

ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
“УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА”

Факультет суспільних і прикладних наук
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з
навчально-методичної роботи

 **Ярослав ШТАНЬКО**

«29» серпня 2025 р.

Психофізіологія
СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Галузь знань:	05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність:	053 Психологія
Освітньо-професійна (освітньо-наукова програма)	«Психологія»
Освітній рівень:	Перший (бакалаврський)
Статус дисципліни:	Обов'язкова
Мова викладання, навчання та оцінювання:	українська

Івано-Франківськ

2025

РОЗРОБНИК:



Олександра Питлюк-Смерчинська

ЗАТВЕРДЖЕНО:

на засіданні кафедри психології,
протокол № 1 від 27.08.2025 р.
в.о. зав.каф.



Олена Халік

УЗГОДЖЕНО:

Гарант ОПП



Олег Запукхляк

СХВАЛЕНО:

на засіданні Науково-методичної ради, протокол №1 від 29.08. 2025 р.

e-mail	oleksandra.pytliuk-smerechynska@ukd.edu.ua
Номер аудиторії чи кафедри	Кафедра психології, 316 ауд.
Посилання на сайт	https://ukd.edu.ua
Сторінка курсу в СДО	https://online.ukd.edu.ua/my/courses.ph p

ВСТУП

Анотація навчальної дисципліни «Психофізіологія»

Курс «Психофізіологія» характеризується тісними міждисциплінарними зв'язками із загальною психологією, еволюцією і анатомією нервової системи, фізіологією нервової системи і вищої нервової діяльності та багатьма іншими психологічними галузями. Вивчення даного курсу сприяє поглибленому розумінню структури і закономірностей функціонування особистості з позиції різних відділів нервової системи, механізмів формування форм відображення психіки в процесі діяльності, поведінки тощо.

Мета та завдання курсу полягає в розширенні когнітивних можливостей студентів, наданні їм фундаментальних знань для розуміння механізмів регулювання функцій організму особистості, розуміння особливостей поведінки в різних сферах діяльності та взаємодії з оточуючим середовищем.

У процесі вивчення здобувач освіти повинен **знати**: основні принципи та поняття психофізіології з огляду на структуру та функції нервової системи, розвиток психічних процесів, станів та властивостей особистості. Фізіологічні аспекти такі як вплив харчування, сну, стресу, руху та інших фізіологічних факторів на психічний стан. Вплив психофізіологічних процесів на працездатність та загальне функціонування організму, на відновлення функцій під час відпочинку. Ознаки та наслідки порушень психофізіологічних процесів, таких як стрес, безсоння, розлади уваги та пам'яті.

Здобувач освіти повинен **вміти**: аналізувати вплив фізіологічних процесів на психічний стан та діяльність, поведінку особистості. Виявляти порушення психофізіологічних процесів та їх наслідки функціональні стани особистості, зокрема такі як стрес, безсоння, розлади когнітивної сфери.

Компетентності та результати навчання, який набувають здобувачі освіти внаслідок вивчення навчальної дисципліни (шифри та зміст компетентностей та програмових результатів навчання вказано відповідно до ОПП «Психологія», введеної в дію ЗВО «Університет Короля Данила» «01» вересня 2024 року)

Шифр та назва компетентності	Шифр та назва програмних результатів навчання
ЗК1.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях	ПРН1.Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання
ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності	ПРН2.Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань
ЗК4.Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями	ПРН3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч.з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення
СК1.Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології	ПРН4.Обґрунтувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел
СК2.Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ	ПРН6.Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження
СК3.Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема в контексті організації заходів реального втручання)..	ПРН7.Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки
СК4.Здатність самостійно опрацьовувати психологічну інформацію з різних джерел	ПРН 15.Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку
	ПРН16.Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога
	ПРН18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначити зміст запиту до супервізії

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Курс	2		
Семестр	3		
Кількість кредитів ЄКТС	6		
Аудиторні навчальні заняття		денна форма	заочна форма
	лекції	30 (в годинах)	6 (в годинах)
	практичні	30 (в годинах)	6 (в годинах)
Самостійна робота	Самостійна робота	120 (в годинах)	168 (в годинах)
Форма підсумкового контролю	Екзамен		

Структурно логічна схема вивчення навчальної дисципліни

Пререквізити	Постреквізити
Вступ до спеціальності, основи психології	Психосоматика, клінічна психологія, патопсихологія

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Перелік тем лекційного матеріалу

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. Теоретико-методологічні аспекти вивчення психофізіології та функціональних станів особистості

Тема 1. Поняття про психофізіологію та функціональні системи в психофізіології. (4 год)

Предмет та завдання курсу “Психофізіологія”. Сучасні уявлення про відношення психічного та фізичного. Системний підхід у психофізіології. Нейронні мережі та взаємодія в них. Основні ознаки функціональної системи. Типи функціональних систем. Галузі психології функціональних станів особистості : ПФ відчуття і сприймання (сенсорних процесів), ПФ емоцій, ПФ уваги, ПФ довільних рухів, ПФ мовлення та мислення, диференційна ПФ, ПФ свідомості, системна ПФ, ПФ професійної діяльності, порівняльна ПФ, клінічна ПФ.

