

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 21.01.2025

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Наименование программы

«Ручные методы восстановления органов и тканей организма в психосоматике»

Общая трудоемкость

52 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 «Ручные методы восстановления органов и тканей организма в психосоматике» (далее ДООП) имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность программы «Ручные методы восстановления органов и тканей организма в психосоматике» заключается в том, что телесно-ориентированная психотерапия как направление, работающее с проблемами клиента через процедуры телесного контакта, является очень эффективным методом телесно-эмоционального высвобождения, когда эмоция «запечатанная» в какой-то зоне тела, после ее расслабления, проявляется. Психотерапевтам и специалистам, оказывающему консультационные услуги в области психосоматики, важно обладать знаниями об основных принципах остеопатической работы.

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 — 52 академических часа: обязательные учебные занятия — 32 часа, самостоятельная работа слушателя - 20 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: 9 дней (4 дня – очно, 5 дней – самоподготовка)

1.8. Режим занятий: 4 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: ознакомления слушателей с телом как целостной системой, способной к самовосстановлению, а также с методами воздействия на тело с помощью рук, посредством которого устраняются блоки и организм получает дополнительный ресурс к самовосстановлению.

2.2. Задачи программы:

Предметные:

- сформировать представление об основных принципах остеопатической работы;
- сформировать представление о лимфатической и костной системах организма;
- сформировать представление о строении черепа;
- сформировать представление о техниках работы с органами и тканями организма.

Метапредметные:

- сформировать представление о видах роли телесно-ориентированной терапии и ее роли в психотерапии.

Личностные:

- активировать личностные ресурсы для применения знаний о принципах остеопатической работы в практической деятельности.

2.3. Планируемые результаты

В результате освоения программы обучающийся должен:

Иметь представление:

- об основных принципах остеопатической работы;
- о лимфатической и костной системах организма;
- о строении черепа;
- о техниках работы с органами и тканями организма.

Уметь:

- чувствовать движение тканей организма;
- работать с лимфатической системой организма;
- работать с зоной позвоночника (диагностическое тестирование и отработка зон напряжения);
- проводить диагностические тесты состояния организма;
- применять техники работы на проблемных зонах организм;
- работать с основными швами черепа.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный план программы

Общая трудоемкость дисциплины – 52 академических часа

Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование тем	Общая трудоем- кость в ак. часах	Аудиторная деятельность		Самостоя- тельная работа
			Лекция	Практ. занятия	
1.	Ручные методы восстановления органов и тканей организма как инструмент телесно-ориентированной психотерапии.	2	1	0	1
2.	Важные особенности остеопатической	9	2	4	3

	работы				
3.	Лимфатическая система организма. Работа с лимфатической системой	11	3	4	4
4.	Костная система организма	10	3	3	4
5.	Диагностическое тестирование организма и отработка проблемных зон	10	3	3	4
6.	Череп. Работа с черепом	9	3	2	4
7.	Рекомендации клиенту после терапии	1	1	0	0
	ВСЕГО:	52	16	16	20

3.2. Тематическое содержание дисциплины

Тема 1. Ручные методы восстановления органов и тканей организма как инструмент телесно-ориентированной психотерапии

Виды телесно-ориентированной терапии. Массаж. Мануальная терапия. Остеопатия. Эндрю Тейлор Стилл. Биосинтез. Танатотерапия. Работа с телом по Мериам Розен. Хилеры.

Тема 2. Важные особенности остеопатической работы

Чувствование. Перцепция и пальпация. Тест на определение чувствительности пальцев. Постановка рук. Положение терапевта относительно клиента. Медитация и ее значение в остеопатической работе. Техника «Деконцентрации». Вхождение и выход из системы клиента.

Тема 3. Лимфатическая система организма. Работа с лимфатической системой.

Особенности лимфатической системы. Роль лимфатической системы в организме. Особенности работы с лимфатической системой. Жидкостная техника. Лимфатический (перцептивный) массаж. Лимфатический самомассаж

Тема 4. Костная система организма. Позвоночник.

