



---

НАЗВА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## Психосоматика

РОЗРОБНИК

### Тетяна Перепелюк

професор кафедри практичної психології, професор, кандидат психологічних наук

[t.perepeliuk@mu.edu.ua](mailto:t.perepeliuk@mu.edu.ua)

КАФЕДРА

### практичної психології

[pps@mu.edu.ua](mailto:pps@mu.edu.ua)

---

3

кількість кредитів ектс

20 / 70

годин аудиторної / самостійної  
роботи

диференційований  
залік

форма контролю

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ

бакалавр

МОВА ВИКЛАДАННЯ

українська

---

СТАТУС ДИСЦИПЛІНИ

навчальна дисципліна вибіркового компонента

---

ПРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовою вивчення навчальної дисципліни «Психосоматика», є вивчення навчальних дисциплін як «Загальна психологія», "Практикум з психології", «Вікова психологія», «Психофізіологія»

---

АНОТАЦІЯ

Дисципліна «Психосоматика» вивчає взаємозв'язок між психічними процесами (емоціями, стресом) та тілесними (соматичними) захворюваннями. Курс розкриває механізми впливу психологічних чинників на виникнення хвороб, формує навички діагностики, профілактики та психологічної допомоги при психосоматичних розладах, охоплюючи підходи клінічної психології.

---

МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ЗВ'ЯЗКИ

Загальна психологія, вікова та педагогічна психологія, психологія з практикумом, психологія девіантної поведінки тощо

---

МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Ознайомлення здобувачів з базовими принципами, теоріями, поняттями психосоматики; розкриття змісту, причин, механізмів, проявів та наслідків психосоматичних

захворювань; формувати у майбутніх психологів навичок діагностичної, профілактичної та психологічної допомоги психосоматичним хворим

---

## ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Вступ у психосоматику.

Тема 2. Загальні питання терапії психосоматичних розладів.

Тема 3. Особливості психосоматичних розладів і методів психотерапії у дитячому віці.

Тема 4. Діагностика та психотерапія при психосоматичних захворюваннях органів дихання та серцево-судинної системи.

Тема 5. Діагностика та психотерапія при психосоматичних захворюваннях шлунково-кишкового тракту і порушеннях харчової поведінки.

Тема 6. Діагностика та психотерапія при психосоматичних захворюваннях ендокринної системи та шкіри.

Тема 7. Діагностика та психотерапія при психосоматичних гінекологічних захворюваннях та функціональних сексуальних порушеннях.

Тема 8. Діагностика та психотерапія при психосоматичних захворюваннях опорно-рухової системи та головному болі. Тема 9. Діагностика та психотерапія при психосоматичних психовегетативних синдромах та депресії; при психосоматичних проявах інфекційних захворювань та в онкології.

---

## МЕТОДИ НАВЧАННЯ ТА ВИКЛАДАННЯ

1) За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.
- Практичні: вправи.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

5) Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; інтерактивні методи навчання, створення ситуацій пізнавальної новизни та зацікавленості.

---

## ВИДИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Аудиторна робота

Для поточного контролю використовуються форми: опитування та виступи на практичних заняттях, активна участь в обговоренні теоретичних питань, тестування за розділами, підготовка презентації з проблемних питань дисципліни.

Види навчальної діяльності студента

Для поточного контролю використовуються форми: опитування та виступи на практичних заняттях, активна участь в обговоренні теоретичних питань, тестування за розділами, підготовка презентації з проблемних питань дисципліни.

Самостійна робота студента

1. Виникнення і розвиток психосоматики Психосоматика як галузь клінічної психології
2. Діагностика психосоматичних розладів

3. Теоретичні засади психотехнологій саморегуляції тілесного ( за методикою Т.Б.Хомуленко «ПАВА»)
  4. Невроз і стрес у формуванні психосоматичних розладів. Дисоціативні (конверсійні) та соматоформні розлади
  5. Психологія соматичного хворого. Внутрішня картина хвороби
  6. Роль психологічних факторів у формуванні шлунково-кишкових захворювань
  7. Психосоматика серцево-судинних захворювань та хвороб ендокринної системи
  8. Онкологічні захворювання
  9. Особливості дитячої психосоматики
- 

#### ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

Відвідування занять. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. За об'єктивних причин навчання може відбуватися в он-лайн режимі за погодження з адміністрацією факультету.

Креативна ініціатива здобувача вищої освіти. Проходження онлайн курсів з тем наближених до дисципліни, написання наукових матеріалів для опублікування у збірниках конференцій різного рівня та брати участь у науково-практичних заходах різного рівня(наявність сертифікату).

