

ООО «ИНСТИТУТ ПСИХОСОМАТИКИ»

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО «Институт психосоматики»
А.О. Толоконин

Введение в психосоматику

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки	Введение в профессию психосоматолога
--	---

Рабочая программа дисциплины разработана ООО «Институт Психосоматики»

Рабочая программа дисциплины «Введение в профессию психосоматолога»

1. Цель освоения дисциплины – формирование системы знаний в области психосоматики.

2. Требования к результатам освоения программы:

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

Профессиональные компетенции

ВД 1. Деятельность по социально-психологическому сопровождению и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам (А/01.6) (по ПС «Психолог в социальной сфере»).

ВД 2. Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам» (А/03.6.) (по ПС «Психолог-консультант»)

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт
1	2	3	4
ПК 1. 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. Методы мотивации к активности, здоровому образу жизни, психологической поддержки жизненного тонуса личности З 1.3. Основные методы содействия в мобилизации физических, духовных, личностных, интеллектуальных ресурсов личности для выхода из кризисного состояния З 1.4. Психология кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), психологические аспекты рискологии, психология горя, потери, З 1.5.	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 У 1.3. Подбирать и применять набор диагностических методик и диагностического инструментария в соответствии с возрастными особенностями личности У 1.4. Проводить работу, направленную на обеспечение психического здоровья и развития личности граждан У 1.5.	ПО 1.1. Проведение комплексной психологической диагностики с целью оценки структуры личности, наличия патопсихологических особенностей, бытовых и профессиональных навыков, потребностно-мотивационной и эмоциональной сфер, а также для инвалидов (детей-инвалидов) – психологической готовности к реабилитации или абилитации ПО 1.2. Определение основных направлений психологической и социально психологической помощи в коррекции психологического состояния в соответствии с

	Психология экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия) З 1.6. Психология семьи и семейных отношений (подходы, онтология, структура семьи, этапы ее развития, особенности взаимоотношений) З 1.7. Психология зависимости, девиантология З 1.8. Особенности развития личности в неблагоприятной социальной ситуации З 1.9. Технологии, методы и формы оказания психологической помощи при нарушениях социализации З 1.10. Основы психологического консультирования (виды, формы, методы)	Проводить занятия в целях снятия состояния острого психологического дискомфорта/стресса, снижения психологического дискомфорта и уровня агрессии/страха У 1.6. Оказывать психологическую поддержку лицам для выхода из трудных жизненных ситуаций У 1.7. Разрабатывать программы индивидуальной работы с учетом конкретных профессиональных задач	результатами проведенной психологической диагностики и обследования ПО 1.3. Выявление условий, затрудняющих становление личности граждан, и коррекция их посредством психопрофилактики, психодиагностики, психокоррекции, консультирования и реабилитации (абилитации) ПО 1.4. 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
ПК 2.	З 1.1.	У 1.1.	ПО 1.1.

Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам (А/03.6)	Основные понятия и положения общей психологии и психологии личности, возрастной психологии и психологии развития 3 1.2. Основные понятия и положения психодиагностики 3 1.3. Основные понятия и положения клинической психологии и психологии зависимостей 3 1.4. Основные понятия и положения психологии семьи и семейных отношений, психологические проблемы современной семьи 3 1.5. Основные понятия и положения психологии управления конфликтами 3 1.6. Теория процесса психологического консультирования и методы психологического консультирования 3 1.7. Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы 3 1.8. Приемы индивидуального, группового, семейного психологического консультирования и специфика их применения 3 1.9. Методы профилактики профессионального выгорания,	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 запросами граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, и трудовых коллективов У 1.6. Оказывать консультационную психологическую помощь гражданам в	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 психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс ПО 1.6. Оказание консультационной психологической помощи гражданам в решении психологических проблем
---	---	--	---

	предотвращения возникновения стресса З 1.10. Условия возникновения, виды и негативные последствия психологических травм З 1.11. Виды ограничений к применению методов психологического консультирования З 1.12. Приемы эффективного завершения программ психологического консультирования	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	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
--	---	---	---

Выпускник должен обладать компетенциями;

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-1 по ФГОС ВО 37.03.01	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
УК-2 по ФГОС ВО 37.03.01	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-6 по ФГОС ВО 37.03.01	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
ОПК-3 по ФГОС ВО 37.03.01	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-4 по ФГОС ВО 37.03.01	Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья
ОПК-6 по ФГОС ВО 37.03.01	Способен оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам

3. Структура и содержание дисциплины

3.1. Виды учебной работы и их трудоемкость

Вид учебной работы	Объем часов
Общая трудоемкость дисциплины	72
Аудиторные занятия (всего)	32
В том числе:	
лекции	14
практические занятия	18
Самостоятельная работа обучающегося/аттестация (всего)	40

3.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование тем	Общая трудоемкость в ак. часах	Аудиторная деятельность		Самостоятельная работа/ аттестация
			Лекция	Практ. занятия	
1.	История психосоматики	6	2	0	4
2.	Биологические законы Райка Хаммера	9	3	0	6
3.	Модели человека	9	3	0	6
4.	Развитие мозга и связи с телом	11	2	1	8
5.	Становление психотерапевта	11	2	1	8
6.	Психосоматика заболеваний систем и органов человека	26	2	16	8
	ВСЕГО:	72	14	18	20

Форма аттестации – зачет (тестирование по дисциплине в рамках комплексного зачета при промежуточной аттестации)

3.3. Тематическое содержание дисциплины

Тема 1. История психосоматики

Платон. Гиппократ. Ломоносов М.В. Франц Месмер. Иоган Хайнрот. Карл Якоби. Джеймс Брейд. Эмиль Куэ. Павлов И.П. Бехтерев В.М. Пьер Жане. З. Фрейд. К. Юнг. А. Райх. Ганс Селье. Франц Александер. Райк Хаммер.

Тема 2. Биологические законы Райка Хаммера.

1 Закон. 2 Закон. 3 Закон. 4 Закон. 5 Закон.

Тема 3. Модели человека.

Модель человека в западной медицине. Модель человека в Восточной медицине. Религиозная модель. Эзотерическая модель. Психотерапевтическая модель. Психосоматический сценарий.

Тема 4. Развитие мозга и связи с телом.

Триала здоровья. Понятие стресса и психотравмы. ПТСР. Рефлексы. Поливагальная теория Стивена Поджерса. Управление стрессовой реакцией. Уровни психики. Внушение. Любовь – самая мощная исцеляющая сила.

Тема 5. Становление психотерапевта

Правила психотерапии. Психотерапевтический контракт. Этапы становления психотерапевта. Маркетинг в психотерапии. Развитие личного бренда специалиста. Юридические и налоговые аспекты работ в области психосоматики. Практика работы с пациентом

Тема 6. Психосоматика заболеваний систем и органов человека.

Психотравмы. Этапы программирования человека. Психотравмы и тело человека. Страх диагноза. Медицинские внушения. Заболевания желудочно-кишечного тракта. Заболевания кожи. Аллергии. Гинекологические заболевания. Молочные железы. Психосоматика мужской половой системы. Болезни опорно-двигательного аппарата. Нервно-психические заболевания. Заболевания почек и мочевыводящих путей. Территориальные конфликты. Эндокринные заболевания. Психосоматика органов зрения. Психосоматика бронхолегочной системы. Психосоматика избыточного и недостаточного веса.

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.

4. Методы и формы проведения занятий

- традиционные (лекция);
- дискуссия;
- демонстрация;
- практика;
- формы с использованием информационных технологий/технических средств обучения, дистанционных образовательных технологий (мультимедийные лекции, видеоконференции и т.д.)
- самостоятельная работа:
 - самостоятельное повторение теоретического материала;
 - проработка практических заданий по отработке техник;
 - изучение рекомендуемой литературы по изучаемой дисциплине, систематизация учебного материала
 - подготовка к промежуточному и итоговому контролю;
 - сдача промежуточной аттестации (тестирование в рамках комплексного зачета)

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы учащегося

В перечень обеспечения самостоятельной работы обучающихся входит:

- видеозапись занятий на онлайн платформе «Геткурс 2.0»;
- презентационный материалы по дисциплине на онлайн платформе «Геткурс 2.0»;
- рекомендуемая литература;
- учебное пособие ООО «Институт психосоматики» по изучаемой дисциплине
- работа с куратором;
- информационная поддержка преподавателя в период освоения дисциплины через каналы коммуникации.

6. Оценочные материалы

Краткая характеристика оценочного средства – тестирование с использованием электронных технологий

Система оценивания - двухбалльная система оценивания (зачтено/не зачтено).