Костная система организма. Позвоночник. Диагностические тесты на позвоночнике. Отработка зон напряжения на позвоночнике

Тема 5. Диагностическое тестирование организма и отработка проблемных зон.

Диагностическое тестирование организма. Тесты. Техники работы на проблемных зонах. Техника работы со стопой. Техника работы на крестце. Техника проработки мышц тазового дна. Техника работы со швами. Техника работы с диафрагмой. Техника проработки верхней апертуры грудной клетки. Техника работы на шее. Техника работы с поясничными и ягодичными мышцами. Техника разблокировки тазобедренных суставов. Техника работы на себе. Упражнения на дыхание.

Раздел 6. Череп. Работа с черепом.

Строение черепа. Движение костей черепа. Желудочковая система головного мозга. Тема 2. Работа с основными швами черепа. Работа с сагиттальным швом. Работа с венечным швом. Работа с лямбдовидным швом. Техника работы на лобной кости «Лифт лобной кости». Техника работы на височных костях. Тракция или вытягивание.

Раздел 7. Рекомендации клиенту после терапии.

Практические занятия

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

№ раздела	Наименование тем практических занятий	Практическое задание
2.	Важные особенности остеопатической работы	1. Выполнение упражнений, направленных на отработку чувствительности пальцев 2. Выполнение упражнений, направленных на отработку техники постановки рук 3. Выполнение упражнений, направленных на отработку умений входить в медитативное состояние, состояние деконцентрации 4. Выполнение упражнений, направленных на отработку умений вхождения и выхода из системы клиента
3.	Лимфатическая система организма. Работа с лимфатической системой	1. Выполнение упражнений, направленных на отработку умений работать с лимфатической системой. 2. Выполнение упражнений, направленных на отработку умений выполнения лимфатического массажа
4.	Костная система организма	1. Выполнение упражнений, направленных на отработку диагностических тестов на позвоночнике. 2. Выполнение упражнений, направленных на отработку зон напряжения на позвоночнике
5.	Диагностическое тестирование организма и отработка проблемных зон	1. Выполнение упражнений, направленных на диагностическое тестирование организма. 2. Выполнение упражнений, направленных на отработку навыков работы на проблемных зонах: <i>Техника работы со стопой. Техника работы на крестце. Техника проработки мышц тазового дна. Техника работы со швами. Техника работы с диафрагмой. Техника проработки верхней апертуры грудной клетки. Техника работы на шее. Техника работы с поясничными и ягодичными мышцами. Техника разблокировки тазобедренных суставов. Техника работы на себе. Упражнения на дыхание</i>
6.	Череп. Работа с черепом	Выполнение упражнений, направленных на освоение навыков работы с основными швами черепа: <i>работа с сагиттальным швом. Работа с венечным швом. Работа с лямбдовидным швом. Техника работы на лобной кости «Лифт лобной кости». Техника работы на височных костях. Тракция или вытягивание</i>

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_
«Ручные методы восстановления органов и тканей организма в психосоматике»	Аудиторная работа	1 день (8 ак. час.)				
	Аудиторная работа		1 день (8 ак. час.)			
	Самостоятельная работа			5 дней (20 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». Для практических занятий используются массажные столы.

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

1. Презентационные материалы к ДООП «Ручные методы восстановления органов и тканей организма в психосоматике».

2. Учебное пособие ООО «Институт психосоматики» «Ручные методы восстановления органов и тканей организма в психосоматике».

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. Мэрион Розен и Сьюзен Бреннер. Работа с телом. Доступ к бессознательному через прикосновения. Изд-во Института Психотерапии, 2013 г. 144 с.
2. Мэрион Розен и Сью Бреннер. Розен метод: Движение и работа с телом. Изд-во Института Психотерапии, 2010 г. 160 с.

Вспомогательная литература

1. Пьер Трико. Тканевый подход в остеопатии. СПбМАПО, 2009 г. 512 с.

Программа разработана ООО «Институт психосоматики»