

Общество с ограниченной ответственностью
«Национальный центральный институт развития дополнительного образования»

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, дом 7, корпус 1, офис 3, комната 12
Телефон +7(499) 110-88-46; e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 104 от «31» июля 2025 г.

Генеральный директор ООО «НЦРДО»

Эстов А.И.

М.П.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Техники гипноза в психологическом консультировании»

Общая трудоемкость

144 академических часа

Форма обучения

Заочная

Москва

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи в рамках имеющейся квалификации.

Обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология:

| Код | Наименование компетенции |
|-------|--|
| ОПК-4 | Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования |

По итогам освоения программы обучающийся должен

знать:

- сущность, типы и виды гипноза;
- противопоказания к применению гипноза;
- модели и техники гипноза;

уметь:

- характеризовать сущность, типы и виды гипноза;
- учитывать противопоказания к применению гипноза;
- применять модели и техники гипноза.

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

| Обобщенные трудовые функции | Трудовые функции, реализуемые после обучения | Код | Трудовые действия |
|--|--|--------|---|
| Оказание консультационной психологической помощи населению | Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению | A/03.6 | Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи |

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 144 часа.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

| №п п | Наименование разделов, дисциплин (модулей) | Общая трудоемкость, в акад. часах | Работа обучающегося в СДО | | | Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹ |
|--|---|-----------------------------------|---------------------------|--------------|----------------------|--|
| | | | Лекции | Тестирование | Практические занятия | |
| I Модуль. Сущность, типы и виды гипноза. Противопоказания | | | | | | |
| 1 | Сущность гипноза. Теории сна | 5 | 4 | 1 | 2 | 3 |
| 2 | Физиологические и психические функции при гипнозе | 6,5 | 6 | 0,5 | | |
| 3 | Техника и методика гипноза | 7 | 6 | 1 | | |
| 4 | Типы и виды гипноза. Гипнотические приемы | 9 | 8 | 1 | | |
| 5 | Показания и противопоказания к гипнозу | 4,5 | 4 | 0,5 | | |
| 6 | Предварительная беседа и тесты на | 11 | 8 | 1 | | |

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

| | | | | | | | |
|--|--|------------|----|---|----|---|-----------------------|
| | внушаемость | | | | | | |
| 7 | Стадии гипноза | 9 | 8 | 1 | | | |
| II Модуль. Модели и техники гипноза | | | | | | | |
| 8 | Эриксоновская модель гипноза | 19 | 14 | 1 | 21 | 3 | |
| 9 | Тест на погружение по Эстабруксу. Методы Элмана | 12 | 8 | 1 | | | |
| 10 | Техники углубления транса и постгипнотические внушения | 13 | 8 | 1 | | | |
| 11 | Самогипноз | 13 | 8 | 1 | | | |
| 12 | Гипноз против курения, алкогольной и наркотической зависимости | 9 | 6 | 1 | | | |
| 13 | Гипнотические техники для детей | 9 | 6 | 1 | | | |
| 14 | Гипноз в спорте | 9 | 6 | 1 | | | |
| | Итоговая аттестация | 8 | | | | | Итоговое тестирование |
| | ИТОГО | 144 | | | | | |

2.2. Календарный учебный график

| № п/п | Наименование разделов, дисциплин (модулей) | Общая трудоемкость, в акад. час. | Учебные недели |
|-------|---|----------------------------------|----------------|
| 1 | I Модуль. Сущность, типы и виды гипноза. Противопоказания | 52 | 1-3 |
| 2 | II Модуль. Модели и техники гипноза | 84 | 4-7 |

| | | |
|---------------------|---|---|
| Итоговая аттестация | 8 | 8 |
|---------------------|---|---|

