

ООО «ИНСТИТУТ ПСИХОСОМАТИКИ»

121609, г. Москва, ул. Крылатская, д. 45, корм. 1, эт/пом/ком 1/VIII/1,
e-mail: edu@psy-university.com, веб-сайт: <https://psy-university.com>

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

_____ А.О. Толоконин

Приказ № 3 от 10.02.2026

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Наименование программы

«Быстрая психологическая помощь методом десенсибилизации и переработки движениями
глаз (ДПДГ)»

Общая трудоемкость

144 академических часа

Форма обучения

Очно-заочная

Оглавление

1. Общая характеристика программы

- 1.1. Аннотация программы
- 1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы
- 1.3. Категория обучающихся
- 1.4. Общая трудоемкость программы
- 1.5. Формы обучения
- 1.6. Организационные формы обучения
- 1.7. Продолжительность обучения
- 1.8. Режим занятий

2. Планируемые результаты обучения

- 2.1. Цель программы
- 2.2. Задачи программы
- 2.3. Планируемые результаты

3. Содержание программы

- 3.1. Учебный план программы
- 3.2. Тематическое содержание дисциплины
- 3.3. Календарный учебный график

4. Условия реализации программы

- 4.1. Материально-техническое обеспечение
- 4.2. Учебно-методическое и др. информационное обеспечение программы
- 4.3. Кадровое обеспечение программы

5. Оценка качества освоения программы

- 5.1. Форма аттестации
- 5.2. Оценочные материалы

6. Список литературы

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Аннотация программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Быстрая психологическая помощь методом десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ)» (далее ДООП) имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность Программы связана с тем, что метод ДПДГ — один из самых эффективных и научно доказанных подходов в работе с психической травмой.

Метод ДПДГ активизирует естественные механизмы переработки травмы и способствует восстановлению психологического равновесия.

Программа включает изучение теоретических основ метода, его историю, нейрофизиологические механизмы, показания и противопоказания, а также знакомит с базовыми и расширенными протоколами ДПДГ и практическими приёмами его применения.

Программа даёт возможность освоить метод от базового уровня до продвинутого, получить структурированные инструменты и уверенно применять их в практике уже после первого модуля.

1.2. Нормативно-правовое основание разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242).

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

1.3. Категория обучающихся – лица в возрасте от 16 лет любого уровня подготовки.

1.4. Объем программы — 144 академических часа: обязательные учебные занятия — 72 часа, самостоятельная работа слушателя - 72 часа.

1.5. Формы обучения: очно-заочная с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

1.6. Организационные формы обучения: коллективные, групповые, индивидуальные.

1.7. Продолжительность обучения: 2 месяца (4 дня в месяц аудиторной работы)

1.8. Режим занятий: 8 дней (4 дня в месяц), суббота и воскресенье с 09.00 до 17.00, предусмотрен часовой перерыв на обед, и два 15-минутных перерыва в первой и второй половине дня.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.1. Цель программы: формирование представления о сути метода ДПДГ и принципах его работы для практического применения в профессиональной деятельности и жизни.

2.2. Задачи программы:

Предметные:

- сформировать представление о стадиях стандартной процедуры метода ДПДГ;
- познакомить с протоколами работы методом ДПДГ;
- сформировать представление о механизме реагирования психики на травмирующее событие;
- научить применять метод ДПДГ в сочетании с другими методами психотерапии;
- познакомить с показаниями и противопоказаниями ДПДГ-терапии;
- владеть техниками работы методом ДПДГ, протоколами ДПДГ.

Метапредметные:

- расширять представление об областях применения метода ДПДГ.

Личностные:

- активировать личностные ресурсы для применения знаний о методе ДПДГ в практической деятельности.

2.3. Планируемые результаты

В результате освоения программы обучающийся должен:

- иметь представление о стадиях стандартной процедуры ДПДГ;
- владеть техниками работы методом ДПДГ, протоколом ДПДГ;
- расширять представление об областях применения ДПДГ;
- иметь представление о показаниях и противопоказаниях ДПДГ-терапии.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный план программы

Общая трудоемкость дисциплины – 144 академических часа

Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование	Общая трудоемкость, час	Аудиторная работа (лекции, семинары)	Самостоятельная работа	Аттестация
1.	Модуль 1. Основы метода ДПДГ	24	16	8	Текущий контроль
2.	Супервизия 1	6	2	4	
3.	Модуль 2. Специфика метода	30	16	14	Текущий

	ДПДГ в практике применения				контроль
4.	Супервизия 2	6	2	4	
5.	Модуль 3. Возможности метода ДПДГ при работе с особо травмирующими воспоминаниями	32	16	16	Текущий контроль
6.	Супервизия 3	6	2	4	
7.	Модуль 4. Продвинутый уровень применения метода ДПДГ	32	16	16	Текущий контроль
8.	Супервизия 4	6	2	4	
	Итоговая аттестация	2		2	Зачет
	ВСЕГО	144	72	72	

Тематическое содержание дисциплины

Модуль 1. Основы метода десенсибилизации и переработки с помощью движения глаз (ДПДГ)

История возникновения метода, предпосылки и развитие в России и мире.

