

# 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:**

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

**М42**      **Медична психологія** : в 2-х т. Т. 1. Загальна медична психологія / [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
<b>1. Медична психологія, її предмет та завдання. Організація медико-психологічної допомоги населенню .....</b>	<b>8</b>
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
<b>2. Короткий історичний нарис розвитку медичної психології (О. С. Чабан, О. О. Хаустова, Г. Я. Пилягіна) .....</b>	<b>17</b>
<b>3. Психічна діяльність та психічні процеси .....</b>	<b>24</b>
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
<b>4. Нейропсихологія (Г. Я. Пилягіна) .....</b>	<b>90</b>
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
<b>5. Психологія особистості .....</b>	<b>106</b>
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

<b>6. Психологія поведінки та соціальної активності</b> .....	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
<b>7. Вікова психологія</b> .....	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
<b>8. Методи дослідження в медичній психології</b> .....	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
<b>9. Види і методи медико-психологічної допомоги</b> .....	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. Фреїда, 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

компонентом не тільки взаємного спілкування і соціальної активності особистості, але й базисом життєдіяльності людини в цілому. При взаємодії люди свідомо чи несвідомо будують нові міжособистісні взає-

мини — позитивні чи негативні, які, у свою чергу, багато в чому визначають перспективи їх подальшої соціальної активності і діяльності, а також життєвого шляху в цілому.

### Питання для самоконтролю:

1. Дайте визначення, що таке “міжособистісна взаємодія”.
2. Які компоненти включають в себе міжособистісні стосунки?
3. Як тлумачать поняття “міжособистісні стосунки” в різних психологічних та психотерапевтичних підходах і теоріях?
4. Які характеристики міжособистісних стосунків ви знаєте?
5. Дайте визначення етапів розвитку міжособистісних стосунків.
6. Які ви знаєте види міжособистісних стосунків?
7. Які відмінності характеристик міжособистісних стосунків за статтю, віком, темпераментом ви знаєте?

## 6.4. Долаюча поведінка

Г. Я. Пилягіна

**Долаюча поведінка**, або копінг-стратегії особистості (англ. *coping, coping behaviour, coping strategies*) — це динамічний комплекс патернів поведінкової активності людини, когнітивно-емоційно-поведінкового реагування індивіда (стратегії поведінки), спрямованого на подолання стресу (психотравмуючого впливу), пристосування до обставин і станів, які не представлені в досвіді особистості й/або перевершують її наявні ресурси.

Поведінкові копінг-стратегії реалізуються шляхом застосування та розширення свідомих зусиль особистості у розв'язанні особистих і міжособистісних проблем та індивідуаль-

них станів задля мінімізування впливу стресової ситуації (конфлікту, психотравмуючих обставин), опанування власними реакціями та перенесення надмірного психологічного навантаження. Тобто, це активність індивіда, викликана необхідністю впоратися зі станом або ситуацією, що їх людина суб'єктивно оцінює як дистрес з погляду її стресорного психотравмуючого впливу, який реалізується при невідповідності між індивідуальним сприйняттям внутрішніх потреб у конкретній ситуації, вимог середовища в цих обставинах та особистісних ресурсів, необхідних, достатніх і доступних для задоволення базових

потреб індивіда. Ефективність долаючої поведінки залежить від типу стресу і/або конфлікту, від індивідуальних особливостей кожної окремої людини, а також від обставин.

Термін "копінг-стратегії особистості" вперше ввела як поняття американський дитячий психолог Лоїс Барклей Мерфі (1902–2003) у 1962 році, описуючи способи поводження дітей у кризові періоди розвитку (Murphy, 1976; Никольская, Грановская, 2006). Але основну класифікацію поведінкових копінг-стратегій запропонували у 1984 році Річард Лазарус (1922–2002) та Сьюзен Фолкман (народилася у 1938 році). Вони поділили всі копінг-стратегії особистості за принципом:

- Ситуативно-орієнтований або проблемно-орієнтований копінг (зовнішня робота з проблемою): активні зусилля з метою впоратися з психотравмуючою ситуацією, які включають активну зміну ситуації або втечу, відхід, пасивність чи інерцію в розв'язанні проблеми.
  - Репрезентативно-орієнтований копінг (внутрішня робота з відношенням до проблеми, зміна уявлень про неї): включає пошук інформації для вирішення проблеми або витиснення усвідомлення її наявності.
  - Оцінювально-орієнтований копінг (внутрішня робота з аналізу проблеми): відбувається переоцінка ситуації і власної поведінки, надавання цьому нового сенсу та зміна мети поводження.
- Два останніх типи належать до емоційно-фокусованих копінг-

стратегій, тому що відображають внутрішньоособистісні переживання, спрямовані на когнітивну переоцінку стресової ситуації у відповідності до обставин або внутрішнього стану індивіда.