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

| Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание |
|---|---|---|
| I Модуль. Введение в провокативную психотерапию | | |
| Тема 1. Сущность гипноза. Теории сна | Лекция/4 часа | Теории сна. Сущность гипноза |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 2. Физиологические и психические функции при гипнозе | Лекция/6 часов | Физиологические функции при гипнозе. Психические функции при гипнозе |
| | Тестирование /0,5 часа | |
| Тема 3. Техника и методика гипноза | Лекция/8 часов | Инструменты гипнотизирования. Модели и способы гипнотизации |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 4. Типы и виды гипноза. Гипнотические приемы | Лекция/4 часа | Техники гипноза. Классика и современные подходы. Специальная гипнотерапия |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 5. Показания и противопоказания к гипнозу | Лекция/4 часа | Показания и противопоказания к гипнозу. Особенности и ограничения применения гипноза |
| | Тестирование /0,5 часа | |
| Тема 6. Предварительная беседа и тесты на внушаемость | Лекция/8 часов | Предварительная беседа. Пробы для определения степени гипнабельности. Схема проведения сеанса гипноза. Техники введения в гипнотическое состояние |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 7. Стадии гипноза | Лекция/8 часов | Стадии гипноза. Определение уровня транса |
| | Тестирование /1 час | |
| | Практическое занятие /2 часа | Выполните задание: Опишите техники введения в гипнотическое состояние. |
| II Модуль. Модели и техники гипноза | | |
| Тема 8. Эриксоновская модель гипноза | Лекция/14 часов | Эриксоновская модель гипноза. История, принципы. Милтон-модель. Основные методы наведения транса |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 9. Тест на погружение по Эстабруксу. Методы Элмана | Лекция/8 часов | Последовательная проверка (тест) на погружение, по Эстабруксу. Методы Элмана |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 10. Техники углубления транса и постгипнотические внушения | Лекция/8 часов | Техники углубления транса и постгипнотические внушения. Особенности применения техник |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 11. Самогипноз | Лекция/8 часов | Самогипноз. Самогипноз. Медитация, визуализация, метод Ключ, настрой Сытина |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 12. Гипноз против курения, алкогольной и наркотической зависимости | Лекция/6 часов | Гипноз против курения, алкогольной и наркотической зависимости. Особенности применения |
| | Тестирование /1 час | |

| | | |
|--|--------------------------------|---|
| Тема 13. Гипнотические техники для детей | Лекция/6 часов | Гипнотерапия в работе с детьми. Научные основы. Общие положения. Методы гипнотизации детей и подростков |
| | Тестирование /1 час | |
| Тема 14. Гипноз в спорте | Лекция/6 часов | Гипноз в спорте. Особенности применения |
| | Тестирование /1 час | |
| | Практическое занятие /21 час | Дайте ответ: Какие методы рекомендованы для лечения невротических расстройств у спортсменов? |
| Итоговая аттестация | Итоговое тестирование /8 часов | |

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

| | |
|--|--------------------------------------|
| Количество баллов по стобалльной системе | Результат аттестации в форме «зачет» |
|--|--------------------------------------|

| | |
|------------|--------------|
| 81-100 | «зачтено» |
| 61-80 | «зачтено» |
| 51-60 | «зачтено» |
| 50 и менее | «не зачтено» |

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

| Количество баллов по стобалльной системе | Отметка по четырехбалльной системе |
|--|------------------------------------|
| 91-100 | «отлично» |
| 81-90 | «хорошо» |
| 70-80 | «удовлетворительно» |
| менее 70 | «неудовлетворительно» |

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2

- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

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

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список информационных источников и литературы

1. Бехтерев, В. М. Внушение и его роль в общественной жизни / В. М. Бехтерев. – Москва: Директ-Медиа, 2014. – 234 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=238124> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-4458-9708-8. – Текст: электронный.
2. Буль, П. И. Гипноз в клинике внутренних болезней / П. И. Буль. – 2-е изд., исп., перераб. – Ленинград: Медицина, 1968. – 239 с. – (Библиотека практического врача). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=227982> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-4458-6691-6. – Текст: электронный.
3. Гаккель, Л. Б. Сон, сновидения, гипноз / Л. Б. Гаккель ; ред. Л. Л. Васильев. – Ленинград: Типография "Печатный двор", 1955. – 26 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=225463> (дата обращения: 03.06.2025). – Текст: электронный.

