

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

«Методы диагностики психосоматического сценария»

Общая трудоемкость

72 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 «Методы диагностики психосоматического сценария» (далее ДООП) имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность программы «Методы диагностики психосоматического сценария» заключается в том, что в современных условиях возросшего уровня стрессов, тревожных и психосоматических расстройств возрастает потребность в квалифицированной психологической помощи. Особенно актуальны методы, работающие на глубинном уровне, с эмоциональными и телесными проявлениями, а не только с когнитивными структурами.

Программа направлена на формирование у слушателей практических навыков работы с психосоматическими симптомами, внутренними конфликтами, последствиями психологических травм и трансгенерационных влияний.

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 — 72 академических часа: обязательные учебные занятия — 32 часа, самостоятельная работа слушателя - 40 часов

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: 7 дней (2 дня – очно, 5 дней – самоподготовка)

1.8. Режим занятий: 2 дня, суббота и воскресенье с 10.00 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: познакомиться с теорией и практическим применением современных краткосрочных методов в психологическом консультировании: эмоционально-образной терапией, работой с травмой по методу М. Мюррей (работа с внутренним

ребенком), методом расстановок по Б. Хеллингеру (расстановка «на якорях»: семейная расстановка, расстановка симптома).

2.2. Задачи программы:

Предметные:

сформировать представление:

- об эмоционально-образной терапии;
- о механизмах возникновения психосоматических симптомов в контексте психоаналитических, нейрофизиологических и трансгенерационных моделей;
 - о методах работы с травматическими ситуациями;
- о методе системных расстановок в индивидуальном и групповом консультировании при психосоматических нарушениях.

Метапредметные:

- интегрировать знания в области клинической психологии, психотерапии, психосоматики и консультативной практики;
 - научиться применять этические и деонтологические принципы в консультативной практике, в частности при работе с травмой;
- сформировать исследовательские компетенции через осмысление и анализ теоретических моделей (Ф. Александер, П. Жане, Б. Хеллингер и др.);
- способствовать развитию профессиональных коммуникативных навыков для эффективной работы в индивидуальном и групповом консультировании.

Личностные:

- активировать личностные ресурсы для применения знаний о методах психологического консультирования.

2.3. Планируемые результаты

В результате освоения программы обучающийся должен:

Иметь представление:

- об основных теоретических положениях эмоционально-образной терапии (ЭОТ) и её применение в психосоматическом консультировании;
- о психологических моделях возникновения психосоматических расстройств;
- о механизмах формирования психологической травмы, о понятиях ПТСР, соматической памяти, флешбеков и диссоциации;
- о принципах и этапах работы с внутренним ребенком по методу М. Мюррей, типологии детских травм (по Л. Бурбо);
- об основных методах системных семейных расстановок Б. Хеллингера, включая понятия иерархии семейных систем, трансгенерационной травмы и симптоме годовщины.

Уметь:

- применять методы ЭОТ для саморегуляции и сопровождения клиентов с психосоматическими симптомами;
- проводить диагностику ожиданий клиента;

- распознавать признаки диссоциации, ПТСР, ретравматизации и использовать адекватные методы стабилизации;
- проводить интеграцию диссоциированных частей личности с применением методов травматерапии (регрессивный гипноз, ДПДГ, техники Мюррей);
- анализировать и корректировать образы внутреннего ребенка, разрабатывать рекомендации и задания для клиента;
- использовать системные расстановки в индивидуальной и групповой работе с психосоматическими симптомами.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный план программы

Общая трудоемкость дисциплины – 72 академических часов

Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование разделов/модулей, тем	Общая трудоемкость в ак. часах	Аудиторная деятельность		Самостоятельная работа
			Лекция	Практ. занятия	
1.	Эмоционально-образная терапия (ЭОТ)	17	3	4	10
2.	Работа с психологической травмой	19	4	5	10
3.	Работа с образом внутреннего ребенка по методу М. Мюррей	18	4	4	10
4.	Метод системных расстановок Б. Хеллингера	18	3	5	10
	ВСЕГО:	72	14	18	40

3.2. Тематическое содержание дисциплины

Раздел 1. Эмоционально-образная терапия (ЭОТ) в психосоматическом консультировании.

Тема 1. Основные принципы метода ЭОТ.

Методы саморегуляции с помощью образов эмоциональных состояний. Возможности саморегуляции психосоматических состояний методами ЭОТ.

Тема 2. Работа с темой ожидания в методе ЭОТ.

Отработка и закрепление навыка проработки клиентом ожиданий относительно себя, партнера, жизни, ребенка и т.д. Понятие «психологическая выгода, как причина психосоматической проблемы».

Тема 3. Психологические модели возникновения психосоматических заболеваний.

Основные модели возникновения психосоматических проблем: психоаналитическая (конверсионная), модель вегетативного невроза (Ф. Александра), трансгенерационная. Психосоматический симптом как результат воздействия родительских предписаний.

Тема 4. Работа с психосоматическими проблемами в ЭОТ.

Приемы работы с репродуктивной системой женщины. Образы женственности, встречающиеся в практике ЭОТ. ЭОТ в практике перенатальных психологов.

