

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 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА повышения квалификации

Наименование программы

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

Общая трудоемкость

144 академических часа

Форма обучения

Очно-заочная

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

- 1.1. Аннотация программы
- 1.2. Нормативные правовые основания разработки программы
- 1.3. Цель реализации программы
- 1.4. Категория обучающихся
- 1.5. Форма обучения
- 1.6. Характеристика профессиональной деятельности выпускника
- 1.7. Общая трудоемкость программы
- 1.8. Продолжительность обучения
- 1.9. Форма итоговой аттестации
- 1.10. Документ об образовании

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

- 2.1. Характеристика компетенций, формирующихся в результате освоения программы

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

- 3.1. Учебный план программы
- 3.2. Календарный учебный график
- 3.3. Рабочие программы

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- 4.1. Материально-технические условия реализации программы
- 4.2. Учебно-методическое и др. информационное обеспечение программы
- 4.3. Кадровое обеспечение программы

5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

- 5.1. Итоговая аттестация
- 5.2. Оценочные материалы

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Аннотация программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Быстрая психологическая помощь методом десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ)» (далее Программа) 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 активирует 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.

Освоение данной программы способствует углублению профессиональных компетенций и позволяет слушателям повысить квалификацию в области краткосрочной психологической помощи и травмотерапии с использованием современных научно обоснованных методов.

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. Приказ Минобрнауки России от 25.03.2025 N 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов» (утв. Минобрнауки России 22.01.2015 N ДЛ1/05вн).

4. Профессиональный стандарт «Психолог - консультант» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 г. N 537н)

5. Профессиональный стандарт «Психолог в социальной сфере» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 г. N 716н).

1.3. Цель реализации программы

Сформировать у специалистов высокий уровень теоретических знаний и практических навыков метода ДПДГ для безопасной и эффективной работы с эмоциональными травмами, ПТСР, тревожными расстройствами и сложными случаями в сфере психологического консультирования населения.

Программа разработана в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области образования.

1.4. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются:

- 1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование

1.5. Форма обучения – очно -заочная

Программа реализуется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

1.6. Характеристика профессиональной деятельности выпускника

Выпускник готовится к выполнению следующего вида деятельности:

1. Организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп (А/7).

1.7. Общая трудоемкость программы

Общая трудоемкость Программы - 144 академических часа на весь период обучения.

1.8. Продолжительность обучения: 2 месяца

1.9. Итоговая аттестация - прохождение тестирования

1.10. Документ об образовании – удостоверение о повышении квалификации установленного образца

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Результатами освоения обучающимися программы являются приобретенные (усовершенствованные) выпускником компетенции, выраженные в способности применять полученные знания и умения при решении профессиональных задач.

2.1. Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию, и (или) перечень новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы:

Общепрофессиональные компетенции (по ФГОС ВО 37.03.01)

<i>Категория ОПК</i>	<i>Наименование ОПК</i>	<i>Индикаторы достижения ОПК</i>
Психологическая диагностика	ОПК-3. Способен выбирать адекватные, надежные и валидные методы количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики	ОПК 3.1. Знает основные методы психодиагностики, количественной и качественной оценки, умеет выбирать из в зависимости от задач исследования. ОПК 3.2. Умеет организовывать сбор данных и их обработку, используя методы психодиагностики в профессиональной деятельности. ОПК 3.3. Владеет навыками анализа данных, применяемых в психодиагностике для решения задач в различных областях исследований и практики
Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация)	ОПК-4. Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций,	ОПК 4.1. Знает основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья ОПК 4.2. Знает методы определения психологических проблем.

	в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья	ОПК 4.3. Умеет определять конкретные психологические проблемы отдельных лиц и (или) социальных групп, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья. ОПК 4.4. Умеет организовывать основные формы психологической помощи клиентам. ОПК 4.5. Владеет навыком определения конкретных психологических проблем отдельных лиц и (или) социальных групп, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья. ОПК 4.6. Владеет навыком организации основных форм психологической помощи клиентам.
Психологическая профилактика	ОПК-6. Способен оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	ОПК 6.1. Знает структуру, содержание, методы оценивания индивидуально-личностных, семейных, национальных потребностей, мотивов, духовно-нравственных принципов и норм группы, организации, общества. ОПК 6.2. Умеет адекватно подбирать и применять технологии оценивания потребностей и запросов целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике, услугам. ОПК 6.3. Владеет приемами и средствами психологической профилактики для разнотипной целевой аудитории с целью повышения психологической культуры общества

Профессиональные компетенции

1. Компетенции по профессиональному стандарту «Психолог в социальной сфере»

Обобщенная трудовая функция «Деятельность по социально-психологическому сопровождению и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам» (А/01.6)

