накопичені у міжнародній психологічній практиці подолання наслідків психосоматичних розладів.
5. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.
6. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
7. Здатність до саморозвитку та професійного зростання, самоаналізу, рефлексії та адаптування до змінних умов.

Структура курсу

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
1.	Поняття психосоматичного розладу	денна 4/0/2 заочна 0,5/0/0,5	Психосоматика в контексті культурно-історичного підходу. Психосоматичний розлад та соматоформний розлад. Класифікація психосоматичних захворювань. Загальні риси психосоматичного хворого (егоцентризм, інфантилізм, емоційний контроль, алекситимія, емоційна незрілість, агресивність, амбівалентність, перфекціонізм). Внутрішня картина хвороби. Типи емоційного відношення хворих до своєї хвороби. Нозогенії (психогенні реакції) при психосоматичних захворюваннях. Методи дослідження в психосоматиці. Принципи інтерв'ювання психосоматичного хворого. Первинне інтерв'ю та його структура. Загальне сімейно-діагностичне інтерв'ю. Діагностична бесіда: алгоритм проведення. Психологічні тести в психосоматичній практиці.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
2.	Методологічні та методичні засади психосоматики	денна 4/0/2 заочна 0,5/0/0,5	Етапи розвитку психосоматичних ідей. Психосоматичні теорії та моделі. Фундаментальні принципи психосоматичного підходу. Психологічний підхід в інтерпретації психосоматичних захворювань. Біхевіоральний (поведінковий) підхід в інтерпретації психосоматичних захворювань. Біологічний підхід в інтерпретації психосоматичних захворювань. Соціально-психологічний рівень інтерпретації. Психоаналітичне трактування психосоматики (символізм та конверсія). Конверсійна модель З. Фрейда; модель Митчеліха; модель порушення об'єктних відносин; модель Кохута; модель Шура; модель алекситимії; теорія особистісних профілей	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
			Ф. Данбар; теорія психосоматичної специфічності Ф. Александера; рольовий конфлікт як чинник розвитку психосоматичного симптому (теорія Д. Морено); експірієнтальна модель; екзистенційна модель; когнітивний підхід до соматичних порушень: «схема тіла» за П. Шильдером; сучасні психодинамічні уявлення про психосоматику; «неповноцінність органу» за А. Адлером; базова тривожність	
3.	Психосоціальні чинники розвитку психосоматичної патології	денна 6/0/3 заочна 1/0/0,5	Багатоосьова модель розвитку психосоматичної патології. Психологічний рівень інтерпретації психосоматичного захворювання. Психосоматичні розлади і стрес. Фази реагування організму за Г. Сельє. Роль емоцій у виникненні психосоматичного розладу. Актуальна та потенціальна емоційність. Патологічні емоційні стани. Тривога. Депресія. Емоційні стани при агресії. Стани емоційного збудження. Стани емоційної напруги. Стани фрустрації. Самотність. Сенсорна депривація. Соціальна депривація. Фіксовані емоційно-негативні стани як психологічний чинник формування психосоматичних розладів. Специфічна та неспецифічна емоція. Моделі можливої етіології феномену алекситимії. Роль когнітивних схем у розвитку психосоматичної патології. Дисфункції сімейної системи як чинник розвитку психосоматичної патології. Роль сім'ї у виникненні захворювань. Системна модель сім'ї. Діагностика сімейної системи.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
4.	Особистісні чинники розвитку психосоматичної патології	денна 2/0/1 заочна 0,5/0/0,5	Порушення структури «Я» та самоповаги як чинники розвитку психосоматичної патології. Психосоматичний симптом як результат рольового конфлікту. Психосоматичний симптом як результат порушення об'єктивних відносин. Механізми психологічного захисту.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
5.	Психологічний аналіз тілесних захворювань	денна 6/0/2 заочна 0,5/0/0,5	Нозологічна приналежність; нозоцентричний підхід; симптомоцентричний підхід; тілесні прояви стресу; прояви з боку серцево-судинної системи (гіпертонічна хвороба, гіпотонія, синдром артеріальної гіпотензії, ішемічна хвороба серця, інфаркт міокарда, неспецифічний хронічний поліартрит, мігрень, біль напруження); прояви з боку шлунково-кишкового тракту (виразкова хвороба шлунку та дванадцятипалої кишки, неспецифічний виразковий коліт, діарея, захворювання печінки та жовчного міхура, психосоматичні аспекти порушень харчової поведінки: ожиріння, булімія, анорексія); прояви з боку дихальної системи (bronхіальна астма, застуда, запалення дихальних шляхів); прояви з боку ендокринної системи та шкіряних покривів (цукровий діабет, кропивниця, нейродерміт, псоріаз, алергія, остеохондроз, хронічний біль); прояви з боку сечостатевої системи (сечокам'яна хвороба, запалення нирок та сечового міхура, гінекологічні захворювання та функціональні сексуальні порушення); прояви з боку опорно-рухової системи. Психосоматичні аспекти	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
			психовегетативного синдрому, депресії, головного болю, інфекційних захворювань та онкології.	
6.	Принципи та методи психокорекції психосоматичної патології	денна 4/0/2 заочна 0,5/0/1	Принципи психотерапії психосоматичного розладу. Розподіл психосоматичних хворих при виборі тактики терапії. Механізм символізації у практиках різних психотерапевтичних шкіл. Роль Ф. Александера, Ф. Данбар, А. Маслоу. Психоаналітичні підходи до терапії психосоматичних розладів. Індивідуальний аналіз та груп-аналіз. Тілесноорієнтована психотерапія. Катартичні техніки психотерапії. Види корекції психосоматичних захворювань засобами арт-терапії. Оцінка ефективності психокорекційного впливу.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
7.	Адаптивна поведінка, як чинник формування психологічного здоров'я особистості	денна 2/0/2 заочна 0,5/0/0,5	Стилі поведінки в різних життєвих ситуаціях. Стратегії поведінки при стресі. Копінг-поведінка, типи і стратегії.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
	Загальна кількість аудиторних годин:	денне 28/0/14 заочне 4/0/4		