Питання для самостійного вивчення. Історія розвитку вчення про психічну діяльність та функціональні стани особистості. Розвиток наукових уявлень про мозок, психіку та поведінку. Інформаційний підхід у психофізіології. Досягнення ПФ кінця ХХ-поч ХХІ ст. Галузі психології функціональних станів особистості: ПФ, екологічна ПФ, соціальна ПФ, педагогічна ПФ, нейрофізіологія (вікова, клінічна), фізіологія вищої нервової діяльності, нейропсихологія [1], [2],[3].

Тема 2. Методи дослідження функціональних станів особистості у психофізіології (2 год.)

Прямі методи психофізіологічних досліджень. Методи непрямой реєстрації неспецифічних змін функціонального стану центральної нервової системи.

Методи оцінки функціональних показників. Емпіричні психофізіологічні методи. Метод електроенцефалографії. Магнітоенцефалографія. Метод викликаних потенціалів. Метод топографічного зонування. Метод комп'ютерної томографії. Метод шкіро-гальванічної реакції (ШГР). Методи оцінки функціонування серцево-судинної системи. Поліграф.

Питання для самостійного вивчення. Поняття про психофізіологічні методи дослідження функціональних станів: спостереження, дослідження потовиділення, кімографія, плетизмографія, електроміографія, нейрофізіологічні дослідження, методи дослідження серцево-судинної системи в психофізіології, дослідження системи травлення, папілометрія, біохімічні дослідження, викликані потенціали, позитронно-емісійна томографія, термоенцефалоскопія, вимірювання локального мозкового кровотоку [2],[3].

Тема 3. Фізіологічні основи діяльності психіки (4 год)

Фізіологічні властивості нервової системи. Сензитивність, резистентність та сила нервової системи. Індивідуальні особливості нервової системи і нервових процесів. Основи реактивності як здатності відповідати на подразники. Система управління рухами (за М.О. Бернштейном). Схема управління руховою діяльністю (за О.Р. Малхазовим). Показники роботи серцево-судинної системи. Показники активності дихальної системи. Реакції очей.

Питання для самостійного вивчення. Функціональні системи (ФС): універсальні механізми ФС. Поняття функціональна система. Універсальні механізми ФС. Постулати теорії ФС [2],[3].

Тема 4. Функціональна анатомія мозку (4 год)

Функціональна організація мозку. Сенсорні та модулюючі системи мозку. Анатомічна структура та функціональне значення структурнофункціональних блоків мозку. Інтегративна діяльність мозку. Системна організація функцій головного мозку; роль асоціативної кори в мисленні; функціональна асиметрія великих півкуль, генетичні та біохімічні чинники розвитку асиметрії великих півкуль.

Питання для самостійного вивчення. Сучасні теорії функціональної асиметрії мозку. Взаємодія симпатичної та парасимпатичної систем. Анатомічні структури на медіальній поверхні головного мозку. Взаємодія спинного та головного мозку [2],[3].

Тема 5. Функціональні стани особистості з позиції психофізіології свідомого і несвідомого (4 год)

Свідомість, як найвища форма розвитку психіки. Нейропсихологічні особливості свідомості. Функції свідомості. Структура свідомості. Основні теорії свідомості. Обробка інформації (виконання елементарних когнітивних операцій). Онтогенетичні фактори свідомості. Поняття про самосвідомість. Етапи формування самосвідомості. Психофізіологія несвідомого. Поведінкові автоматизми і стереотипи. Підпорогове сприйняття.

Питання для самостійного вивчення. Теорія "світлої плями" І.П. Павлова. "Прожекторна теорія свідомості" Ф. Крика. Теорія «повторного входу» збудження Дж. Еделмена. Теорія «інформаційного синтезу» О. М. Іваницького. Теорія свідомості Дж. Еклза. Голографічна теорія К. Прибрама. Установки і неусвідомлювані мотиви. Змінені стани свідомості [2],[3].

Тема 6. Психофізіологія функціональних станів особистості (4 год.)

Порівняльна характеристика психічного, функціонального та психофізіологічного станів. Психофізіологічна характеристика негативних та позитивних станів. Функціональний стан і його фізіологічні, психологічні та ергономічні поняття. Функціональний стан організму у стані спокою і у процесі розумового та фізичного навантаження. Найпоширеніші фізіологічні показники, які використовують для характеристики функціонального стану. Психофізіологія сну. Психофізіологія стресу. Біль і його фізіологічні механізми

Питання для самостійного вивчення. Фізіологічні індикатори функціональних станів. Психофізіологічні особливості сну та бадьорості. Способи корекції та прийоми саморегуляції ФС. Психофізіологія індивідуально-типологічних відмінностей. Структура інтегральної

індивідуальності. Відображення індивідуально-типологічних відмінностей особистості в ЕЕГ [2],[3].