4. Гончаров, Г. А. Высшая ступень аутогенной тренировки: сборник статей: сборник научных трудов / Г. А. Гончаров, Э. М. Кастрюбин. – Санкт-Петербург: Алетейя, 2014. – 128 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233006> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-91419-687-2. – Текст: электронный.

5. Ступницкий, В. П. Психология: учебник / В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. – 3-е изд., стер. – Москва: Дашков и К°, 2021. – 518 с.: ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684335> (дата обращения: 03.06.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-04338-3. – Текст: электронный.

6. Форель, А. Половой вопрос: естественно-научное, психологическое, гигиеническое и социологическое исследование для образованных / А. Форель; пер. с нем. М. А. Энгельгардт. – 2-е изд., испр. и доп., репр. изд. 1909 г. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 654 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363727> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-4475-5211-4. – Текст: электронный.

7. Хамидова, В. Р. Гипнотические манипуляции. Манипуляции подсознания / В. Р. Хамидова. – Москва: РИПОЛ классик, 2007. – 256 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=87609> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-386-00294-7. – Текст: электронный.

8. Штерн, А. С. Введение в психологию: курс лекций / А. С. Штерн; ред. Л. В. Сахарный, Т. И. Ерофеева, Е. В. Глазанова. – 3-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2018. – 313 с.: ил. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79480> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-89349-499-0. – Текст: электронный.

9. Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства: сборник научных трудов / ред. Ф. Эдны, М. М. Теренса, Ф. Мэтью; пер. Н. В. Тарабрина. – Москва: Когито-Центр, 2005. – 467 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144942> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 5-89353-155-8. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

| № пп | Содержание изменений | Раздел, в который вносятся изменения и дополнения | Дата внесения изменений |
|---------|----------------------|--|----------------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. К какому типу относится гипнотическое состояние?

Выберите один ответ:

1. К состоянию сна
2. К состоянию бодрствования
3. К промежуточному состоянию между сном и бодрствованием

2. Возможно ли влияние на аппетит путём внушения?

Выберите один ответ:

1. Да
2. Нет

3. В каком варианте проведения терапии пациента в гипнотическом состоянии проводят через ранее пережитую им травмирующую ситуацию (наводнение, землетрясение, пожар, изнасилование)?

Выберите один ответ:

1. Гипносуггестивное моделирование
2. Гипнокатарсис
3. Возрастная регрессия

4. Какая методика терапии при алкоголизме считается самой совершенной?

Выберите один ответ:

1. Метод Бехтерева
2. Метод Довженко
3. Метод Рожнова

5. Как называется стадия гипномании, на которой для вывода больного из гипнотического состояния, необходимо индивидуальное внушение?

Выберите один ответ:

1. Легкая гипномания
2. Гипномания средней тяжести
3. Выраженная гипномания

6. На какой стадии гипноза клиент может испытывать негативные галлюцинации?

Выберите один ответ:

1. Лёгкий транс
2. Средний транс
3. Глубокий транс

7. Активизация деятельности какого полушария происходит в рамках Милтон-модели?

Выберите один ответ:

1. Правое
2. Левое
3. Оба полушария

8. Как долго продолжается поверхностный транс?

Выберите один ответ:

1. Максимум — пару минут
2. Максимум — пять минут
3. Максимум — десять минут

9. Какой подход используется в последовательном тесте на погружение?

Выберите один ответ:

1. Разрешительный
2. Авторитарный
3. это смесь разрешительного и авторитарного подходов

10. Что означает появление у человека негативных галлюцинаций?

Выберите один ответ:

1. Он погружен в глубокий транс
2. Он находится в состоянии релаксации

Примеры заданий для практической работы

1. Дайте ответ:

Опишите техники введения в гипнотическое состояние.

2. Дайте ответ:

Какие методы рекомендованы для лечения невротических расстройств у спортсменов?