***О П И С Н А В Ч А Л Ь Н О Ї Д И С Ц И П Л І Н И***

***Назва дисципліни: \_\_\_\_***Тілесно-орієнтовані методи в психокорекції та психотерапії ***\_\_\_\_\_\_\_\_ Семестр: \_\_\_9\_\_\_\_\_\_***

 ***Спеціальність (спеціалізація): \_\_\_\_***053 психологія ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

 ***загальна кількість годин*** - ***\_120\_ (кредитів ЄКТС - 3);***

 ***аудиторні години - \_32\_ (лекції - \_16\_ , практичні - \_0\_ , семінарські - \_16\_,***

 ***лабораторні - \_0\_ )***

***Анотація навчальної дисципліни:***

Психосоматика – це тілесне відображення душевного життя людини, включаючи як тілесний прояв емоцій (наслідком дисбалансу яких є психосоматичні захворювання), так і «дзеркало» інших несвідомих процесів, тілесний канал свідомо-підсвідомої комунікації. В цьому контексті тіло є екраном, на який проектуються символічні послання підсвідомості. Зв’язок тіла і психіки завжди двосторонній. Як всі психосоматичні розлади мають свої корені, так і будь-які психологічні проблеми проносять свої психосоматичні плоди. Різниця тільки в тому, яка саме сторона внутрішньопсихічного конфлікту виходить на перший план, яка з них має більш виразні зовнішні прояви. Зцілення від тілесних захворювань може бути досягнуте шляхом пропрацювання тих психологічних проблем, які їх спровокували, як і навпаки. Суть тілесної психотерапії полягає в тому, щоб підійти до вирішення найбільш заплутаних особистісних і життєвих проблем людини, її внутрішніх суперечностей з боку їх першопричини. Пацієнт повинен вступити в діалог з власним несвідомим на його мові – мові тіла. Психосоматичне захворювання виникає як наслідок емоційного напруження, що є проявом внутрішнього особистісного конфлікту з різною мірою його витіснення.

 Тілесно-орієнтована психокорекція та психотерапія передбачає розвиток вміння помічати (реєструвати) власні тілесні переживання, концентрувати на них свою увагу та в різний спосіб виражати емоційні переживання та когнітивні конструкції, що лежать в основі виникнення цих переживань, що дозволяє вивести несвідомі змісти на свідомий рівень, усвідомити внутрішні конфлікти та знайти додаткові ресурси для зменшення впливу на людину психосоціальних стресорів. Вона також передбачає аналіз рухової та експресивної активності людини з діагностичною метою, що дозволяє перейти з рівня симптомів на рівень особистісних характеристик і вирішувати особистісні складності комплексно, а іноді і запобігти їх виникненню у майбутньому.

***Результати навчання:***

* ***знати:***

Сформулювати теоретичні засади та визначити прикладні аспекти та методи роботи з тілесними відчуттями та переживаннями в контексті практики психологічної корекції та психотерапії. Описати та пояснити концептуальні моделі та механізми виникнення соматопсихологічних реакцій на проблемні ситуації різного характеру та генезу, роботи захисних механізмів, копінг-стратегій та психологічних ресурсів особистості. Розуміти особливості динаміки та фаз розвитку соматопсихологічних реакцій на проблемні ситуації різного характеру та генезу. Вміння критично аналізувати та порівнювати концептуальні моделі розуміння зв’язку психосоціальних стресорів та соматопсихологічних реакцій на травматичну ситуацію, порівнювати можливості різних напрямів психологічної корекції соматопсихологічних реакцій на проблемні ситуації, розробляти та реалізовувати оптимальну стратегію психологічного втручання в індивідуальній та груповій психокорекційній, консультативній та психоедукаційній роботі.

* ***вміти***:

Вміти виявляти, досліджувати, аналізувати, використовувати соматичні реакції та симптоми для пізнання потреб, внутрішніх конфліктів та особливостей особистості та пов’язувати їх з психосоціальними стресорами. Створювати план та здійснювати психологічне втручання залежно від особливостей соматопсихологічних реакцій на психосоціальні стресори, а також в залежності від особливостей проблемної ситуації, моделей долаючої поведінки та психологічних ресурсів особистості. Використовувати ресурси тіла для корекції психологічних складностей та внутрішніх конфліктів особистості, а також для підвищення її стресостійкості, психологічної опірності та стресостійкості. Вміти проводити психоедукаційну, консультативну, психокорекційну індивідуальну та групову роботу, користуватися інтервізією та супервізією при здійсненні психологічного втручання. Розуміти можливості психологічного втручання при соматопсихологічних реакціях на психосоціальні стресори, усвідомлювати межі власних можливостей психологічного втручання та відповідальності за його наслідки. Володіти методами емоційної саморегуляції, вміти запобігати професійному вигорянню та долати його наслідки.

***Форма звітності:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_екзамен\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

 *(екзамен, залік)*

***Мова вивчення:   \_\_\_\_ українська \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***Робоча програма дисципліни*** <http://filos.lnu.edu.ua/department/psyholohiji>

 *(посилання на робочу програму дисципліни на сайті Університету)*