Рекомендована література

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и применение / Ф. Александер. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2004. – 336 с.
2. Амон Г. Психосоматическая терапия / Г. Аммон. - СПб. : Речь, 2000. - 238 с.
3. Антропов Ю. Ф., Шевченко Ю. С. Психосоматические расстройства и патологические привычные действия у детей и подростков / Ю. П. Антропов, Ю. С. Шевченко. – М. : Издательство института Психотерапии, 2000.
4. Ахмедов Т. И., Шовковая Н. В., Федоренко Н. А., Ревуцкий З. Я. Психосоматический подход в медицине / Ахмедов Т. И., Шовковая Н. В., Федоренко Н. А., Ревуцкий З. Я. // Врачебная практика. Харьковский государственный медицинский университет. – 2000. – №4. – С. 91-96.
5. Бройтигам В., Кристиан П., Рад М. Психосоматическая медицина : кратк. учебн. / пер. с нем. Г. А. Обухова, А. В. Брунека. – М. : ГЭОТАР МЕДИЦИНА, 1999. – 376 с.
6. Бурлачук Л. Ф., Кочарян А. С., Жидко М. Е. Психотерапия : учебник для вузов (психологические модели) / Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко. – СПб. : Питер, 2003. – 472 с.
7. Бурлачук Л. Ф. Исследование личности в психосоматике / Л. Ф. Бурлачук. – К. : Вища школа, 2014. – 176 с.
8. Ващенко Ю. А. Причина психосоматических расстройств / Ю. А. Ващенко // Практична психологія і соціальна робота. – 1998. – №2. – С. 21-24.
9. Губачев Ю. М., Стабровский Е. М. Клинико-физиологические основы психосоматических соотношений / Ю. М. Губачев, Е. М. Стабровский. – Л. : Медицина, 1981. – 216 с.
10. Данилов Л.Ю. Клинические типы функциональных психосоматических расстройств в детско-подростковом возрасте / Л. Ю. Данилов // Журнал невропатологии и психиатрии им. Корсакова. – 1990. – Т. 90. - № 8.

11. Диагностика здоровья. Психологический практикум / под ред. проф. С. Никифорова. – СПб. : Речь, 2007. – 950 с.
12. Дідковська Л. І. Психосоматика : основи психодіагностики та психотерапії / Л. І. Дідковська. – Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2010. – 264 с.
13. Клиническая психология / под ред. Б. Д. Карвасарского. — СПб. : Питер, 2010. — 864 с.
14. Клінічна психологія : словник-довідник / авт.- уклад. С. В. Діденко. - К. : Академвидав, 2012. – 320 с.
15. Корнієнко О. В. Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей : навч.посібник / О. В. Корнієнко. – К. : Вид. центр “Київський університет”, 2000. – 126 с.
16. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / за ред. І. Я. Коцана. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. – 316 с.
17. Кулаков С. А. Основы психосоматики / С. А. Кулаков. - СПб. : Речь, 2003. – 288 с.
18. Максименко С. Д. Психологічна допомога тяжким соматично хворим / С. Д. Максименко, Н. Ф. Шевченко. – К. : Миланик, 2007. – 142 с.
19. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика : справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 992 с.
20. Минченков А. В. Методы структурной психосоматики / А. В. Минченков. – СПб. : ЮВЕНТА, 2002. – 405 с.
21. Новикова А. И. и др. Качество жизни при психосоматических заболеваниях / А. И. Новикова // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2002. – №5. – С. 7-10.
22. Парцерняк С. А. Стресс. Вегетоневрозы. Психосоматика / С. А. Парцерняк. – СПб. : А.В.К., 2002. – 384 с.
23. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия : пер. с нем. / Н. Пезешкиан. – М. : Медицина, 1996. – 464 с.
24. Психология здоровья : учебник для вузов / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.
25. Психосоматика : телесность и культура : учебное пособие для вузов / под ред. В. В. Николаевой. – М. : Академический проект, 2009. – 311 с.
26. Психосоматика : взаимосвязь психики и здоровья. Хрестоматия / сост. К. В. Сельченко. – Минск : Харвест, 2001. – 640 с.
27. Смулевич А. Б. Психосоматические расстройства (клиника, терапия, организация медицинской помощи) / А. Б. Смулевич // Психиатрия и психофармакотерапия. – 2000. – Т.2.
28. Тополянский В. Д., Струковская М. В. Психосоматические расстройства / В. Д. Тополянский, М. В. Струковская. – М. : Медицина, 1986.
29. Тухтарова И. В., Биктимиров Т. З. Соматопсихология : учеб. пособие / И. В. Тухтарова, Т. З. Биктимиров. – Ульяновск, 2005. – 130 с.
30. Фролова Ю. Г. Психосоматика и психология здоровья : учеб. пособие. 2-е изд., перераб. и доп. / Ю. Г. Фролова. – Минск : БГУ, 2003. – 172 с.
31. Хомуленко Т. Б. Психосоматика : культурно-історичний підхід / Т. Б. Хомуленко, І. О. Філенко, О. С. Шукалова, М. В. Коваленко. – Харьков : Издатель «Диса плюс», 2015. – 264 с.
32. Хомуленко Т. Б. Анализ телесного симптома как психосоматического феномена / Т. Б. Хомуленко. – Харьков : ХНПУ имени Г. С. Сковороды, 2011. – 41 с.
33. Хомуленко Т. Б. Основы психосоматики : навч.-метод. посіб. / Т. Б. Хомуленко. – Вінниця : Нова Книга, 2009. – 120 с.
34. Шебанова С. Г. Клінічна психологія : навчально-методичний посібник / С. Г. Шебанова, В. І. Шебанова. – Херсон, 2009. - 192 с.

