МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Філологічний факультет
Кафедра спеціальної освіти

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор із науково-педагогічної роботи _____
31 серпня 2022 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ОСНОВИ ПСИХОСОМАТИКИ

Ступінь магістра
Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка
спеціальність 016 Спеціальна освіта
Освітньо-професійна програма Логопедія. Спеціальна психологія

2022-2023 навчальний рік

Розробник: Середа Ірина Валеріївна, доцент кафедри спеціальної освіти, кандидат педагогічних наук, доцент

Робочу програма затверджена на засіданні кафедри спеціальної освіти.
Протокол № 2 від 22 серпня, 2022 р.

Завідувач кафедри _____ (Савінова Н. В.)
«22» серпня, 2022 р.

Програму погоджено з гарантом ОП Логопедія. Спеціальна психологія_____ (Савінова Н. В.)

Анотація

Курс «Основи психосоматики» - варіативна навчальна дисципліна психологічного циклу. Предметом вивчення є основні положення психосоматики та актуальні проблеми профілактики психосоматичних захворювань. Курс виступає важливою складовою підготовки магістрів спеціальності 016 Спеціальна освіта за освітньо-професійною програмою Логопедія. Спеціальна психологія. Метою вивчення дисципліни є ознайомлення студентів із базовими принципами, теоріями, поняттями психосоматики; розкриття змісту, причин, механізмів, проявів та наслідків психосоматичних захворювань. Програма курсу передбачає розкриття змісту базових теоретичних засад психосоматики; ознайомлення студентів з аспектами прояву різних психосоматичних захворювань, чинниками та механізмами їх виникнення; ознайомлення з психологічними методами діагностики та психотерапії психосоматичних хворих. Вивчення дисципліни ґрунтується на загальних теоретичних основах медицини і психології. Вона тісно пов'язана зі спеціальною психологією, психотерапією та психокорекцією.

Ключові слова: класифікація психосоматичних захворювань, механізм психосоматичних захворювань, профілактика психосоматичних розладів, психосоматика, психосоматичні розлади, саногенне мислення, стресостійкість.

Summary

The course "Fundamentals of Psychosomatics" is a variable discipline of the psychological cycle. The subject of study is the main provisions of psychosomatics and current issues of prevention of psychosomatic diseases. The course is an important component of the training of masters in the specialty 016 Special education in the educational and professional program Speech Therapy. Special psychology. The purpose of studying the discipline is to acquaint students with the basic principles, theories, concepts of psychosomatics; disclosure of the content, causes, mechanisms, manifestations and consequences of psychosomatic diseases. The course program provides for the disclosure of the content of the basic theoretical foundations of psychosomatics; acquaintance of students with aspects of manifestation of various psychosomatic diseases, factors and mechanisms of their occurrence; acquaintance with psychological methods of diagnosis and psychotherapy of psychosomatic patients. The study of the discipline is based on the general theoretical foundations of medicine and psychology. It is closely related to special psychology, psychotherapy and psychocorrection.

Key words: classification of psychosomatic diseases, mechanism of psychosomatic diseases, prevention of psychosomatic disorders, psychosomatics, psychosomatic disorders, sanogenic thinking, stress resistance.

1. Опис навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Варіативна
Індивідуальне науково-дослідне завдання –	Спеціальність: 016 Спеціальна освіта	***Семестр***
Загальна кількість годин – 90		3-й
		Лекції
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Ступінь: магістра	8 год.
		Практичні, семінарські
		10 год.
		Лабораторні
http://moodle.mdu.edu.ua/my/		8 год.
		Самостійна робота
		64 год.
		Вид контролю: залік

Мова навчання – *українська.*

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 26 год. – аудиторні заняття, 64 год. – самостійна робота (30% /70%).

Заочна форма навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Варіативна
Індивідуальне науково-дослідне завдання –	Спеціальність: 016 Спеціальна освіта	***Семестр***
Загальна кількість годин – 90		3-й
		Лекції
http://moodle.mdu.edu.ua/my/	Ступінь: магістра	2 год.
		Практичні, семінарські
		4 год.
		Лабораторні
		4 год.
		Самостійна робота
		80 год.
		Вид контролю: залік

Мова навчання – *українська.*

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання – 10 год. – аудиторні заняття, 80 год. – самостійна робота (10%/90%)

2. Мета та завдання навчальної дисципліни та очікувані результати

Мета курсу полягає в ознайомлення студентів із базовими принципами, теоріями, поняттями психосоматики; розкритті змісту, причин, механізмів, проявів та наслідків психосоматичних захворювань.