З погляду адаптивної ефективності копінг-стратегії, проблемно-фокусована долаюча поведінка (спосіб знайти конструктивний вихід із ситуації, цілеспрямовано змінити проблемні взаємини) є більш адаптивною, бо зменшує рівень негативних емоцій у стресових обставинах; у той час як емоційно-фокусований копінг потенціює дезадаптивну поведінку на тлі підвищення рівня негативних емоційних переживань та фрустрації, що може призвести до формування різних психопатологічних порушень.

В інших класифікаціях копінг-стратегії поділені на три великі групи: за ознаками поводження, пізнання (когнітивної переробки) та емоційного опанування психотравмуючих переживань. Так, виділяють функціональні та дисфункціональні копінг-стратегії, які відповідають адаптивним або дезадаптивним варіантам поведінки індивіда в умовах надмірного стресорного впливу.

Функціональні, адаптивні копінг-стратегії — це доцільні ефективні форми долаючої поведінкової активності, спрямовані на конструктивне вирішення ситуативних проблем та психотравмуючого впливу. Вони відносяться до стрес-протективних стратегій, психологічно захисних для особистості. Такий варіант копінг-стратегій заснований на адекватному використанні ресурсного особистісного потенціалу і вклю-

чає широкий спектр адаптаційних можливостей щодо адаптивних змін у проблемних обставинах: як зовнішніх, середовищних (доступність ситуативної допомоги ззовні, у тому числі соціальної та емоційної підтримки з боку оточуючих), так і внутрішньо-особистісних ресурсів (навички, характерологічні та психофізіологічні особливості людини). До основних ресурсів адаптивних копінг-стратегій відносять такі особистісні характеристики, здібності та навички:

- життєстійкість, здатність усвідомлювати, розуміти власний шлях життя, оптимізм і почуття гумору;
- здатність до цілеспрямованих і послідовних дій, їх адекватної оцінки, відповідальності за них, планування і прогнозування результатів власної поведінки;
- здатність до ефективного переключення уваги та ефективного керування емоціями, включаючи своєчасність емоційної розрядки, розслаблення та заспокоєння, до спонтанного адекватного вираження почуттів;
- здатність до адаптивних самозмін, творчої ініціативності й сублимації;
- щирість у комунікації з оточуючими, здатність до адекватного, своєчасного пошуку і використання соціальної допомоги та емоційної підтримки з боку оточуючих.

Реалізація цих можливостей дозволяє ефективно адаптуватися до стресової ситуації, зберігати здоров'я, незважаючи на переживання психотравмуючого впливу.

До дисфункціональних дезадаптивних копінг-стратегій у класифікації Р. Лазаруса віднесені:

- регресія: інфантильна поведінка, подібна до дитячих форм поведінки, які дозволяли в дитинстві переборювати проблеми, перекладаючи відповідальність на інших;
- заперечення: перекручене сприйняття реальності, при якому проблема нібито зникає;
- інерція: стан бездіяльності, який виникає внаслідок почуття безпорадності та безнадійності, ідей, що в даній ситуації нічого не можна зробити, будь-які дії марні;
- афективні реакції: емоційне відреагування переважно у вигляді інтенсивного переживання гніву, страху, тривоги, суму, які потенціують активацію долаючої поведінки, але часто перетворюються в додаткову психологічну проблему для індивіда.

До основних особистісних характеристик, що лежать в основі дисфункціональних копінг-стратегій, відносяться:

- імпульсивність і некерованість емоційними реакціями, гіперболізація емоцій та переживань;
- відсутність співчуття, емпатії, жорстокість до оточуючих або неконтрольована агресивність;
- маскування власних почуттів, надмірно підкоряючись соціальним нормам поведінки, віктимна (жертвна) поведінка;
- порушення тестування реальності (неможливість адекватно цілісно оцінювати ситуацію та



- виходи з неї), постійні негативні думки, концентрація на переживанні психологічного болю і втрат;
- ригідні особистісні установки (перфекціонізм, ідеалізовані уявлення про себе та світ), заздрість до оточуючих у порівнянні себе з ними та/або бажання й намагання обманювати інших (маніпулятивність та зверхність у ставленні до інших), схильність поведінку інших вважати образливою та принизливою, постійно засуджувати інших;
- низька здатність до навчання, постійна потреба в чиемусь схваленні та вирішенні іншими повсякденних труднощів;
- антиципаційна неспроможність (неможливість усвідомлено планувати й прогнозувати характер власної поведінки та її результати);
- ігнорування актуальних можли-

востей сьогодення при фіксації на психотравмуючих переживаннях минулого із знецінюванням перспектив майбутнього (так звані психологічні часові децентрації);

- неадекватність самооцінки (знецінювання власних досягнень при завищених вимогах до себе або неадекватне самовиправдання при завищених претензіях, завищених вимогах до оточуючих);
- постійне фантазування без наступної реалізації дій (віртуальна адаптація);
- деактивація пошукової активності внаслідок переживання фаталізму, нерішучості та/або відгородженості, неадекватних самозвинувачень або самовиправдань;
- нездатність до пошуку й використання соціальної підтримки; соціальна ізоляція.