Теоретическая основа — система АПИ (адаптивная система переработки информации).

Три кита адаптивной трансформации.

Двойной фокус внимания и его практическое значение.

3-компонентный протокол (прошлое — настоящее — будущее).

8-фазный стандартный протокол ДПДГ (подробный разбор каждой фазы).

Техника билатеральной стимуляции (БЛС): движения глаз, tapping, звуки.

Работа с абреакцией — как распознавать и безопасно купировать.

Факторы риска и противопоказания.

Подготовка клиента к работе (фаза 2).

Практика онлайн-формата (позиционирование, работа через Zoom).

Ресурсные техники (Место силы, Световой поток, Сдвиг дыхания, Спираль).

Модуль 2. Специфика метода ДПДГ в практике применения

Отличия EMD, EMDr и EMDR — когда и какой протокол применять.

Паттернизация и работа с кластерами воспоминаний.

Линия времени как инструмент планирования терапии.

Концептуализация случая через призму АПИ.

Флэшфорвард (работа с будущими страхами).

Ментальное видео — протокол работы с будущим.

Построение индивидуального плана терапии.

Работа с триггерами настоящего.

Модуль 3. Возможности метода ДПДГ при работе с особо травмирующими воспоминаниями

Травма привязанности и её влияние на взрослую жизнь

Три уровня диссоциации

Особенности работы с ПТСР и комплексным ПТСР (КПТСР)

Дополнительные ресурсные техники при высокой травматизации

Протокол Flash (Philip Manfield)

Протокол 4 моргания (Thomas Zimmerman)
Безопасное сопровождение клиента при глубокой переработке

Модуль 4. Продвинутый уровень применения метода ДПДГ

Компеляция ДПДГ и НЛП
Когнитивные переплетения и 10 косвенных внушений
Протокол FSAP
Работа с различными группами клиентов
Этические аспекты и супервизия собственной практики

Супервизии (4 блока по 2 часа)

Разбор реальных кейсов участников, обратная связь от ведущих, коррекция ошибок в режиме реального времени.

Практические занятия

Практическое занятие предусматривает выполнение практического задания, которое включает в себя отработку умений и навыков по всем разделам дисциплины. Практическое задание может выполняться как после каждой темы (частично), так и после изучения нескольких тем разделов дисциплины.

3.3. Календарный учебный график

Объем часов: 144 ак. часов

Срок обучения: 8,8 недель

Название		Виды работ	Период обучения в неделях, прохождение промежуточной и итоговой аттестации в 202_ -202_ учебном году		
Недели обучения					
Даты контрольных мероприятий (промежуточная аттестация, итоговая аттестация)					
«Быстрая психологическая помощь методом десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ)»	Аудиторная работа/самостоятельная работа	8 недель			
Итоговая аттестация					0,5 недели

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-техническое обеспечение

Институт располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы:

1. Ноутбук (2 шт.)

2. Проектор

Организация трансляций проводится посредством онлайн платформы «Гет курс».

4.2. Учебно-методическое и др. информационное обеспечение

1. Презентационные материалы к ДООП «Быстрая психологическая помощь методом десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ)».

2. Учебное пособие ООО «Институт психосоматики» «Быстрая психологическая помощь методом десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ)».

Содержание учебно-методических материалов представлено в учебно-методических ресурсах, размещенных в электронной информационно-образовательной среде Института на онлайн платформе ООО «Система Геткурс».

4.3. Кадровое обеспечение

Реализация ДООП обеспечивается преподавателями, требования к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1. Форма аттестации

Аттестация не предусмотрена.

5.2. Оценочные материалы

Не предусмотрены

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список используемой литературы и информационных источников

1. Бессел Ван дер Колк «Тело помнит всё». Бомбора, 2020 г. 464 с.
2. Доморацкий В.А. «Краткосрочные методы психотерапии. Психотерапия», М., 2008 г. 304 с.
3. Джон Боулби «Привязанность». Гардарики, 2003 г. 477 с.
4. Джон Боулби «Создание и разрушение эмоциональных связей». Гардарики, 2003 г.
5. Дэвид Гроув «Чистый язык». Велигор, 2011 г. 252 с.
6. Литвак М. «Психологическое айкидо». Феникс, 2022 г. 219 с.
7. Литвак М. «Руководство по конфликтологии». Феникс, 2022 г. 412 с.
8. Сьюзен Форвард «Безразличная мать». С-Пб, 2020 г. 280 с.
9. Сьюзен Форвард «Токсичные родители». С-Пб, 2022 г. 352 с.
10. Фрэнсин Шапиро «Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз». Вильямс, 2021 г. 832 с.
11. Фрэнсин Шапиро «Преодолевая прошлое. Как научиться управлять своей жизнью при помощи EMDR. Современная психотерапия». Научный мир, 2021г. 408 с.

Программа разработана ООО «Институт психосоматики»