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт
1	2	3	4
Психологическое и социально-психологическое сопровождение граждан и социальных групп (А/01.6)	З 1.1. Методы и способы оценки психического состояния людей З 1.2. Методики (инструкции, программы) организации и проведения коррекционных мероприятий в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями З 1.3.	У 1.1. Применять методы психологического консультирования, психологической диагностики У 1.2. Выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на поведение и взаимоотношения с окружающими людьми	ПО 1.1. Определение основных направлений психологической и социально-психологической помощи в коррекции психологического состояния в соответствии с результатами проведенной психологической

	Методы мотивации к активности, здоровому образу жизни, психологической поддержки жизненного тонуса личности З 1.4. Основные методы содействия в мобилизации физических, духовных, личностных, интеллектуальных ресурсов личности для выхода из кризисного состояния З 1.5. Психология кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), психологические аспекты рискологии, психология горя, потери, утраты З 1.6. Психология экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия) З 1.7. Особенности развития личности в неблагоприятной социальной ситуации З 1.8. Технологии, методы и формы оказания психологической помощи при нарушениях социализации З 1.9. Основы психологического консультирования (виды, формы, методы)	У 1.4. Подбирать и применять методы создания условий для полноценного психологического развития личности на каждом возрастном этапе для своевременного предупреждения возможных нарушений в развитии личности У 1.5. Проводить психологический тренинг с целью снятия последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности; привития социально ценных норм поведения людям, преодолевающим асоциальные формы жизнедеятельности; формирования адаптации к изменяющимся условиям, мотивации членов их семей на ведение здорового образа жизни У 1.6. Проводить работу, направленную на обеспечение психического здоровья и развития личности граждан У 1.7. Проводить занятия в целях снятия состояния острого психологического дискомфорта/стресса, снижения психологического дискомфорта и уровня агрессии/страха У 1.8. Оказывать психологическую поддержку лицам для выхода из трудных жизненных ситуаций У 1.9. Разрабатывать программы индивидуальной работы с учетом конкретных	диагностики и обследования ПО 1.2. Оказание консультационной психологической помощи анонимно (в том числе с использованием телефона доверия) лицам, находящимся в кризисном или остром психологическом состоянии, направленной на развитие умения справляться с изменившимися условиями жизни, принимать на себя ответственность ПО 1.5. Реализация психокоррекционной работы с целью адаптации граждан в среде обитания (обществе), преодоления или ослабления отклонений в развитии, эмоциональном состоянии и поведении
--	---	--	---

		профессиональных задач	
--	--	------------------------	--

2. Компетенции по профессиональному стандарту «Психолог -консультант»

Обобщенная трудовая функция «Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам» (код А уровень, квалификации 6)

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт
1	2	3	4
Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам (А/03.6)	З 1.1. Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования З 1.2. Основные понятия и положения общей психологии и психологии личности, возрастной психологии и психологии развития Основные понятия и положения социальной психологии З 1.3. Основные понятия и положения психодиагностики З 1.4. Основные понятия и положения клинической психологии и психологии зависимостей З 1.5. Основные понятия и положения психологии семьи и семейных отношений, психологические проблемы современной семьи З 1.6. Основные понятия и положения супервизионной деятельности психолога З 1.7. Основные понятия и положения психологии	У 1.1. Использовать методы и приемы психологического консультирования в процессе оказания консультационной психологической помощи У 1.2. Поддерживать контакт с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе работы У 1.3. Соблюдать психологическую безопасность гражданина, обратившегося за получением консультационной психологической помощи, в процессе проведения мероприятий У 1.4. Формировать у граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, мотивацию к достижению целей психологического консультирования У 1.5. Составлять профессиональные рекомендации в соответствии с целями психологического консультирования и	ПО 1.1. Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи ПО 1.2. Поддержание контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе психологического консультирования ПО 1.3. Оценка и обеспечение психологической безопасности граждан в процессе проведения мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи ПО 1.4. Поддержание мотивации к достижению целей психологического консультирования у гражданина, обратившегося за консультационной психологической помощью ПО 1.5. Оказание консультационной

	управления конфликтами 3 1.8. Теория процесса психологического консультирования и методы психологического консультирования 3 1.9. Принципы и приемы поддержания контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью 3 1.10. Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы 3 1.13. Условия возникновения, виды и негативные последствия психологических травм 3 1.14. Виды ограничений к применению методов психологического консультирования 3 1.15. Приемы эффективного завершения программ психологического консультирования	запросами граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, и трудовых коллективов У 1.6. Оказывать консультационную психологическую помощь гражданам в профессиональной ориентации, выборе индивидуальных путей профессионального развития, трудовой деятельности У 1.7. Оказывать консультационную психологическую помощь гражданам в профессиональной адаптации и социальной самореализации У 1.8. Применять методы саморегуляции психических состояний для преодоления дистресса У 1.9. Обучать навыкам психологической саморегуляции психических состояний У 1.10. Обучать поведению, предотвращающему возникновение стресса У 1.11. Осуществлять выход из мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи	психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс ПО 1.6. Оказание консультационной психологической помощи гражданам в решении психологических проблем профессиональной ориентации и профессионального развития, сопровождение трудовой деятельности ПО 1.7. Разработка профессиональных рекомендаций в соответствии с целями психологического консультирования и запросами граждан и трудовых коллективов, обратившихся за консультационной психологической помощью
--	--	---	--

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный план программы, реализуемой с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

Общая трудоемкость дисциплины – 144 академических часа

№ п/п	Наименование	Общая трудоем- кость, час	Аудиторная работа (лекции, семинары)	Самостоя- тельная работа	Аттестация
1.	Модуль 1. Основы метода ДПДГ	24	16	8	Текущий контроль
2.	Супервизия 1	6	2	4	
3.	Модуль 2. Специфика метода ДПДГ в практике применения	30	16	14	Текущий 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

Компетencies 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.

