

МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ



ТОМ • 1

ЗАГАЛЬНА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

За редакцією професора, доктора медичних наук Г. Я. Пилягіної

NK
PUBLISHERS

Вінниця
НОВА КНИГА
2020

УДК 159.97:616.89(075.8)

М42

*Рекомендовано вченою радою НМАПО імені П. Л. Шупика
як підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів
(протокол № 5 від 10.06.2020 р.)*

Колектив авторів:

Г. Я. Пилягіна, О. О. Хаустова, О. С. Чабан, К. В. Аймедов, Ю. О. Асєєва, О. П. Венгер, Н. О. Дзеружинська, О. В. Зубатюк, В. Д. Мішиєв, В. Ю. Омельянович, О. Г. Сиропятов, С. А. Чумак.

Рецензенти:

Напрєско Олександр Костянтинович, доктор медичних наук, професор, Національний медичний університет імені О. О. Богомольця, завідувач кафедри психіатрії та наркології.
Гринєвич Євгенія Геннадійовна, доктор медичних наук, професор, Національна медична академія імені П. Л. Шупика, професор кафедри загальної, дитячої та судової психіатрії і наркології.

Медична психологія : в 2-х т. Т. 1. Загальна медична психологія /
М42 [Г. Я. Пилягіна, О. О. Хаустова, О. С. Чабан та ін.] ; за ред. Г. Я. Пилягіної. – Вінниця : Нова Книга, 2020. – 288 с.

ISBN 978-966-382-850-3

Підручник “Медична психологія” складається з двох томів. У 1-му томі підручника висвітлені основні розділи загальної медичної психології. В ньому представлені розділи, які присвячені основним питанням щодо предмету та завдання медичної психології, короткого історичного нарису її розвитку, психічної діяльності та психічним процесам, нейропсихології, психології особистості й поведінки, віковій психології, видам і методам дослідження та медико-психологічної допомоги.

Даний підручник відповідає навчальним планам та програмам з медичної психології додипломного та післядипломного рівнів освіти та надає можливість набути знання впродовж навчання за цією спеціальністю.

Призначений для студентів медичних вищих навчальних закладів, інтернатури, магістратури та спеціалізації з медичної психології, а також для безперервного професійного навчання в межах післядипломної освіти.

УДК 159.97:616.89(075.8)

ISBN 978-966-382-850-3

© Колектив авторів, 2020

© Нова Книга, 2020

Зміст

Колектив авторів	6
Передмова	7
1. Медична психологія, її предмет та завдання. Організація медико-психологічної допомоги населенню	8
1.1. Предмет та завдання загальної та медичної психології. Роль психології у професійній діяльності медика (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	8
1.2. Основи організації медико-психологічної допомоги та сучасний стан медико-психологічної служби в Україні (Г. Я. Пилягіна)	10
2. Короткий історичний нарис розвитку медичної психології (О. С. Чабан, О. О. Хаустова, Г. Я. Пилягіна)	17
3. Психічна діяльність та психічні процеси	24
3.1. Загальна характеристика психічної діяльності (Г. Я. Пилягіна)	24
3.1.1. <i>Поняття психіки, її функцій, психічної діяльності та її явищ</i>	24
3.1.2. <i>Процес психічної діяльності. Вищі психічні функції</i>	26
3.1.3. <i>Загальна характеристика психофізіологічної основи вищих психічних функцій. Сигнальні системи ЦНС</i>	29
3.2. Окремі психічні процеси психічної діяльності (вищі психічні функції)	33
3.2.1. <i>Відчуття</i> (Г. Я. Пилягіна)	33
3.2.2. <i>Сприйняття</i> (Г. Я. Пилягіна)	37
3.2.3. <i>Увага</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	40
3.2.4. <i>Мислення</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	43
3.2.5. <i>Уявлення і уява</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	48
3.2.6. <i>Мова та мовлення</i> (Г. Я. Пилягіна)	50
3.2.7. <i>Пам'ять</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	55
3.2.8. <i>Емоції та почуття</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	60
3.2.9. <i>Психомоторна активність</i> (Г. Я. Пилягіна)	68
3.2.10. <i>Воля та вольова діяльність</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова, Г. Я. Пилягіна) ..	74
3.2.11. <i>Інтелект</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова, Г. Я. Пилягіна)	79
3.2.12. <i>Свідомість та самосвідомість</i> (О. С. Чабан, О. О. Хаустова)	83
4. Нейропсихологія (Г. Я. Пилягіна)	90
4.1. Історія розвитку та сучасна нейропсихологія	90
4.2. Понятійний апарат нейропсихології	95
4.3. Методи дослідження та діагностики порушень вищих психічних функцій у нейропсихології	98
5. Психологія особистості	106
5.1. Особистість. Структура, розвиток та здібності особистості. Я-концепція. Гармонійні і дисгармонійні особистості (К. В. Аймедов, Ю. О. Асеева)	106
5.2. Темперамент і характер (К. В. Аймедов, Ю. О. Асеева)	116
5.3. Механізми психологічного захисту особистості (Г. Я. Пилягіна, С. А. Чумак) ..	124