Завдання курсу:

- розкрити зміст базових теоретичних засад психосоматики;
- ознайомити студентів з аспектами прояву різних психосоматичних захворювань, чинниками та механізмами їх виникнення;
- ознайомити з психологічними методами діагностики та психотерапії психосоматичних хворих.

Передумови для вивчення дисципліни: загальні теоретичні основи медицини і психології, спеціальна психологія, психотерапія та психокорекція.

Програмні результати навчання:

ПРН 1. Застосовувати отримані знання в галузі спеціальної та інклюзивної освіти при вирішенні навчально-виховних та науково-методичних завдань з врахуванням вікових та індивідуально-типологічних відмінностей учнів, соціально-психологічних особливостей учнівських груп та конкретних психолого-педагогічних ситуацій.

ПРН 11. Проводити лекційну та пропагандистську роботу з метою профілактики та подолання відхилень у розвитку дітей.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

І. Загальнопредметні:

ЗК-1.6. Адаптивна. Здатність до адаптації в корекційно-педагогічному середовищі та дії в нових ситуаціях, зокрема тих, що передбачають корекційне навчання, розвиток і виховання та навчальну реабілітацію дітей дошкільного, шкільного віку і підлітків, спілкування з їхніми батьками, комунікації з адміністрацією школи й колегами

ЗК-3.3. Здоров'язбережувальна компетентність. Здатність ефективно вирішувати завдання щодо збереження і зміцнення здоров'я (фізичного, психічного, соціального та духовного) як власного, так і оточуючих. Здатність застосовувати знання, вміння, цінності і досвід практичної діяльності з питань культури здоров'я та здорового способу життя, готовність до здоров'язбережувальної діяльності в корекційно- освітньому, навчально-реабілітаційного середовищі та створення психолого-педагогічних умов для формування здорового способу життя дітей з особливими освітніми потребами.

ІІ. Фаховими:

ФК.-1 *Теоретико-методологічна.* Здатність до застосування знань провідних гуманістичних теорій, концепцій, вчень щодо виховання і навчання осіб з обмеженими психофізичними можливостями; здатність відстоювати власні корекційно-педагогічні, навчально-реабілітаційні переконання, дотримуватись їх у житті та професійній діяльності).

ФК.-6. *Психологічна компетентність (відповідно нозології)*. Здатність до застосування сучасних знань про особливості розвитку дитини як суб'єктів корекційно-освітнього і навчально-реабілітаційного процесів на основі знань та умінь про їхні вікові, індивідуальні особливості та соціальні чинники розвитку і дизонтогенезу.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Тема 1. Психосоматика як галузь науки.

Тема 2. Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів.

Тема 3. Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань.

Тема 4. Класифікація психосоматичних розладів.

Тема 5. Психосоматичні порушення: загальна характеристика, причини та прояви.

Тема 6. Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань.

Тема 7. Діагностика психосоматичних захворювань.

Тема 8. Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладів.

Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Базові засади психосоматики

Тема 1. Психосоматика як галузь науки.

Тема 2. Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів.

Тема 3. Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань.
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень
Тема 4. Класифікація психосоматичних розладів.
Тема 5. Психосоматичні порушення: загальна характеристика, причини та прояви.
Тема 6. Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань.
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих
Тема 7. Діагностика психосоматичних захворювань.
Тема 8. Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладів.

3. Структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	Усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Базові засади психосоматики						
Тема 1. Психосоматика як галузь науки	10	1	2			7
Тема 2. Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів	10			2		8
Тема 3. Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	10	1	2			7
Усього:	**30**	**2**	**4**	**2**		**22**
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень						
Тема 4. Класифікація психосоматичних розладів	10	1		2		7
Тема 5. Психосоматичні порушення: загальна характеристика, причини та прояви	10	1	2	2		5
Тема 6. Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань	10	2	2			6
Усього:	**30**	**4**	**4**	**4**		**18**
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих						
Тема 7. Діагностика психосоматичних захворювань	15	1				14
Тема 8. Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладі	15	1	2	2		10
Усього:	**30**	**2**	**2**	**4**		**24**

Заочна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	Усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Базові засади психосоматики						
Тема 1. Психосоматика як галузь науки	10	1				9
Тема 2. Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів	10					10
Тема 3. Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	10		2			8
Усього:	**30**	**1**	**2**			**27**
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень						
Тема 4. Класифікація психосоматичних розладів	10	1				9
Тема 5. Психосоматичні порушення:	10			2		8

