

ОКСАНА ДРЕВІЦЬКА, ЛІДІЯ БУЦЬКА

МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ В СИСТЕМІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

КИЇВ – 2026

Рекомендовано до друку Вченою радою
ДУ «Інститут невідкладної і відновної хірургії ім. В. К. Гусака НАМН України»
(від 20 березня 2026 р.)

Рецензенти:

Черняк В.А., доктор медичних наук, професор кафедри хірургії ННЦ «Інститут біології та медицини» Київського національного університету імені Тараса Шевченка;

Кокум О.М., доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, директор Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України;

Коляденко Н.В., доктор медичних наук, доцент, професор кафедри практичної психології Маріупольського державного університету.

Древіцька О.О., Буцька Л.В.

Д75 Медична психологія в системі реабілітації: Навчально-методичний посібник. – К.: Видавничий центр «Кафедра», 2026. – 204 с.

ISBN 978-966-370-322-0

Навчально-методичний посібник «Медична психологія в системі реабілітації» присвячений висвітленню сучасних підходів до інтеграції психологічних знань у практику медичної та реабілітаційної допомоги. У посібнику системно викладено теоретичні основи медичної психології, біопсихосоціальної моделі здоров'я та принципів комплексної реабілітації. Особливу увагу приділено психологічним аспектам тілесної дисфункції, хронічного болю, травматичного досвіду, внутрішньої картини хвороби, а також ролі психоемоційних чинників у процесі відновлення. Представлено сучасні методи психодіагностики, психоедукації та психологічної корекції.

У виданні розглянуто основні напрями психотерапії, включаючи когнітивно-поведінкову, психодинамічну, гештальт-терапію, екзистенційний підхід, тілесно-орієнтовані та арт-терапевтичні методи. Особливо висвітлено особливості роботи медичного психолога в різних клінічних ситуаціях: при депресії, тривожних та психосоматичних розладах, у хірургічній та онкологічній практиці, після травм і втрат, а також у роботі з дітьми та підлітками. Посібник містить практичні рекомендації, клінічні приклади, діагностичні інструменти та питання для самоконтролю, що сприяють формуванню професійних компетентностей майбутніх лікарів і психологів.

Видання призначене для студентів медичних і психологічних спеціальностей, інтернів, лікарів, психологів та фахівців у сфері реабілітації.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ КОМПЛЕКСНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	8
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНА ОРГАНІЗАЦІЯ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ.....	27
РОЗДІЛ 3. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ.....	46
3.1. Базові терміни медичної психології в реабілітаційному процесі.....	47
3.2. Загальноклінічні завдання медичного психолога.....	56
3.3. Етичні та професійні аспекти медичної психології.....	59
РОЗДІЛ 4. МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	62
4.1. Базові принципи медико-психологічного обстеження.....	62
4.2. Збірники психологічних і нейропсихологічних досліджень.....	77
4.3. Тестові методики досліджень.....	83
4.3.1. Тести оцінювання психоемоційного стану.....	83
4.3.2. Тести оцінювання когнітивного стану.....	87
4.3.3. Опитувальники показників темпераменту та рис особистості.....	90
РОЗДІЛ 5. ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ В ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	96
5.1. Мотиваційне інтерв'ю (Motivational Interviewing, MI).....	97
5.2. Основні напрями психологічної корекції.....	105
5.3. Психологічні експрес-методи і техніки в реабілітаційній медицині.....	113
5.4. Психологічні методи і техніки в умовах стаціонару.....	121
5.4.1. Аутогенне тренування: від зовнішнього контролю до саморегуляції.....	121
5.4.2. Усвідомлення механізмів психологічного захисту.....	124
5.4.3. Тілесно-орієнтована психотерапія.....	126
5.4.4. Трансактний аналіз.....	130
5.4.5. Арт-терапія в процесі реабілітації.....	133
РОЗДІЛ 6. СТРАТЕГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ В РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ.....	137
6.1. Психологічна підтримка в терапевтичному процесі.....	137
6.1.1. Комунікація з пацієнтом у стані психологічної кризи.....	137