6. Психологія поведінки та соціальної активності	133
6.1. Поведінка: її чинники, елементи та наукові напрямки її вивчення (Г. Я. Пилягіна)	133
6.2. Особистісна та соціальна активність і соціальна діяльність (Г. Я. Пилягіна) ..	137
6.3. Поведінка в міжособистісних взаєминах (К. В. Аймедов, Ю. О. Асеева)	140
6.4. Долаюча поведінка (Г. Я. Пилягіна)	147
7. Вікова психологія	153
7.1. Загальні положення про вікову психологію (Г. Я. Пилягіна)	153
7.2. Загальна характеристика психічного розвитку і формування людини (О. П. Венгер)	155
7.3. Психологія окремих вікових періодів (О. П. Венгер)	162
7.3.1. Психологія дитинства і дорослішання	162
7.3.2. Психологія старіння	168
8. Методи дослідження в медичній психології	172
8.1. Загальні підходи у проведенні досліджень у медичній психології (Г. Я. Пилягіна)	172
8.2. Окремі методи дослідження, що застосовуються в медичній психології	176
8.2.1. Психологічна керована бесіда, психологічне, клінічне інтерв'ю (О. П. Венгер)	176
8.2.2. Анамнестичний метод дослідження (В. Д. Мішиєв, В. Ю. Омелянович) ..	183
8.2.3. Методи експериментально-психологічного дослідження (Н. О. Дзеружинська, О. Г. Сироп'ятов)	188
8.2.4. Методи дослідження психічних процесів та станів (Н. О. Дзеружинська, О. Г. Сироп'ятов)	193
8.2.5. Методи експериментально-психологічного дослідження особистості, темпераменту і характеру (В. Д. Мішиєв, В. Ю. Омелянович)	202
9. Види і методи медико-психологічної допомоги	215
9.1. Загальні уявлення про види і методи медико-психологічної допомоги (Г. Я. Пилягіна)	215
9.2. Психологічне консультування (Г. Я. Пилягіна)	217
9.3. Медико-психологічна корекція (Г. Я. Пилягіна)	221
9.4. Психотерапія. Основні форми, напрями та методи	225
9.4.1. Загальне уявлення про психотерапію. Основні етапи історії її розвитку як науки (Г. Я. Пилягіна, С. А. Чумак)	225
9.4.2. Основні фактори дії психотерапії та форми її застосування: індивідуальна, групова та сімейна (Г. Я. Пилягіна, С. А. Чумак)	229
9.4.3. Психодинамічний напрям у психотерапії: класичний психоаналіз З. Фрейда, аналітична психологія К. Г. Юнга (Г. Я. Пилягіна, О. В. Зубатюк)	235
9.4.4. Когнітивно-поведінковий напрям у психотерапії та його провідні методи (Г. Я. Пилягіна, О. В. Зубатюк)	240
9.4.5. Сугестивний напрям у психотерапії та його основні методи (Г. Я. Пилягіна, О. В. Зубатюк, С. А. Чумак)	246