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Способи впливу особистості на функціональні стани

Тема 7. Способи регуляції та саморегуляції функціональних станів особистості у психофізіології (2 год)

Поняття гомеостазу в контексті регуляції функціональних станів особистості. Способи корекції та прийоми саморегуляції феномену свідомості. Психофізіологічні особливості відновлення та самовідновлення функціонування організму. Фізіологічні індикатори функціональних станів. Психофізіологічні особливості сну та бадьорості.

Питання для самостійного вивчення. Вивчення методів психопрофілактики функціональних станів: оптимізація харчування; фармакотерапія; функціональна музика; аутогенна тренування і гіпноз; масаж і самомасаж; виробнича гімнастика; колірне оформлення приміщень; створення кабінетів психічного розвантаження. Види робочих поз та їх зв'язок із стомлюваністю. Способи боротьби із зоровою стомлюваністю [2],[3],[6],[7],[8].

Тема 8. Психофізіологія адаптації (2 год)

Загальні уявлення про адаптацію, види адаптації. Поняття дезадаптації. Адаптивність та адаптаційні можливості особистості.

Питання для самостійного вивчення. Адаптаційні можливості особистості та адаптаційний потенціал. Професійна адаптація. Професійна деформація. Адаптація особистості до екстремальних умов діяльності. Особливості паліативної адаптації [6], [7].

Тема 9. Психофізіологія емоцій (2 год)

Поняття, класифікація і функції емоцій. Теорії емоцій. Соматична теорія емоцій Джеймса-Ланге. Індикатори емоцій. Психофізіологічні механізми емоцій.

Питання для самостійного вивчення. Структура лімбічної системи, їх функції у психофізіології емоційної сфери особистості. Роль функціональної асиметрії мозку у формуванні і прояві емоцій. Способи регуляції емоційних станів особистості. [6],[7]

Тема 10. Психофізіологія сенсорних та пізнавальних процесів. (2 год)

Загальні властивості сенсорних процесів. Нейрофізіологічні механізми сенсорних систем. Сенсорна система зору. Сенсорна система слуху. Вестибулярна система. Сенсорна система шкіри. Сенсорна система кістково-м'язового апарату. Сенсорна система смаку. Сенсорна система нюху. Психофізіологія уваги. Психофізіологія пам'яті. Психофізіологія мовлення. Психофізіологія мислення.

Питання для самостійного вивчення. Поняття про верхній та нижній пороги чутливості. Сенсорна адаптація. Зір у людини і тварин. Тренування вестибулярної системи. Рецептори шкіри. Психофізіологічні механізми і моделі (теорії) уваги. Фізіологічне і психологічне значення смаку і запаху їжі для людини. Послідовність процесу мовлення. Основні психофізіологічні механізми мовлення [6], [7].

Зміст семінарських занять

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. Теоретико-методологічні аспекти вивчення функціональних станів особистості

Тема 1. Поняття про функціональні системи в психофізіології. (2 год)

Предмет та завдання психофізіології. Історія становлення вчення про психофізіологію діяльності і поведінки особистості. Сучасні підходи у розумінні функціональних станів особистості. Місце психофізіології у системі психологічних, соціологічних і природничих дисциплін. Роль психофізіології у професійній підготовці практичного психолога. Зв'язок психофізіології з біологічними дисциплінами, медичними дисциплінами, психологічними дисциплінами. Основні етапи становлення та перспективи розвитку психофізіології (Павлов І.П., Бехтерев В.М., Ухтомський О.О., Анохін П.К., Бернштейн М.О., Лурія О.Р.). Основні етапи становлення і перспективи розвитку зарубіжної психофізіології (Сеченов І.М., Вундт В., Г. Сельє, В. Маунткасл, К. Прибрам).

Завдання для самостійної роботи: Дослідити основні теоретичні підходи в розвитку вчення про психофізіологію функціональних станів. Написати есе, та проаналізувати, як кожен з цих підходів впливає на сучасні дослідження та практичне використання методологічних знань в галузі. Розробити презентацію, яка включає огляд останніх досліджень з теми “Сучасні напрями та проблеми психофізіології [1], [2],[3].

ТЕМА 2. Методи дослідження функціональних станів особистості у психофізіології (4 год)

Принципи дослідження психологічних функціональних станів. Електрофізіологічні методи і показники. Електроенцефалографія та основні

ритми ЕЕГ. Викликані потенціали мозку. Поліграф («детектор брехні»). Комп'ютерна томографія. Вегетативні дослідження і показники. Дослідження рухової сфери і рухові показники. Біохімічні дослідження і показники. Імунологічні дослідження і показники. Антропологічні показники психофізіологічних досліджень. Клінічні методи у психофізіології. Вибір методів досліджень та обробка результатів. Специфіка психофізіологічних досліджень на тваринах і принципи біоетики. Моделювання психічних процесів і поведінки. Методи самооцінки психофізіологічних станів. Поняття про психофізіологічні методи дослідження функціональних станів: спостереження, дослідження потовиділення, кімографія, плетизмографія, електроміографія, нейрофізіологічні дослідження, методи дослідження серцево-судинної системи в психофізіології, дослідження системи травлення, папілометрія, біохімічні дослідження, викликані потенціали, позитронно-емісійна томографія, термоенцефалоскопія, вимірювання локального мозкового кровотоку, Можливості застосування (методу) у психологічних та психофізіологічних дослідженнях

Завдання для самостійної роботи: Дослідити основні теоретичні підходи в розробці методологічної бази дослідження функціональних станів особистості. Написати есе, та проаналізувати, особливості використання одного з методів дослідження функціональних станів [1], [2], [3].