---

#### РЕГЛАМЕНТ ОЦІНЮВАННЯ

Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала

ЄКТС Критерії оцінювання навчальних досягнень студента

А

Студент виявляє особливі творчі здібності, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання. Студент вільно висловлює думки і відчуття, визначає програму особистої пізнавальної діяльності, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особисту позицію щодо них; без допомоги викладача знаходить джерела інформації і використовує набуті знання і вміння в нестандартних ситуаціях

В

Студент виявляє початкові творчі здібності, самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; знаходить джерела інформації та самостійно використовує їх відповідно до цілей, поставлених викладачем

С

Студент вільно (самостійно) володіє вивченим обсягом матеріалу і застосовує його на практиці; вільно розв'язує задачі в стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу

Д

Студент вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати її на практиці, контролювати власну діяльність, виправляти помилки і добирати аргументи на підтвердження певних думок під керівництвом викладача

Е

Студент може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити висновки

FX

Студент володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного відтворення окремих фактів, здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних ситуацій, частково контролювати власні навчальні дії, наводити окремі власні

## КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Шкала оцінювання: національна та ECTS		
		Оцінка для курсового проекту (роботи), практики	Оцінка для екзамену, (роботи),	Оцінка для заліку
90 – 100	A	відмінно		
82-89	B			
75-81	C	добре		зараховано
69-74	D			
60-68	E	задовільно		
		незадовільно	з	не зараховано з
35-59	FX	можливістю складання	повторного складання	можливістю повторного складання
		незадовільно	з	не зараховано з
1-34	F	обов'язковим вивченням дисципліни	повторним обов'язковим вивченням дисципліни	повторним вивченням дисципліни

## ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

### Програмні результати навчання:

- аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання;
- розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань;
- обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

*Soft-skills:* мати високий рівень професійної спрямованості, проявляти сформовану позитивну Я-концепцію, особливо її соціально-професійний аспект, мати високу професійну культуру (успішно виконувати професійні завдання, мати системний світогляд, професійне мислення, професійну творчість та рефлексію), на основі самопізнання сформувані власний стиль майбутньої професійної діяльності та професійного спілкування, вміння працювати в команді

## ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Лінк на освітній контентдисципліни: <https://moodle.mu.edu.ua/course/view.php?id=15133>  
<https://moodle.mu.edu.ua/course/view.php?id=15134>

### Основна література

Федосєєв, В. А. Основи психосоматики : навч. посіб. / О. С. Кочарян, В. А. Федосєєв, Н. І. Завгородня. –Харків : Нац. аерокосм. ун-т ім. М. Є. Жуковського «Харків. авіац. ін-т», 2017. 112 с.  
<https://dspace.library.khai.edu/xmlui/bitstream/handle/123456789/7589/Kocharan.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Хомуленко Т. Б. Основи психосоматики: навч.-метод. посіб. Вінниця: Нова Книга, 2009. 120 с. ISBN 978-966-382-193-1  
[https://books.ndcnangu.co.ua/books/Khomulenko\\_Osnovy\\_psykhosomatyky.pdf](https://books.ndcnangu.co.ua/books/Khomulenko_Osnovy_psykhosomatyky.pdf)

Стражний О. Біосугестивна терапія : для корекції та лікування психосоматичних розладів. Посібник для лікарів і психологів. Тернопіль : Підручники і посібники, 2024. 192 с. <https://emed.library.gov.ua/wp->

content/uploads/tainacan-items/26427/147901/Biosuhestywna-terapiia-dlia-korektsii-ta-likuvannia-psykhosomatychnykh-rozladiv.pdf

Мозгова Г.П., Ханецька Т.І., Якимчук О.І. Психосоматика: психічне, тілесне, соціальне. Хрестоматія: Навчальний посібник. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 383 с. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi72/0052843.pdf>

Основи загальної і медичної психології / За ред. І.С. Вітенко, О.С. Чабана. Тернопіль : Укрмедкнига, 2003. 344с.

Інтернет джерела

<https://flibusta.su/tag/604-psihosomatika/>

<https://knigogo.top/knigi/lyuby-svoye-tilo/>

<https://loveread.ec/book-comments.php?book=48906>

<https://booktop.com.ua/non-fiction/psychologiya/knygy-pro-psyhosomatyk>

---

Силабус затверджено на засіданні кафедри практичної психології  
протокол № 2 від 02.09.2025