9.4.6. Екзистенціально-гуманістичний напрям у психотерапії та його основні методи (Г. Я. Пилягіна, О. В. Зубатюк, С. А. Чумак).....	253
9.4.7. Напрямок тілесно-орієнтованої психотерапії (Г. Я. Пилягіна, О. В. Зубатюк).....	264
9.4.8. Напрямок арт-терапії та його основні методи (Г. Я. Пилягіна, О. В. Зубатюк).....	268

Психологічне консультування в медичній психології — це один з основних видів надання допомоги у вигляді сумісного обговорення тих обставин, в яких опинилася людина (наприклад, психотравмуюча ситуація, діагностування фізичного чи психічного захворювання тощо), роз'яснення щодо стану, в якому вона перебуває, рекомендацій щодо вирішення життєвих психологічних проблем у підсумку аналізу питань, з якими вона звернулася до фахівця.

Психологічне консультування — це метод, який застосовується в будь-якій психологічній практиці, але воно істотно відрізняється від медико-психологічної корекції чи психотерапії, хоча одночасно змістовно пов'язане з усіма видами діяльності психолога. Воно є найкориснішим для першого контакту людини з психологом, коли вона опинилася в незручній, складній для себе ситуації проблем із функціонуванням у звичайному для себе режимі внаслідок проявів захворювання, зіткнулася з труднощами у повсякденному житті тощо. Тому спектр проблем, які є предметом психологічного консультування, вкрай різноманітний: незрозумілий психофізичний чи емоційний стан, будь-яка психотравмуюча ситуація (переживання гострого горя, втрата звичайного способу життя, ін.), конфліктні міжособистісні стосунки в родині чи поза нею, невлаштованість особистого життя або труднощі з самореалізацією тощо.

Основна мета психологічного консультування — адаптація людини, що звернулася по допомогу, до обставин життя, в яких вона опинилася, за рахунок активізації особистісних ресурсів; сприяння виходу з психологічно важких життєвих ситуацій, допомога в адекватній оцінці своїх проблем і в пошуку альтернативних варіантів їх подолання; посилення можливостей зберегти якість життя та рівень соціальних компетентностей при наявності важких фізичних чи психічних захворювань; дослідження власної особистості у розумінні своїх стосунків з навколишнім світом щодо актуальних обставин, в яких вона існує; пошук шляхів досягнення поставленої мети на основі усвідомленого вибору.

Тобто, це робота фахівця — психолога, який на основі спеціальних професійно-наукових знань здатний допомогти людині (пацієнту) подивитися на ситуацію, що виникла, на свої труднощі та проблеми з іншого боку; обговорити ті аспекти своїх мотиваційних установок та/або міжособистісних взаємин, які, будучи джерелами труднощів, не усвідомлюються і не контролюються; продемонструвати, які є адаптивні та реалістичні шляхи вирішення виниклих проблем.

Мета формує основні завдання психологічного консультування — надання безпосередньої психологічної допомоги через створення умов, при яких клієнт відкриває (усвідом-

люс) нові можливості у вирішенні своїх психологічних проблем. А саме:

- ☉ з'ясувати й конкретизувати труднощі чи проблему, з якою зустрілася людина, завдяки вислуховуванню людини і спостереженню за нею;
- ☉ аргументовано інформувати людину про причини та сутність виниклої проблеми, а також про реальний ступінь її серйозності чи можливі наслідки задля пошуку шляхів її конструктивного й практичного вирішення або адаптації до виниклих обставин життя;
- ☉ визначити основні особистісні характеристики та поведінкові прояви людини задля з'ясування ступеня усвідомлення нею повноти й глибини виниклих проблем чи труднощів, оцінки індивідуальних можливостей та готовності особистості до їх вирішення;
- ☉ аргументоване та чітке формулювання рекомендацій щодо шляхів конструктивного і практичного вирішення виниклих проблем чи труднощів із врахуванням індивідуальних особливостей людини і реальних умов її життя;
- ☉ довести людині (навчити її), як краще в майбутньому уникнути подібних труднощів чи проблем, тобто проводити психопрофілактичну роботу задля закріплення розуміння і навички самостійного вирішення подібних проблем та/або попередження їх повторного виникнення.