загальна характеристика, причини та прояви						
Тема 6. Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань	10		2			8
Усього:	**30**	**1**	**2**	**2**		**25**
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих						
Тема 7. Діагностика психосоматичних захворювань	15					15
Тема 8. Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладі	15			2		13
Усього:	**30**			**2**		**28**

4. Теми лекційних занять

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Основи психосоматики як науки	1
2.	**Тема 2.** Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів. Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	1
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
3.	**Тема 3.** Психосоматичні захворювання: їх причини, класифікація	2
4.	**Тема 4.** Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань	2
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
5.	**Тема 5.** Діагностика, психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладів	2
	Всього:	**8**

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Основи психосоматики як науки	1
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
2.	**Тема 2.** Психосоматичні захворювання: їх причини, класифікація	1
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
	Всього:	**2**

5. Теми практичних занять

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Психосоматика як галузь науки	2
2.	**Тема 2.** Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	2
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
3.	**Тема 3.** Психосоматичні порушення	2
4.	**Тема 4.** Стресові розлади	2
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
5.	**Тема 5.** Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних захворювань	2
	Всього:	**10**

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	2
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
2.	**Тема 2.** Стресові розлади	2
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
	Всього:	**4**

6. Лабораторні роботи

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів	2
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
2.	**Тема 2.** Класифікація психосоматичних розладів	2
3.	**Тема 3.** Стресові розлади. Стресостійкість	2
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
4-5.	**Тема 4.** Психопрофілактика психосоматичних розладів	2
	Всього:	**8**

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Класифікація психосоматичних розладів	2
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
2.	**Тема 2.** Психопрофілактика психосоматичних розладів	2
	Всього:	**4**

7. Самостійна робота

Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Психосоматика як галузь науки	7
2.	**Тема 2.** Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів	8
3.	**Тема 3.** Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	7
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
4.	**Тема 4.** Класифікація психосоматичних розладів	7
5.	**Тема 5.** Психосоматичні порушення: загальна характеристика, причини та прояви	5
6.	**Тема 6.** Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань	6
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
7.	**Тема 7.** Діагностика психосоматичних захворювань	14
8.	**Тема 8.** Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладів	10
	Всього:	**64**

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Базові засади психосоматики		
1.	**Тема 1.** Психосоматика як галузь науки	9
2.	**Тема 2.** Теорії та моделі виникнення психосоматичних розладів	10
3.	**Тема 3.** Фактори розвитку та механізм психосоматичних захворювань	9
Кредит 2. Сутність психосоматичних порушень		
4.	**Тема 4.** Класифікація психосоматичних розладів	9
5.	**Тема 5.** Психосоматичні порушення: загальна характеристика, причини та прояви	8
6.	**Тема 6.** Стресові розлади як вид психосоматичних захворювань	8
Кредит 3. Психологічний супровід психосоматичних хворих		
7.	**Тема 7.** Діагностика психосоматичних захворювань	15
8.	**Тема 8.** Психотерапія та психопрофілактика психосоматичних розладів	13
	Всього:	**80**

8. Індивідуальне науково-дослідне завдання

(не передбачено програмою)

9. Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ЄКТС	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння та засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних, лабораторних робіт, складання конспекту рекомендованої літератури, написання і захист реферату, здатності публічно чи письмово представляти певний матеріал.

Завданням підсумкового контролю (КР, залік) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу модуля.

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

Студенту виставляється відмінно, коли студент вільно володіє навчальним матеріалом на підставі вивченої основної та додаткової літератури. Аргументовано висловлює свої думки, проявляє творчий підхід до виконання індивідуальних та колективних завдань при самостійній роботі.

Студенту виставляється дуже добре, коли студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати на достатньому рівні.

Студенту виставляється добре, коли студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, але не має достатніх знань та вмінь для формування висновків, припускає несуттєві неточності.

Студенту виставляється достатньо, коли студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання у стандартних ситуаціях.
Студенту виставляється мінімально задовільно, коли студент володіє навчальним матеріалом поверхово та фрагментарно.
Кількість балів у кінці **семестру** повинна складати від 150 до 300 балів (за 3 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний **розподіл балів, які отримують студенти** за 3 крд.

Поточне оцінювання та самостійна робота					КР	Накопичувальні бали/сума
Т1	Т2	Т3	Т4	Т5	100	300/100
50	35	40	35	40		

9. Засоби дігностики

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної та індивідуальної роботи (зокрема есе, реферати), презентації результатів досліджень, тестові завдання, контрольні роботи.