Критерии оценивания:

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

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

Отметка «зачтено» ставится обучающемуся, успешно освоившему учебную дисциплину и не имеющему задолженностей по результатам текущего контроля успеваемости, успешно сдавшему тестирование по вопросам изученного материала;

Отметка «не зачтено» ставится обучающемуся, имеющему задолженности по результатам текущего контроля успеваемости по дисциплине, не сдавшему тестирование по вопросам изученного материала или получившему «не зачет» по итогам тестирования

Демонстрационный вариант теста

Вопрос: Психосоматика – это:

- а) раздел психологии, изучающий влияние психических процессов на состояние здоровья человека;
 - б) *раздел медицины, изучающий взаимоотношения психических и соматических процессов, тесно связывающих человека с окружающей социальной средой
 - в) психическое расстройство
 - г) система лечебного воздействия на психику и через психику на организм человека
- Вопрос: «Заболевание» согласно Первому биологическому закону новогерманской медицины это –

- а) результат нарушения биохимических и метаболических процессов в организме;
- б) результат воздействие неблагоприятных условий на организм;
- в) *реакция организма на конфликтное событие, происходящая одновременно на трех уровня - в психике, в мозге и в органах
- г) генетическая «поломка»

Вопрос: Что такое психосоматический сценарий?

- а) психологический анамнез;

- б) *сочетание психоэмоциональных травм, являющихся причиной заболевания;
- в) комплекс мер, направленных на лечения психосоматических расстройств;
- г) клинические рекомендации по лечению психосоматических заболеваний

Вопрос: Вред, нанесённый психическому здоровью человека в результате воздействия неблагоприятных факторов окружающей среды

- а) обида
- б) *психотравма
- в) психическое расстройство
- г) стресс

Вопрос: Какая схема проявления психосоматического заболевания верная?

- а) Стресс – эмоция - заболевание
- б) Эмоция – симптом - заболевание
- в) *Психотравма – мозг – заболевание
- 7). Психотравма – стресс - заболевание

Список используемой литературы и информационных источников

Основная литература

1. Жильбер Рено. Исцеление воспоминанием: авторская методика разрешения внутренних конфликтов и лечения болезней. ООО «Издательство «Эксмо», 2022 г. 528 с.
2. Райк Хаммер. Книга – справочник болезней и их причины. Электронное издание. Дата выхода на ЛитРес: 2022 г. 350 с.
3. Зигмунд Фрейд. Введение в психоанализ. АСТ 2022 г. 544 с.
4. Малкина-Пых И.Г. Психосоматика. Эксмо, 2005г. 992 с.

Вспомогательная литература

1. Зигмунд Фрейд. Психопатология обыденной жизни. Эксмо-Пресс, 2020 г. 192 с.
2. Зигмунд Фрейд. Толкование сновидений. Эксмо-Пресс, 2022 г. 560 с.
3. Зигмунд Фрейд. «Я» и «оно». Эксмо-Пресс, 2017 г. 160 с.
4. Зигмунд Фрейд. Очерки по психологии сексуальности. Эксмо-Пресс, 2022 г. 352 с.
5. Карл Юнг. Психология бессознательного. Канон+РООИ "Реабилитация" 2012 г. 320 с.
6. Карл Юнг. Архетипы и коллективное бессознательное. АСТ, 2020 г. 224 с.
7. Карл Юнг. Символы трансформации. АСТ, 2020 г. 738 с.
8. Карл Юнг. Брак как психологическое отношение. МОДЭК, 2004 г. 117 с.
9. Карл Юнг. Конфликты детской души. Канон+, 2021 г. 320 с.
10. Карл Юнг. Нераскрытая самость (Настоящее и будущее). АСТ, 2021 г. 235 с.
11. Фредерик С. Перлз. Внутри и вне помойного ведра. Питер, 2023 г. 320 с.
12. Станислав Гроф. За пределами мозга. Ганга, 2018 г. 528 с.
13. Станислав Гроф. Холотропное дыхание. Ганга, 2018 г. 352 с.
14. Станислав Гроф. Исцеление наших самых глубоких ран. Ганга, 2021 г. 400 с.
15. Станислав Гроф. Неистовый поиск себя. Руководство по личностному росту через кризис. Ганга, 2018 г. 540 с.