Вирішення завдань психологічного консультування дозволяє:

- ☉ сприяти зміні у поведінці особистості задля продуктивнішого життя, з більшим та адекватним задоволенням від нього, незважаючи на неминучі життєві турботи й труднощі, соціальні виклики та обмеження;
- ☉ розвивати навички самостійного та усвідомленого подолання труднощів при зіткненні з новими життєвими обставинами й вимогами;
- ☉ забезпечити ефективне прийняття життєво важливих рішень, завдяки набутим умінням і навичкам навчитися аналізувати властивості своєї особистості та самостійні вчинки, ефективно розподіляти час та енергію, прогнозувати ризики власних рішень та оцінювати їх можливі наслідки, формувати адекватну ієрархію цінностей, знаходити конструктивні шляхи подолання стресових ситуацій тощо;
- ☉ розвивати вміння зав'язувати й конструктивно підтримувати міжособистісні стосунки в родині, в трудовому колективі, з друзями тощо;
- ☉ полегшити реалізацію потенціалу особистості та сприяти якісному розвитку особистості.

Психологічне консультування має певні особливості, які відрізняють цей метод від інших видів терапевтичної діяльності медичного психолога:

- ☉ воно спрямоване на потреби людей, що не мають гострих

чи виражених психопатологічних порушень (особливо проявів психотичних розладів), однак шукають психологічної допомоги, тому що ефективність консультування як форми психологічної допомоги залежить від міри відповідальності, яку може взяти та бере на себе людина, з урахуванням її здатності до усвідомленої орієнтації щодо проблемної ситуації, відсутності проявів важких психопатологічних розладів, достатнього рівня інтелектуального розвитку, тобто перебування в межах норми психічного здоров'я. Тому консультування доцільне для людини (пацієнта), яка повністю здатна бути відповідальною щодо вирішення труднощів чи проблем, котрі виникли в її житті, змінювати свою поведінку та відношення до себе, оточення та ситуації;

• психологічне консультування є короткостроковим (не більше трьох-п'яти зустрічей). Його короткотривалість є результатом можливості досить швидко розв'язати питання пацієнта при наданні медико-психологічної допомоги, тому що вже з першої зустрічі, окрім методу психодіагностичної бесіди, застосовуються елементи психологічної корекції. Іноді, через недосвідченість чи недостатньо опрацьоване вміння вирішення виниклих проблем, людина потребує тривалішого консультативного супроводу з боку психолога, але він обмежений

у часі та кількості зустрічей, якщо не перейде у психологічну корекцію чи психотерапію;

- психологічне консультування переважно спрямоване на початковий етап вирішення ситуативних проблем людини, тобто це певна поверхнева і ситуативно фокусована робота з особистісними установками, патернами індивідуальної поведінки, сталими емоційно-когнітивними проявами реагування;
- при проведенні психологічного консультування психолог сприймає людину (пацієнта) як унікального, автономного індивіда, який має беззаперечне право вільного вибору у вирішенні власних проблем, самовизначенні чи виборі способу власного життя. Це виключає будь-який психологічний тиск з боку фахівця щодо шляхів вирішення проблем та подолання виниклих стресових обставин чи проявів власного психофізичного стану. Таким чином, суттю консультування стає взаємодія між клієнтом та фахівцем, заснована на взаємній повазі та дотриманні всіх етичних норм надання медико-психологічної допомоги;
- психодіагностика в консультуванні спирається на результати безпосереднього спостереження за клієнтом на початку консультування без застосування експериментально-психологічного дослідження та його аналітичне узагальнення психологом;

⇒ у ході психологічного консультування відбувається просвітницьке інформування людини (пацієнта) психологом щодо елементарних, життєво необхідних психологічних знань і вмінь, оволодіння та правильного застосування яких можливе без спеціальної психологічної підготовки;

⇒ у консультуванні акцентується відповідальність людини (пацієнта) за прийняття самостійних рішень щодо шляхів розв'язання своїх проблем та подолання виниклих стресових обставин чи проявів власного психофізичного стану, а консультант лише створює умови, які заохочують до усвідомленої, добровільної, адаптивної та ситуативно конструктивної поведінки особистості;

⇒ при відмові пацієнта з тих чи інших причин від виконання рекомендацій, які надає психолог, останній не несе відповідальності за результат психологічного консультування, а лише за правильність даних рекомендацій.