10. Методи навчання

Словесні: лекція, бесіда, дискусія, інструктаж;
Наочні: демонстрація, ілюстрація;
Практичні: самостійна робота, індивідуальна робота;
Проблемні: проблемне викладання, частково-пошукове, дослідне навчання;
Інтерактивні: проблемна лекція, лекція-презентація, ділова гра, мозковий штурм, сензитивний та комунікативний тренінг, використання мультимедійних технологій.

11. Рекомендована література

Базова

1. Гільман А. Ю. Саногенне мислення як чинник протидії емоційного стресу в навчальній діяльності студента // Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія і педагогіка», 2015. Випуск 30. С.43-49.
2. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник. К.: Педагогічна думка, 2012. 112 с.
3. Нещерет В.К. Саморегуляція як системно організований процес внутрішньої психічної активності студентів // «Молодий вчений» • № 4 (44) • квітень, 2017. С. 405-409.
4. Психосоматика: основи психодіагностики та психотерапії: навчальний посібник: [для вищих навчальних закладів] / Л. І. Дідковська. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2010. – 264 с.
5. Середа І. В. Самовиховання і саморегуляція особистості: основи само-ефективності: Методичні рекомендації. Миколаїв: Іліон, 2021. 162 с.
6. Середа І. В. Саногенне мислення і саморегуляція як засоби профілактики психосоматичних захворювань. Scientific Journal Virtus Issue # 60, January, 2022.
7. Карсканова С. В. Екстремальні ситуації: як допомогти собі та іншим Scientific Journal Virtus 40 (40), p.53-56, 2020.
8. Карсканова С. В. Психотерапія в роботі практичного психолога: Навчальний посібник. Миколаїв: Іліон, 2019. – 156 с.
9. Sereda I., Karskanova S. Influence of psychological and pedagogical features of students on their activity in self-education // Pedagogika-Pedagogy, Volume 93, Number 8, 2021, 1065-1087. (Болгарія, «Аз-буки») https://doi.org/10.53656/ped2021-8.04 (Наукометрична база Web of Science)
10. Середа І.В., Кутержинська К.М. Казкотерапія в роботі корекційного педагога з дітьми з особливими освітніми потребами. Журнал Вересень", 2021 р. Номер 1 (88), https://september.moippo.mk.ua/index.php/sept/article/download/127/120

Допоміжна

1. Карпенко, Н. В. Діагностика психічного розвитку дитини в роботі педагога (вчителя, вихователя) [Текст]: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Н. В. Карпенко. – 3-тє вид. – К. : Каравела, 2015. – 248 с.
2. Терлецька Л. Шкільна психодіагностика // Психолог.- 2012, №32-35.- 84 с.
3. Психологічна допомога при розладах психічного розвитку [Текст] // Патопсихологія: Навчальний посібник для вищих навчальних закладів / І.А.Мартинюк. – К., 2008. – С. 105-150.
4. Роль екзистенційного чинника свободи в сучасній вітчизняній психотерапії [Текст] // Методичні рекомендації щодо врахування соціокультурних чинників в теорії та практиці психотерапевтичної допомоги особистості. – К., 2013. – С. 24-35.
5. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології [Текст]: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / В. І. Розов. – К.: Кондор, 2005. – 278с. – (В опр.).
6. Санд Ілсе. Компас емоцій. Як зрозуміти свої почуття / Ілсе Санд; перекл. З англ. Т.Микитюк. – Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2019. – 160 с.
7. Соловйова О.П. Причини виникнення адиктивної поведінки в підлітковому віці та основні напрямки психокорекційної роботи із залежними підлітками [Текст] / О. П. Соловйова // Практична психологія та соціальна робота. – 2013. – № 4. – С. 28-32.
8. Хозраткулова І.А. Дослідження емоційної сфери дитини з особливими потребами в умовах пісочної психотерапії [Текст] / І. А. Хозраткулова // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К.; Миколаїв, 2009. – Т. 7: Екологічна психологія, Вип. 18: Психологія освітнього простору. – С. 418-423.

12. Інформаційні ресурси

1. Курс лекций «Основы психосоматики» Електронний ресурс] / Спосіб доступу: http://univertv.ru/kursy_i_lekcii/?id=158044
2. Основи психосоматики. Електронний ресурс] / Спосіб доступу: https://books.google.com.ua/books/about/
3. Основи психосоматики: _psihosomatiki_prokopovich_2011