3.2. 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. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

ООО «Институт психосоматики» располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение профессиональной подготовки слушателей, которая предусмотрена учебным планом, и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Реализуемая программа профессиональной переподготовки обеспечена необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения:

Win10 2021 версия 22H2

При проведении лекционных и практических занятий используется мультимедийное оборудование.

Каждый слушатель в течении всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе.

В соответствии со спецификой дисциплины слушатели обеспечиваются дополнительным оборудованием и реквизитом.

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Реализация дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки с применением информационных образовательных технологий производится с использованием:

- обучающей платформы «Геткурс 2.0»
- ЭБС

В ООО «Институт психосоматики» созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся посредством информационно-коммуникационной сети «Интернет».

Электронная информационно-образовательная среда Организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
2. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
3. Взаимодействие между участниками образовательного процесса.
4. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Содержание учебно-методических материалов представлено в учебно-методических ресурсах, размещенных в электронной информационно-образовательной среде Организации.

4.3. Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей подготовки обеспечивается преподавателями, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1. Итоговая аттестация

Оценка качества освоения учебного материала слушателями является обязательной и осуществляется после освоения образовательной программы в полном объеме в виде итоговой аттестации.

Итоговая аттестация проводится в форме тестового контроля с применением информационных технологий.

При итоговой аттестации используется двухбалльная система оценивания (зачтено/не зачтено).

«1» - правильный ответ, «0» - неправильный ответ.

«Зачтено» выставляется слушателям, если правильно ответили на 80% вопросов теста из 100%.

ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ ВАРИАНТ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ В ФОРМЕ ТЕСТИРОВАНИЯ

Вопрос: Что из перечисленного не является противопоказанием к ДПДГ-терапии?

- а) Эпилепсия
- б) Измененное состояние сознания человека
- в) Органические заболевания мозга или центральной нервной системы
- г) Тревожные расстройства

Вопрос: Важные условия проведения сеанса ДПДГ-терапии

- а) Удержание клиентом психотравмирующего образа/ощущения
- б) Не разговаривать во время сеанса
- в) Формирование у клиента ассоциативного ряда, связанного с травмой
- г) Внимательное слежение клиента глазами за движением рук терапевта

Вопрос: С какой целью в ДПДГ-терапию включают дополнительные движения (хлопки, постукивания и пр.)?

- а) Для расслабления клиента
- б) Для усиления билаиеральной стимуляции
- в) Для развлечения клиента
- г) Для установления специфического контакта с клиентом

Вопрос: Что такое флешбэк?

- а) Непроизвольное повторяющееся воспоминание
- б) Возвращение к исходной точке в работе с клиентом
- в) Повторное переживание травматического события

Кто является автором метода ДПДГ?

- а) Френсин Шапиро
- б) Фредрик Шапиро
- в) Джозеф Вольпе
- г) Бессел ван дер Колк

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список используемой литературы и информационных источников

Основная литература

1. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз (EMDR). Основные принципы, протоколы и процедуры: пер. с англ. — 3-е изд. — М. : Вильямс, 2021. — с. 665-666, 832 с.

Дополнительная литература

1. Браун С., Стил К., ван дер Харт О. Как преодолеть диссоциацию, связанную с травмой. Изд-во Институт общегуманитарных исследований, 2021
2. Власов Н.А. Руководство по EMDR/ДПДГ. Изд-во: Институт консультирования и системных решений, 2020
3. Сандра Полсен. Глазами травмы и диссоциации. Иллюстрированное руководство для EMDR-терапевтов и клиентов. Изд-во: Ридеро, 2021
4. Гомес Анна М. EMDR-терапия и вспомогательные подходы. Пер. с англ. Н.А. Завалковский, Научный редактор русского издания А.В. Черников, М.: Научный мир, 2022, 472 стр.
5. Лидс Эндрю М. Стандартный протокол EMDR-терапии. Изд.: БММ-Торговый дом, 2024
6. Долорес Москуэра. Внутренние голоса и диссоциативные части личности. Изд-во: Генезис, 2025
7. Найп Джим. EMDR: полное руководство. Теория и лечение комплексного ПТСР и диссоциации. Изд.: Научный мир, 2020
8. Шварц Ариель, Майбергер Барб. EMDR и психология телесности. Изд.: Диалектика, 2023