Тема 3. Фізіологічні основи діяльності психіки (4 год.)

Мозок як орган (матриця) психічної діяльності та саморегулююча система. Системна організація функцій головного мозку. Інтегративна діяльність головного мозку. Нейрон: принципи класифікації та обробки інформації. Основні положення нейронної доктрини. Нейронні коди. Нейроглія: принципи класифікації та роль у психічних процесах. Нервові зв'язки та синапси. Принципи обробки інформації в нейронній мережі. Конвергенція і дивергенція. Біологічний і персональний комп'ютер (комп'ютерна метафора). Нейронні ансамблі і кортикальні колонки. Асоціативні, сенсорні, рухові системи мозку. Модулюючі системи мозку. Функціональні блоки мозку (Лурія О.Р.). Особливості функціональної асиметрії мозку людини. Розвиток мозку в онтогенезі та філогенезі.

Історія вчення про рефлекс. Рефлекс як психофізіологічний феномен та модель поведінки. Поняття про рефлекторну дугу (шлях рефлексу) і рефлекторне кільце. Принципи класифікації рефлексів. Рефлекси та інстинкти. Класичні умовні рефлекси (фізіологія ВНД). Класичні інструментальні рефлекси (біхевіоризм). Принципи утворення умовних рефлексів. Рефлекторна діяльність і проблеми наочності. Рефлекс і функціональна система. Поняття про першу і другу сигнальні системи.

Неасоціативні та асоціативні форми наочності. Вчення про ВНД, біхевіоризм, гештальтпсихологія та проблеми наочності. Класичний умовний рефлекс. Класичний інструментальний рефлекс. Когнітивне наочності. Імпринтинг та

інсайт і проблеми наочності. Механізми пам'яті, мислення і наочності. Сигнальні системи і проблеми наочності. ФАМ і проблеми наочності.

Завдання для самостійної роботи: Написати есе на тему “Мозок як орган (матриця) психічної діяльності та саморегулююча система” та розглянути різні підходи до розуміння фізіологічних основ психіки з використанням прикладів реального життя для ілюстрації своєї думки. Дослідити особистий тип функціональної асиметрії півкуль головного мозку та створити таблицю з порівнянням типів функціональної асиметрії ГМ [2], [3].

Тема 4. Функціональна анатомія мозку (4 год)

Функціональна організація мозку. Сенсорні та модулюючі системи мозку. Анатомічна структура та функціональне значення структурнофункціональних блоків мозку. Інтегративна діяльність мозку. Системна організація функцій головного мозку; роль асоціативної кори в мисленні; функціональна асиметрія великих півкуль, генетичні та біохімічні чинники розвитку асиметрії великих півкуль. Загальні відомості про нервову систему. Центральна та периферійна нервові системи, їх єдність. Біла та сіра речовини нервової системи. Нейрон — структурна та функціональна одиниця ЦНС. Будова нервових закінчень, нервового волокна, нервів та нервових вузлів (гангліїв). Основні фізіологічні процеси, подразливість, збудливість. Синапс як функціональний контакт між мембранами збудливих тканин. Спинний мозок, його розміщення, будова і функції, сіра та біла речовини, передні і задні корінці, утворення спинномозкових нервів, нервових сплетень, оболонки спинного мозку. Основні нерви сплетень, зони іннервації. Взаємодія симпатичної та парасимпатичної систем. Анатомічні структури на медіальній поверхні головного мозку.

Завдання для самостійної роботи: Створити інтерактивну презентацію на тему “Рефлекс як психофізіологічний феномен та модель поведінки.” із включенням прикладів, що ілюструють застосування теорій розуміння та функціонування рефлексів в реальному житті.

Тема 5. Функціональні стани особистості з позиції психофізіології свідомого і несвідомого (2 год)

Свідомість, як найвища форма розвитку психіки. Нейропсихологічні особливості свідомості. Функції свідомості. Структура свідомості. Основні теорії свідомості. Обробка інформації (виконання елементарних когнітивних операцій). Онтогенетичні фактори свідомості. Поняття про самосвідомість. Етапи формування самосвідомості. Психіологія несвідомого. Поведінкові автоматизми і стереотипи. Підпорогове сприйняття. Теорія "світлої плями" І.П. Павлова. "Прожекторна теорія свідомості" Ф. Крика. Теорія «повторного входу» збудження Дж. Еделмена. Теорія «інформаційного синтезу» О. М. Іваницького. Теорія свідомості Дж. Еклза. Голографічна теорія К. Прибрама. Установки і неусвідомлювані мотиви. Змінені стани свідомості.

Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати приклад неусвідомлених психічних процесів особистості з літератури чи фільму, їх впливи на діяльність персонажа та розвиток його особистості оформити матеріали у вигляді доповіді.

Тема 6. Психофізіологія функціональних станів особистості (4 год)

Функціональні стани та принципи визначення і діагностики. Електрофізіологічні, вегетативні, рухові кореляти функціональних станів. Індикатори активності різних фізіологічних систем організму (серцево-судинної системи, системи органів дихання, системи органів травлення, системи органів виділення) та їх роль у психофізіології. Аналіз циклу сон – бадьорість. Модуючі системи мозку. ФАМ та функціональні стани.

Сон як психофізіологічний феномен та змінений стан свідомості. Класифікація стадій сну. Електрофізіологічні кореляти сну та їх аналіз. Вегетативні та рухові кореляти сну та їх аналіз. Сон та пізнавальні процеси (пам'ять) і навчіння. Сон та ріст і розвиток організму. Сон та процеси адаптації. Індивідуальна динаміка сну. Гіпноз і навіювання. Патологічні форми сну.

Історія вчення про стрес. Стрес – загальний адаптаційний синдром, позитивне значення стресу. Стадії розвитку стресу. Фізіологічні та психологічні стрес-чинники. Еустрес і дистрес. Тріада і гормони стресу. Роль системи гіпоталамус – гіпофіз – наднирники у процесах адаптації і стресу. Роль системи гіпоталамус – гіпофіз – щитоподібна залоза у процесах адаптації і стресу. Роль автономної нервової системи у процесах адаптації і стресу. Індивідуальні відмінності у реакціях на стрес. Тип поведінки А і В. Біологічні ритми та адаптація. Проблеми адаптації до природного і соціального середовища. Стрес і психічне здоров'я. Принципи профілактики дистресу.

Психофізіологія потреб, мотивацій і емоцій. Класифікація потреб людини (Симонов П.В.). Біологічні, соціальні, духовні потреби. Ієрархія потреб людини (Маслоу А.). Нейроанатомічні, нейрофізіологічні та нейрохімічні аспекти мотивації. Драйв-рефлекси. Інформаційна теорія емоцій, формула емоцій (Симонов П.В.). Негативні і позитивні емоції, стеничні та астеничні емоції. Роль лімбічної системи у забезпеченні емоцій та поведінкових реакцій. Характеристика вегетативних реакцій емоційних станів. Взаємозв'язок емоцій та психічного і фізичного здоров'я. Біологічна роль та психофізіологічні складові страху. Біль як психофізіологічний феномен. Розлади емоційної сфери людини.

Завдання для самостійної роботи: Дослідити різні види функціональних станів особистості (стрес, сон, мотиваційний драйв) та створити інфографіку, яка пояснює ці види. Включити приклади з повсякденного життя, які демонструють, як кожен із функціональних станів проявляється. Написати есе на тему "Еустрес і дистрес. Тріада і гормони стресу" та описати кожен процес, з наведенням прикладів які фактори можуть впливати на ефективність кожного з них [2], [3].

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Способи впливу особистості на функціональні стани

Тема 7. Способи регуляції та саморегуляції функціональних станів особистості (4 год)

Суб'єктивна та об'єктивна оцінка функціонального стану. Електрофізіологічні, вегетативні, рухові показники функціонального стану. Показники діяльності серцево-судинної системи при оцінці функціонального стану. Зовнішні способи корекції функціонального стану: функціональна музика (музико терапія), ароматерапія, фототерапія (терапія кольорами), контактний і безконтактний масаж, фармакологічна корекція, гіпноз і навіювання. Прийоми саморегуляції функціонального стану: спеціальна дихальна гімнастика, м'язова релаксація, біологічний зворотній зв'язок, аутогенне тренування, медитація. Вивчення методів психопрофілактики функціональних станів: оптимізація харчування; фармакотерапія; функціональна музика; аутогенне тренування і гіпноз; масаж і самомасаж; виробнича гімнастика; колірне оформлення приміщень; створення кабінетів психічного розвантаження. Види робочих поз та їх зв'язок із стомлюваністю. Способи боротьби із зоровою стомлюваністю.

Завдання для самостійної роботи: Написати реферат на тему “Гіпноз і навіювання. Прийоми саморегуляції функціонального стану”. Групова дискусія на тему “Роль виховання у формуванні навіюваності особистості” [2],[3],[6],[7],[8].