Раздел 2. Работа с психологической травмой в психосоматическом консультировании.

Тема 1. Что такое ПТСР. Стадии стресса Г. Силье «бей, замри, беги».

Понятия «ПТСР», «соматическая память». Модель стадий стресса Г. Силье и механизмы формирования травмы.

Тема 2. Формирование травмы. Диссоциация, флешбеки, ретравматизация. Этика психологической работы с травмой.

Термин «диссоциация» в психологии, его развитие в концепции П. Жане. Способы идентификации диссоциативных состояний. Модель ЧОПЭС П. Левина, виды травматических флешбеков. Психологическая этика в работе с травмой.

Групповая практика: «Яйцо травмы» (по методу М. Мюррей).

Тема 3. Интеграция диссоциированной части как основная цель травматерапии.

Отработка интеграции в психику диссоциированной в ходе травмы части с использованием методов регрессивного гипноза, методов ДПДГ, методов М. Мюррей.

Раздел 3. Работа с образом внутреннего ребенка по методу М. Мюррей.

Тема 1. Основные типы детских травм (классификация Л. Бурбо).

Типология детских травм Л. Бурбо. Просмотр и анализ типа психологической травмы по видеофрагменту из фильма «Умница Уилл Хантинг».

Тема 2. Типы внутренних детей: плачущий, бунтующий, обиженный, солнечный (творческих, естественный).

Типология типов внутренних детей в рамках метода М. Мюррей, их особенности и различия.

Групповая практика «Мой внутренний ребенок».

Групповая практика. Интеграция «внутреннего ребенка» и составление домашних заданий для клиентов.

Раздел 4. Метод системных расстановок Б. Хеллингера в психосоматическом консультировании.

Тема 1. Базовые принципы в системных расстановках. Понятие трансгенерационной травмы.

Понятия «Симптом годовщины» (А. Шутценбергер), «семейное и групповое бессознательное» (Дж. Л. Морено). Иерархия семейных систем. Синхронная карта семейных событий и трансгенерационная травма.

Тема 2. Индивидуальная расстановка как способ интеграции и коррекции в психосоматическом консультировании.

Правила организации кабинета для работы психолога в формате работы с индивидуальными расстановками. Преимущества работы с установками в индивидуальном режиме. Место и позиция терапевта в расстановках с фигурками. Последовательность шагов в расстановках с фигурами в рамках консультационной сессии.

Тема 3. Семейная расстановка.

Индивидуальные генограммы и семейная расстановка на фигурах. Анализ полученной иерархии, связанный с наличием или отсутствием признаков нарушения иерархии семейной системы

Тема 4. Расстановка психосоматического симптома.

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.

В рамках практических занятий учащиеся последовательно отрабатывают навыки работы с психосоматическим симптомом, используя методы: Эмоционально-образной терапии (ЭОТ), метод работы с внутренним ребенком (М. Мюррей), метод системных семейных расстановок (Б. Хеллингера). Все практические занятия заканчиваются групповым обсуждением и получением обратной связи.

3.3. Календарный учебный график

Название программы	Виды работ	Период обучения в днях				
Даты обучения		00.00.202_	00.00.202_	00.00.202_ - 00.00.202_	00.00.202_	00.00.202_
«Методы диагностики психосоматического сценария»	Аудиторная работа	1 день (8 ак. час.)				
	Аудиторная работа		1 день (8 ак. час.)			
	Самостоятельная работа			5 дней (40 ак. час.)		
	Аудиторная работа				1 день (8 ак. час.)	
	Аудиторная работа					1 день (8 ак. час.)

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 информационное обеспечение

1. Презентационные материалы к ДООП «Практические методы в психосоматическом консультировании».

2. Учебное пособие ООО «Институт психосоматики» «Практические методы в психосоматическом консультировании».

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

4.3. Кадровое обеспечение

Реализация ДООП обеспечивается преподавателями, требование 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

Основная литература:

1. Де Филипп В. Системные расстановки в индивидуальном консультировании: Дать место новому. – М.: Институт консультирования и системных решений, 2017. – 256 с.
2. Колендо-Смирнова А.А. Как не заблудиться в лабиринте психосоматики, а простой выйти из него! – М.: ООО «Вариант» при участии ИП Шиманского А.Г., 2019. – 128 с.
3. Линде Н.Д., Смирнова Т.П. Эмоционально-образная терапия в работе с психосоматическими проблемами. – Часть 1. – М.: Генезис, 2023. – 328 с.
4. Шутценбергер А. А. Синдром предков: Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. – М.: Психотерапия, 2009. – 256 с.

Вспомогательная литература

1. Мюррей Мэрилин. Узник иной войны: удивительный путь исцеления от детской травмы / Пер. с англ. – М.: Альварес Паблишинг, 2004. – 208 с.
2. Ротшильд Б. Воспоминания тела. Психофизиология и терапия психологической травмы / Бабетта Ротшильд ; [перевод с английского Е. Цветковой]. – М.: Эксмо, 2023. – 240 с. – (Травма и исцеление. Истории психотерапевтов).

Программа разработана ООО «Институт психосоматики»