### Питання для самоконтролю:

1. Дайте визначення: що таке долаюча поведінка, копінг-стратегії особистості?
2. Хто є автором і як сформована основна класифікація копінг-стратегій?
3. Що таке функціональні та дисфункціональні дезадаптивні копінг-стратегії? Які їх характеристики та варіанти ви знаєте?

### Список джерел та література для самопідготовки до розділу:

1. Абдурахманов Р. А. История психологии: идеи, концепции, направления. — М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. — 326 с.
2. Адлер А. Теория и практика индивидуальной психологии: Лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. — 214 с.

3. Бандура А. Теория социального научения. — СПб. : Евразия, 2000. — 320 с.
4. Бутовская М. Л. (ред.) Этология человека на пороге 21 века: новые данные и старые проблемы. — М. : Старый Сад, 1999. — 488 с.
5. Варій М. Й. Психологія особистості: Підручник. — Львів : Вид-во Львівської політехніки, 2016. — 592 с.
6. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). — М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. — 200 с.
7. Голубева Э. А. Способности. Личность. Индивидуальность. — Дубна : Феникс, 2005. — 512 с.
8. Горностай П., Титаренко Т. (ред.) Психология личности: словарь-справочник. К. : "Рута", 2001. — 320 с.
9. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1989. — 523 с.
10. Ждан В. М., Скрипніков А. М., Животовська Л. В., Сонник Г. Т., Денеко М. О. Основи медичної психології: навч.-метод. посібник. — Полтава : АСМІ, 2014. — 255 с.
11. Журавлев А. Л., Крюкова Т. Л., Сергиенко Е. А. (ред.) Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы. — М., 2015. — 565 с.
12. Заброцький М. М., Савиченко О. М., Тичина І. М. Психологія особистості: Навчальний посібник. — К. : Освіта України, 2009. — 364 с.
13. Зинченко В. П., Мещерякова Б. Г. (ред.) Психологический словарь. — М. : Педагогика-пресс, 1998. — 440 с.
14. Иванец Н. Н. Психиатрия и медицинская психология. — М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. — 896 с.
15. Киришбаум Э. И., Еремеева А. И. Психологическая защита. — М. : Смысл, 2000. — 181 с.
16. Коломинский Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах. — Минск: ТетраСистемс, 2000. — 432 с.
17. Леонгард К. Акцентуированные личности. — К. : Вища школа, 1981. — 392 с.
18. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. — Ленинград: Медицина, 1983. — 318 с.
19. Марцинковская Т. Д. История психологии. — М. : Академия, 2004. — 544 с.
20. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология: Учебное пособие. — М. : МЕДпресс-информ, 2008. — 438 с.
21. Москаленко В. В. Психологія соціального впливу. — К. : ЦУЛ, 2007. — 448 с.
22. Никольская И. М., Грановская Р. М. Психологическая защита у детей. Санкт-Петербург : Речь, 2006. — 507 с.
23. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Посібник. — К. : Академвидав, 2003. — 448 с.
24. Палмер Дж., Палмер Л. Эволюционная психология. Секреты поведения Homo Sapiens. — СПб. : Прайм-Еврознак, 2007. — 384 с.
25. Самохвалов В. П., Гильбурд О. А., Егоров В. И. Социобиология в психиатрии. — М. : Видар-М, 2011. — 336 с.

26. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Загальна психологія. — К. : Центр учбової літератури, 2012. — 296 с.
27. Скрипченко О. В. Загальна психологія: Навч. посіб. — К. : Каравела, 2008. — 640 с.
28. Смирнова Е. О. Детская психология: Учебник для вузов. — СПб. : Питер. — 304 с.
29. Франкл В. Десять тезисов о личности // В кн.: Психология личности (Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря, В. В. Архангельской. — М. : АСТ: Астрель, 2009. — С. 36-53.
30. Фрейд А. Психология "я" и защитные механизмы личности. — М. : Педагогика, 1993. — 144 с.
31. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. — СПб. : Питер, 2008. — 607 с.
32. Шаповаленко И. В. Возрастная психология (психология развития и возрастная психология). — М. : Гардарика, 2005. — 349 с.
33. Эриксон Э. Г. Детство и общество. — СПб. : Ленато, Университет книга, 1996. — 592 с.
34. Barlow D. H. (Eds.) The Oxford Handbook of Clinical Psychology. — Oxford UK : Oxford University Press, 2011. — 934 p.
35. Blanke O., Slater M. Behavioral, neural and computational principles of bodily self-consciousness // Neuron. — 2015. — v. 8. — P. 145-166.
36. Friborg, O., Martinussen, M., Kaiser, S., Overgard, K.T. Personality: a meta-analysis of 30 years of research // Journal of Affective Disorders. — 2013. — №. 14 (2). — P. 143-155.
37. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. — NY: Springer Publishing Company, 1984. — 456 p.