Тема 8. Психофізіологія адаптації (2 год)

Роль системи гіпоталамус – гіпофіз – наднирники у процесах адаптації і стресу. Роль системи гіпоталамус – гіпофіз – щитоподібна залоза у процесах адаптації і стресу. Роль автономної нервової системи у процесах адаптації і стресу. Індивідуальні відмінності у реакціях на стрес. Тип поведінки А і В. Біологічні ритми та адаптація. Проблеми адаптації до природного і соціального середовища. Стрес і психічне здоров'я. Принципи профілактики дистресу.

Завдання для самостійної роботи: Практичне завдання: Інтерв'ю з представником будь якої соціальної групи; дослідити індивідуальні способи адаптації, прийоми та інструменти адаптації респондента. Самоаналіз особистих адаптаційних особливостей: Есе на тему “Мої адаптаційні особливості та прийоми адаптації. Реферат на тему “Принципи профілактики дистресу” [6], [7].

Тема 9. Психофізіологія емоцій (2 год)

Поняття, класифікація і функції емоцій. Теорії емоцій. Соматична теорія емоцій Джеймса-Ланге. Індикатори емоцій. Психофізіологічні механізми емоцій. Структура лімбічної системи, їх функції у психофізіології емоційної

сфери особистості. Роль функціональної асиметрії мозку у формуванні і прояві емоцій. Способи регуляції емоційних станів особистості.

Завдання для самостійної роботи: Підготувати інтерактивну презентацію на тему "Негативні і позитивні емоції, стеничні та астенічні емоції. Роль лімбічної системи у забезпеченні емоцій та поведінкових реакцій". Підготувати презентацію на тему "Біологічна роль та психофізіологічні складові страху" із включенням інформації про те, як мозок обирає, на чому зосередитись, і як це впливає на сприйняття реальності [6],[7]

Тема 10. Психофізіологія сенсорних та пізнавальних процесів. (2 год)

Загальні властивості сенсорних процесів. Нейрофізіологічні механізми сенсорних систем. Сенсорна система зору. Сенсорна система слуху. Вестибулярна система. Сенсорна система шкіри. Сенсорна система кістково-м'язового апарату. Сенсорна система смаку. Сенсорна система нюху. Психофізіологія уваги. Психофізіологія пам'яті. Психофізіологія мовлення. Психофізіологія мислення. Поняття про верхній та нижній пороги чутливості. Сенсорна адаптація. Зір у людини і тварин. Тренування вестибулярної системи. Рецептори шкіри. Психофізіологічні механізми і моделі (теорії) уваги. Фізіологічне і психологічне значення смаку і запаху їжі для людини. Послідовність процесу мовлення. Основні психофізіологічні механізми мовлення.

Завдання для самостійної роботи: Розглянути теорії, що пояснюють нейроанатомічні, нейрофізіологічні та нейрохімічні аспекти мотивації. Драйв-рефлекси матеріали оформити у вигляді доповіді [6], [7].

Зміст самостійної роботи здобувачів

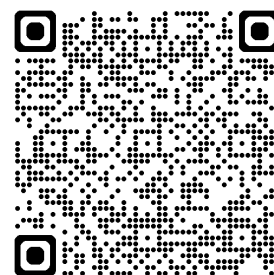
Розподіл годин, виділених на вивчення дисципліни:

Найменування видів робіт	Розподіл годин за формами навчання	
	денна	заочна
Самостійна робота, год, у т.ч.:	120	168
Опрацювання матеріалу, викладеного на лекціях	30	10
Підготовка до практичних занять та контрольних заходів	40	20
Підготовка звітів з практичних робіт	-	-
Підготовка до поточного контролю	10	10
Опрацювання матеріалу, винесеного на самостійне вивчення	40	128

ПОЛІТИКА КУРСУ

1) щодо системи поточного і підсумкового контролю

Організація поточного та підсумкового семестрового контролю знань студентів, проведення практик та атестації, переведення показників академічної успішності за 100-бальною шкалою в систему оцінок за національною шкалою здійснюється згідно з “Положенням про систему поточного і підсумкового контролю, оцінювання знань та визначення рейтингу здобувачів освіти”. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



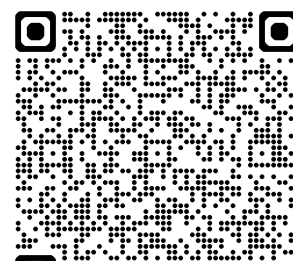
2) щодо оскарження результатів контрольних заходів

Здобувачі вищої освіти мають право на оскарження оцінки з дисципліни отриманої під час контрольних заходів. Апеляція здійснюється відповідно до «Положення про політику та врегулювання конфліктних ситуацій». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



3) щодо відпрацювання пропущених занять

Згідно “Положення про організацію освітнього процесу” здобувач допускається до семестрового контролю з конкретної навчальної дисципліни (семестрового екзамену, диференційованого заліку), якщо він виконав усі види робіт, передбачені на семестр навчальним



планом та си́лабусом/робочою програмою навчальної дисципліни, підтвердив опанування на мінімальному рівні результатів навчання (отримав ≥ 35 бали), відпрацював визначені індивідуальним навчальним планом всі лекційні, практичні, семінарські та лабораторні заняття, на яких він був відсутній. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).