У психологічному консультуванні застосовуються компоненти будь-якого психотерапевтичного методу – назагал це принципи клієнт-центрованої психотерапії. Але на початку консультування, при проведенні психодіагностичного спостереження, ефективним є застосування елементів раціонально-емотивної психотерапії, тому що це дає можливість швидко прояснити причини виникнення обставин, в яких опинилася людина, і разом проаналізувати їх. Але основна робота з вирішення влас-

них проблем проводиться людиною (пацієнтом) самостійно за відсутності психолога або без прямої та постійної взаємодії з ним.

Якщо вирішення питань, проблем пацієнта потребує більшого часу, то воно природно перейде у психотерапію. Саме тому консультування вважається її початковим етапом.

Ефективним результатом психологічного консультування має бути:

⇒ поява в людини (пацієнта) нових переживань із приводу своєї проблеми та поновлення його здатності до самодопомоги, самостійного вирішення власних життєвих труднощів;

⇒ напрацювання людиною (пацієнтом) усвідомлення, вмінь та навичок ефективно діяти згідно з власними установками у повсякденному житті та при виникненні труднощів, кризових ситуацій чи психотравмуючих обставин, швидко навчатися та опрацьовувати нові форми адаптивної поведінки.

Розмежування психологічного консультування, медико-психологічної корекції та психотерапії досить умовне. Психологічне консультування відрізняється від останніх тим, що є:

⇒ орієнтованим на здорові сторони особистості незалежно від психічних чи фізичних порушень, які має людина (на відміну від спрямованості психокорекції чи психотерапії вивчати патологічні сторони особистості й хворобливі прояви поведінки та працювати з ними);

⇒ орієнтованим на актуальні обставини життя людини (окрему

- ситуацію), на її сьогодення та можливість попереджати подібні труднощі у майбутньому (на відміну від багатьох видів психотерапії, орієнтованих на поглиблене вивчення минулого людини);
- орієнтованим переважно на проблеми, що виникають у взаємодії особистості й середовища (проблеми міжособистісних стосунків, проблеми прийняття рішень і вирішення важких життєвих ситуацій);
- короткостроковою психологічною допомогою (тоді як психотерапія зазвичай є довготривалою роботою — від місяців до кількох років);
- орієнтованим на активніший

прояв позиції консультанта як особистості щодо життєвих труднощів та актуальних проблем людини (пацієнта), хоча і без будь-якого нав'язування їй психологом особистісних поглядів, цінностей чи рішень (на відміну від багатьох видів психотерапії, орієнтованих на відсторонену позицію терапевта у взаємодії з клієнтом);

- спрямованим на зміну актуальної поведінки, реорганізації міжособистісних стосунків і потенційний розвиток особистості (на відміну від психотерапії, яка націлена на внутрішні конфлікти особистості та глибинну особистісну трансформацію).

Питання для самоконтролю:

1. Що таке психологічне консультування?
2. Яка основна мета психологічного консультування?
3. Яким є основне завдання психологічного консультування?
4. Які особливості психологічного консультування ви знаєте?
5. Що можна вважати ефективним результатом психологічного консультування?

9.3. Медико-психологічна корекція

Г. Я. Пилягіна

Медико-психологічна корекція — це окремий вид психологічної допомоги, який включає в себе психологічні заходи спрямованого впливу на психологічну структуру особистості з ціллю забезпечити її повноцінне або максимально можливе особистісне і соціальне функціонування при наявності

у людини будь-яких ситуативних та міжособистісних проблем, захворювань, найперше соматичних (у деякій мірі — при психічних розладах) або з профілактичною метою запобігання виникнення чи загострення хвороб. Медико-психологічна корекція також спрямована на формування у людини