Методичне забезпечення

1. Методичні вказівки до виконання контрольної роботи з дисципліни "Адаптивна поведінка та психосоматичні розлади" (для магістрів) / Укл.: Н. М. Бугайова. – Северодонецьк : Вид-во Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, 2022.
2. Методичні вказівки до практичних занять з дисципліни "Адаптивна поведінка та психосоматичні розлади" (для магістрів) / Укл.: Н. М. Бугайова. – Северодонецьк : Вид-во Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, 2022.
3. НМКД з дисципліни на сторінці електронного кампусу.

Оцінювання курсу

За повністю виконані завдання здобувач може отримати визначену кількість балів:

Інструменти та завдання	Кількість балів
Участь в обговоренні	7 (по 0,5 балів за ЛК)
Практичні заняття	42 (по 6 бали за ПК)
Індивідуальні завдання (контрольні роботи, реферати тощо)	11
Підсумковий екзаменаційний (заліковий) тест	40
Разом	100

Шкала оцінювання студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Політика курсу

Плагіат та академічна доброчесність:

Під час виконання практичних і самостійних завдань здобувачі вищої освіти мають дотримуватися політики академічної доброчесності. Запозичення (використання ідей, розробок, тверджень, статистичних або експериментальних відомостей інших авторів) повинні бути оформлені відповідними посиланнями на першоджерела. Списування або копіювання е

категорично забороненими. Перевірка текстів на унікальність здійснюється однаково для всіх здобувачів. Здобувачі вищої освіти самостійно виконують навчальні завдання, завдання поточного та підсумкового контролю (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей).

Перезарахування кредитів, отриманих у неформальній освіті:

Здобувач вищої освіти може пройти певні онлайн-курси, які пов'язані з темами дисципліни, на онлайн-платформах. При поданні документу про проходження курсу студенту можуть бути перезараховані певні теми курсу та нараховані бали за завдання.

Завдання і заняття:

Всі завдання, передбачені програмою курсу мають бути виконані своєчасно і оцінені в спосіб, зазначений вище. Аудиторні заняття мають відвідуватись регулярно. Пропущені заняття (з будь-яких причин) мають бути відпрацьовані з отриманням відповідної оцінки не пізніше останнього тижня поточного семестру. В разі поважної причини (хвороба, академічна мобільність тощо) терміни можуть бути збільшені за письмовим дозволом декана.

Поведінка в аудиторії:

1. Здобувачі вищої освіти користуються у суспільстві всіма правами самостійних, дорослих людей, а тому мають виконувати всі правила внутрішнього розпорядку, що існують у Східноукраїнському національному університеті ім. В. Даля.

2. Основний вид діяльності здобувачів вищої освіти — навчання. Студентство в аудиторії є транслятором загальних норм культури поведінки: інтелігентність, точність, дисциплінованість, акуратність, відповідальність, тощо.

3. Здобувачі вищої освіти обов'язково мають дотримуватися вимог техніки безпеки.

Під час контролю знань здобувачі:

- є підготовленими відповідно до вимог даного курсу;
- розраховують тільки на власні знання (не шукають інші джерела інформації або «допомоги» інших осіб);
- не заважають іншим;
- виконують усі вимоги викладачів щодо контролю знань.