4) щодо дотримання академічної доброчесності

“Положення про академічну доброчесність” закріплює моральні принципи, норми та правила етичної поведінки, позитивного, сприятливого, доброчесного освітнього і наукового середовища, професійної діяльності та професійного спілкування спільноти Університету, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



5) щодо використання штучного інтелекту

“Положення про академічну доброчесність” визначає політику щодо використання технічних засобів на основі штучного інтелекту в освітньому процесі. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#). “Положення про систему запобігання та виявлення академічного плагіату, самоплагіату, фабрикації та фальсифікації академічних творів” містить рекомендації щодо використання в академічних текстах генераторів на основі штучного інтелекту. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



6) щодо використання технічних засобів в аудиторії та правила комунікації

Використання мобільних телефонів, планшетів та інших гаджетів під час лекційних та практичних занять дозволяється виключно у навчальних цілях (для уточнення певних даних, перевірки правопису, отримання довідкової інформації тощо). На гаджетах повинен бути активований режим «без звуку» до початку заняття. Під час занять заборонено надсилання текстових повідомлень, прослуховування музики, перевірка електронної пошти, соціальних мереж тощо. Під час виконання заходів контролю використання гаджетів заборонено (за винятком, коли це передбачено умовами його проведення). У разі порушення цієї заборони результат анулюється без права перескладання. Ознайомитись з відповідним документом можна за [посиланням](#).



Комунікація відбувається через електронну пошту і сторінку дисципліни в Moodle.

7) щодо зарахування результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти

Процедури визнання результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти визначаються «Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та / або інформальної освіти». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



Можливості неформальної освіти в межах дисципліни

№ п/п	Перелік онлайн-курсів	Перелік тем, які можуть бути перезараховані (за умови наявності сертифіката на ім'я та прізвище студента/студентки)
1.	Платформа Coursera Understanding the Brain: The Neurobiology of Everyday Life https://www.coursera.org/learn/neurobiology#modules (За умови написання мотиваційного листа і отримання підтвердження - сертифікат безкоштовно)	Тема 4. Функціональна анатомія мозку Тема 3. Фізіологічні основи діяльності психіки
2.	Платформа Coursera Anatomy: Human Neuroanatomy https://www.coursera.org/learn/anatomy403-3x (За умови написання мотиваційного листа і отримання підтвердження - сертифікат безкоштовно)	Тема 4. Функціональна анатомія мозку Тема 10. Психофізіологія сенсорних та пізнавальних процесів

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При вивченні дисципліни застосовується комплекс методів для організації навчання студентів з метою розвитку їх логічного та абстрактного мислення, творчих здібностей, підвищення мотивації до навчання та формування особистості майбутнього фахівця.

Програмний результат навчання ¹	Метод навчання	Метод оцінювання
ПРН1.Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання	бесіда бесіда-діалог аналітичний	усний контроль програмований контроль
ПРН2.Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань	бесіда; бесіда-діалог; аналітичний; комп'ютерні і мультимедійні методи індуктивний; бесіда мозковий штурм	самооцінювання
ПРН3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч.з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення	комп'ютерні і мультимедійні методи індуктивний; аналітичний; дослідницький	письмовий контроль
ПРН4. Обґрунтувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел	порівняльний; аналітичний	самооцінювання
ПРН6.Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження	синтетичний	поточний контроль
ПРН7.Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного	репродуктивний; проблемно-пошуковий	поточний контроль

¹ для вибіркових навчальних дисциплін вказується результат навчання

дослідження, формулювати аргументовані висновки		
ПРН 15.Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку	репродуктивний	самооцінювання
ПРН16.Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога	аналітичний дискусія	поточний контроль
ПРН18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначити зміст запиту до супервізії	творчий; кейс-метод	усний контроль; письмовий

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Вид	Зміст	% від загальної оцінки	Бал	
			min	max
Поточні контрольні заходи	всього	60	35	60
Підсумкові контрольні заходи	екзамен	40	24	40
Всього:	-	100	60	100

Процедура проведення контрольних заходів, а саме поточного контролю знань протягом семестру та підсумкового семестрового контролю, регулюється «Положенням про систему поточного та підсумкового контролю оцінювання знань та визначення рейтингу студентів».

Фіксація **поточного** контролю здійснюється в “Електронному журналі обліку успішності академічної групи” на підставі чотирибальної шкали – “2”; “3”; “4”; “5”. У разі відсутності студента на занятті виставляється “н”. За результатами поточного контролю у Журналі, автоматично визначається підсумкова оцінка, здійснюється підрахунок пропущених занять.

