

ООО «ИНСТИТУТ ПСИХОСОМАТИКИ»

УТВЕРЖДАЮ

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

Искусство гипноза

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки	Искусство гипноза
--	--------------------------

Рабочая программа дисциплины разработана ООО «Институт Психосоматики»

Рабочая программа дисциплины «Искусство гипноза»

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

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	16
практические занятия	16
Самостоятельная работа обучающегося/аттестация (всего)	40

Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование тем	Общая трудоемкость в ак. часах	Аудиторная деятельность		Самостоятельная работа/ аттестация
			Лекция	Практ. занятия	
1.	Краткая история гипноза	6	2	0	4
2.	Основные понятия гипнотерапии	12	3	3	6
3.	Инструменты гипнотизации	11	3	2	6
4.	Терапевтический сеанс	13	2	3	8
5.	Работа с сопротивлением. Психика человека	14	3	3	8
6.	Углубление транса. Тройная спираль (петля) Милтона Эриксона.	16	3	5	8
	ВСЕГО:	72	16	16	20

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

Тематическое содержание дисциплины

Тема 1. Краткая история гипноза

История гипноза в древности и эпоху средневековья. Научный этап развития учения о гипнозе. Развитие теорий гипноза в XIX-XX веке. Российская школа изучения гипноза

Тема 2. Основные понятия гипнотерапии

Мифы и страхи о гипнозе. Виды гипноза (классический, эриксоновский,

невербальный).

Самогипноз. Как и где используют гипноз в повседневной жизни. Гипноз как метод.

Показания и противопоказания к гипнозу. Внушаемость и гипнабельность. Феномены гипноза. Способы погружения в гипноз. Признаки гипнотизации (транса).

Тема 3. Инструменты гипнотизации

Что такое произвольное и непроизвольное внимание и как это использовать для наведения транса. Как работают и используют эмоции. Установки и убеждения. Виды внушений. Работа с раппортом. Ратификация. Разбор примера индукции. Терапевтические приемы, используемые в гипнозе (Диссоциация, Возрастная регрессия, Временная прогрессия, Гипноанализ). Гипнотическая индукция. Пример метафоры для индукции.

Тема 4. Терапевтический сеанс

Сбор анамнеза Предварительная беседа Объяснение принципов возникновения симптомов Диагностика Погружение в гипноз. Вывод из гипноза

Тема 5. Работа с сопротивлением. Психика человека

Объяснение технологии работы с сопротивлением. Работа с вниманием, эмоциями. Рекомендации по наведению гипноза и выходу из него. Медитация покоя

Тема 6. Углубление транса. Тройная спираль (петля) Милтона Эриксона

Углубление транса при использовании счета и элементов каталепсии (частей тела-рук). Практика углубления транса. Тройная спираль. Практика тройной спирали.

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: Метод погружения в трансовое состояние – это:

- а) фасцинация
- б) трансформация
- в) *гипнотическая индукция
- г) зомбирование

Вопрос: Кто впервые применил термин «Гипноз»?

- а) *Дж. Брейд
- б) Ж.М. Шарко
- в) И. Бергейм
- г) И.П. Павлов
- д) З. Фрейд

Вопрос: Застывание человека в принятой им или приданной ему позе, наблюдаемое при гипнозе это:

- а) Парализация
- б) *Каталепсия
- в) Гипнотический сон
- г) Прострация

Вопрос: Подтверждение того, что происходит в трансе – это:

- а) внушение отсутствием упоминания
- б) импликация
- в) простое внушение
- г) *ратификация

Вопрос: Что является первым элементом гипнотической сессии?

- а) привлечение внимания
- б) гипнотическая индукция
- в) *предварительная беседа
- г) работа с бессознательным
- д) углубление транса, диссоциация.

Список используемой литературы и информационных источников

Основная литература

1. Бехтерев В.М. Гипноз. Внушение. Телепатия. ООО «Издательство «Эксмо», 2022. 390 с.
2. Гинсбург М.Р., Е.Л. Яковлева. Эриксоновский гипноз: систематический курс. МПСИ, 2008 г. 312 с.
3. Гордеев М.Н. Фундаментальное руководство по эриксоновскому гипнозу. Изд-во Института Психотерапии, 2015 г. 357 с.
4. Горин С. А вы пробовали гипноз? Эксмо, 2018 г. 416 с.
5. Эриксон Милтон Г. Мой голос останется с вами. Институт общегуманитарных исследований, 2016 г. 232 с.

Вспомогательная литература

1. Сьюзен Форвард. Токсичные родители. Питер, 2020 г. 268 с.
2. Дэйв Элман Гипнотерапия. Изд-во Института Психотерапии, 2014 г. 313 с.
3. Жуковец Р. Как укротить эмоции. Весь, 2020 г. 240 с.
4. Литвак М. Психологическое айкидо. Феникс, 2022 г. 219 с.
5. Ньютон М. Предназначение души. Жизнь между жизнями. Будущее Земли, 2021 г. 384 с.
6. Эрик Берн. Игры, в которые играют люди. Бомбора, 2022 г. 256 с.
7. Капранов А. За что мне такому хорошему такая хреновая жизнь? АСТ, 2019 г. 256 с.

Рабочая программа дисциплины разработана ООО «Институт психосоматики»