6.1.2. Підтримка пацієнтів з депресивними та тривожними станами	142
6.1.3. Психотерапевтичний підхід до пацієнтів з психосоматичними розладами	146
6.1.4. Психотерапія переживання втрати та горювання	150
6.2. Психологічна підтримка після контузій, поранень, в хірургічній практиці.	154
6.2.1. Психотерапія та реабілітація після контузій	154
6.2.2. Психологічний супровід в хірургічній практиці та після поранень	158
6.3. Психологічна підтримка в реабілітації дітей	166
ДОДАТКИ	177
Додаток А. ГОСПІТАЛЬНА ШКАЛА ТРИВОГИ І ДЕПРЕСІЇ (THE HOSPITAL ANXIETY AND DEPRESSION SCALE, HADS)	177
Додаток Б. ШКАЛА ТРИВОЖНОСТІ БЕКА (BAI – BECK ANXIETY INVENTORY)	180
Додаток В. ШКАЛА ДЕПРЕСІЇ БЕКА (BDI-II – BECK DEPRESSION INVENTORY, 2-А РЕДАКЦІЯ)	181
Додаток Г. ШКАЛА ОЦІНКИ АСТЕНІЇ (MFI-20)	184
Додаток Д. ШКАЛА ПТСР (PCL-5)	185
Додаток Е. ОПИТУВАЛЬНИК КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ (COPE)	187
Додаток Ж. ШКАЛА РЕЗИЛІЄНТНОСТІ (CD-RISC)	190
Додаток З. MMSE – MINI-MENTAL STATE EXAMINATION (МІНІ-ТЕСТ ДЛЯ ОЦІНКИ ПСИХІЧНОГО СТАНУ) ..	192
Додаток И. МОСА – MONTREAL COGNITIVE ASSESSMENT	194
Додаток І. FAB – FRONTAL ASSESSMENT BATTERY (ТЕСТ ЛОБНИХ ФУНКЦІЙ)	195
Додаток К. CDT – CLOCK DRAWING TEST (ТЕСТ МАЛЮВАННЯ ГОДИННИКА)	197
Додаток Л. TMT – TRAIL MAKING TEST А/В (ТЕСТ З'ЄДНАННЯ ТОЧОК)	197
Додаток М. DIGIT SPAN – WAIS (ШКАЛА ОБСЯГУ УВАГИ)	198
Додаток Н. ЗАГАЛЬНА ТАБЛИЦЯ ОЦІНКИ КОГНІТИВНОГО ПРОФІЛЮ	199
Додаток О. КОРОТКИЙ ОПИТУВАЛЬНИК ЯКОСТІ ЖИТТЯ SF-12	200
СПИСОК ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ	202

ВСТУП

Сучасна система охорони здоров'я переживає глибоку трансформацію, пов'язану з переосмисленням цілей і змісту лікувально-реабілітаційного процесу. У центрі цієї трансформації перебуває людина як цілісна біопсихосоціальна істота, а не лише носій соматичного чи психічного захворювання. У цьому контексті реабілітація дедалі більше розглядається не як завершальний етап лікування, а як безперервний, інтегрований процес відновлення функціонування, якості життя, автономії та соціальної участі пацієнта. Саме в такій парадигмі медична психологія посідає ключове місце, забезпечуючи науково обґрунтований і практично спрямований підхід до розуміння психологічних механізмів хвороби, одужання та адаптації.

Медична психологія як міждисциплінарна галузь знань сформувалася на перетині медицини, психології, нейронаук та соціальних наук. Її предметом є закономірності психічної діяльності людини в умовах здоров'я та хвороби, а також психологічні чинники виникнення, перебігу та подолання захворювань. У системі реабілітації медична психологія виконує не лише допоміжну, а й системоутворювальну функцію, оскільки саме психологічні ресурси особистості, мотивація, копінг-стратегії, когнітивні та емоційні процеси значною мірою визначають ефективність відновлення.