Критерії оцінювання відповідей на семінарському занятті:

«2 бали»	Здобувач володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів, що позначаються окремими словами чи реченнями; володіє матеріалом на елементарному рівні засвоєння, викладає його уривчастими реченнями, виявляє здатність висловити думку на елементарному рівні; володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять не значну частину навчального матеріалу;
«3 бали»	Здобувач володіє матеріалом на початковому рівні, значну частину матеріалу відтворює на репродуктивному рівні; володіє матеріалом на рівні, вищому за початковий, здатний за допомогою викладача логічно відтворити значну його частину; може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити висновки, виправляти допущені помилки;
«4 бали»	Здобувач здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних ситуацій, частково контролювати власні навчальні дії, наводити окремі власні приклади на підтвердження певних тверджень; 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; вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, та вміє застосовувати його на практиці; вільно розв'язує задачі в стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу;
«5 балів»	Здобувач 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; вільно висловлює власні 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 одержані відомості відповідно до мети та завдань власної пізнавальної діяльності; використовує набуті знання і вміння в нестандартних ситуаціях; виявляє особливі творчі здібності, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання.

Усі пропущені заняття, а також негативні оцінки студенти зобов'язані відпрацювати впродовж трьох наступних тижнів. У випадку недотримання цієї

норми, замість “н” в журналі буде виставлено “0” (нуль балів), без права перескладання. Відпрацьоване лекційне заняття в електронному журналі позначається літерою «в».

До підсумкового контролю допускаються студенти які за результатами поточного контролю отримали не менше 35 балів. Усі студенти, що отримали 34 балів і менше, не допускаються до складання підсумкового контролю і на підставі укладання додаткового договору, здійснюють повторне вивчення дисципліни впродовж наступного навчального семестру. За результатами підсумкового контролю (диференційований залік/екзамен) студент може отримати 40 балів. Студенти, які під час підсумкового контролю отримали 24 бали і менше, вважаються такими, що не склали диференційований залік і повинні йти на перескладання.

Загальна семестрова оцінка з дисципліни, яка виставляється в екзаменаційних відомостях оцінюється в балах (згідно з **Шкалою оцінювання знань за ЄКТС**) і є сумою балів отриманих під час поточного та підсумкового контролю.

Шкала оцінювання знань за ЄКТС:

Оцінка за національною шкалою	Рівень досягнень, %	Шкала ECTS
Національна диференційована шкала		
Відмінно	90 – 100	A
Добре	83 – 89	B
	75 – 82	C
Задовільно	67 – 74	D
	60 – 66	E
Незадовільно	35 – 59	FX
	0 – 34	F
Національна недиференційована шкала		
Зараховано	60 – 100	-
Не зараховано	0 – 59	-

Студенти, які не з'явилися на екзамени без поважних причин, вважаються такими, що одержали незадовільну оцінку.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Бригадир М. Особливості функціонування головного мозку людини. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Випуск 2. Т.1. С.19-23
2. Дегтяренко Т. В., Ковиліна В. Г. Психофізіологія розвитку: підручник для студентів вищих навчальних закладів. К. 2023. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/13269/3/Dehtiarenko%20Tetiana%20V%D0%BElodymyriyv%D0%B0.pdf>
3. Лісовенко А.Ф., Бедан В.Б. Психофізіологія: практикум. Одеса: Фенікс, 2021. 75 с.
4. Кокун О.М. Психофізіологія. Київ. 2006.
5. Кузів О.Є. Психофізіологія: курс лекцій. Тернопіль: вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 194 с.
6. Психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення фахівця в умовах соціально-економічних перетворень: монографія. О.М. Кокун, В.В. Клименко, О.М. Корніяка [та ін.]; за ред. О.М. 6. Кокун. К. 2018. URL: https://lib.iitta.gov.ua/712848/1/%D0%9C%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80_2018.pdf

Додаткова література

7. Бригадир М. Стани зміненої свідомості та можливості самопроекування. *Virtus*. 2016. № 5. С. 63-67.
8. Ващук О.П. Психофізіологічна діагностика особистості. Одеса: Гельветика, 2017. 108 с.
9. Грицюк І. М. Психофізіологія: матеріали для студентів спеціальності «Психологія». Луцьк, 2014. 62 с.
10. Легендзевич Г. Я., Закалик Г. М. Порівняльна психологія та психофізіологія. Львів: Львівська політехніка, 2021. 216 с.
11. Макарчук М. Ю, Куценко Т. В. Психофізіологія: навчальний підручник. К.: ООО «Інтерсервіс», 2011. 329 с.

12. Маруненко І. М. Психофізіологія: навчально-методичний посібник. Київ: Київський університет ім. Бориса Грінченка, 2016. 48 с.
13. Філімонов В. І. Фізіологія людини: підручник. Київ : ВСВ «Медицина», 2021. 488 с.
14. David Papo. Gauging Functional Brain Activity: From Distinguishability to Accessibility. *Front. Physiol.* 2019. 08 May. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphys.2019.00509/full>.
15. Liam Drew. How the Brain Works: The Facts Visually Explained (How Things Work). NY:DK, 2020. 224 p.

Електронні ресурси

1. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
2. American Psychologist. Journal of American Psychological Association. URL: <https://www.apa.org/pubs/journals/amp/>