Особливої актуальності роль медичної психології в реабілітаційному процесі набуває в умовах зростання хронічних захворювань, наслідків бойових дій, травм, інсультів, нейродегенеративних розладів, а також психічних і психосоматичних порушень. Для значної частини пацієнтів проблема полягає не лише у втраті певних функцій, а у зміні життєвого сценарію, професійної ідентичності, соціальних ролей, системи цінностей та уявлень про себе. Реабілітація в таких випадках неможлива без урахування індивідуального психологічного досвіду хвороби, суб'єктивного ставлення до діагнозу, прогнозу, лікування та майбутнього.

Сучасні міжнародні підходи до реабілітації, зокрема концепція Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ), підкреслюють необхідність комплексної оцінки стану пацієнта з урахуванням тілесних функцій, активності, участі та контекстуальних факторів. У цій системі психологічні чинники розглядаються як невід'ємна складова функціонування людини, що впливає як на перебіг відновлення, так і на рівень соціальної інтеграції. Медичний психолог у складі мультидисциплінарної реабілітаційної команди забезпечує оцінку, інтерпретацію та цілеспрямований вплив на ці чинники.

Важливим аспектом діяльності медичного психолога в реабілітації є діагностика психологічного стану пацієнта. Йдеться не лише про виявлення психопатологічних симптомів, а про комплексну оцінку когнітивних функцій, емоційної сфери, мотивації, рівня стресу, резильєнтності, особистісних особливостей та соціальної підтримки. Отримані дані дозволяють індивідуалізувати реабілітаційні програми, прогнозувати можливі труднощі та підвищувати прихильність пацієнта до лікування.

Не менш значущою є психотерапевтична та психоосвітня складова медико-психологічної роботи. Психологічна підтримка спрямована на формування адаптивних копінг-стратегій, зниження рівня тривоги й депресії, опрацювання травматичного досвіду, відновлення почуття контролю та особистісної цілісності. Психоосвіта пацієнтів і членів їхніх родин сприяє кращому розумінню захворювання, реалістичному сприйняттю обмежень і можливостей, а також активному залученню до реабілітаційного процесу.

У системі реабілітації медична психологія також виконує важливу комунікативну функцію. Вона сприяє налагодженню ефективної взаємодії між пацієнтом, медичними працівниками та родиною, зменшенню конфліктів, подоланню недовіри та формуванню партнерських відносин у процесі лікування. Психологічна компетентність фахівців реабілітаційної команди є одним із ключових чинників успішної міжпрофесійної співпраці.

Навчальний посібник «Медична психологія в системі реабілітації» спрямований на формування у студентів медичних і психологічних спеціальностей цілісного уявлення про роль психологічних чинників у реабілітаційному процесі. У посібнику розглядаються теоретичні засади медичної психології, сучасні концепції реабілітації, методи психодіагностики та психологічного втручання, а також особливості роботи з різними категоріями пацієнтів. Особлива увага приділяється практичним аспектам діяльності медичного психолога, клінічним прикладам та міждисциплінарній взаємодії.

Матеріал посібника структуровано відповідно до логіки професійної підготовки майбутніх лікарів і психологів та відповідає сучасним вимогам до навчально-методичного забезпечення освітнього процесу. Він може бути використаний у навчанні студентів, інтернів, лікарів-слухачів курсів підвищення кваліфікації, а також у практичній діяльності фахівців, залучених до реабілітаційної допомоги.

Таким чином, медична психологія в системі реабілітації постає як необхідний і невід'ємний компонент сучасної медицини, що поєднує наукове знання з гуманістичними цінностями та практичними потребами пацієнта. Усвідомлення її ролі та можливостей є важливою передумовою підвищення ефективності реабілітаційної допомоги та розвитку людиноцентричної моделі охорони здоров'я.