

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 № 343 от «03» октября 2022 г.
Генеральный директор ООО «НЦРДО»
Зотов А.И.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Суггестивная психотерапия в практике психолога»

Общая трудоемкость
150 академических часов

Форма обучения
Заочная

Москва, 2022

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 отдельным лицам 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:

- основы суггестивной психотерапии;
- технологии проведения суггестивной психотерапии;

уметь:

- характеризовать основы суггестивной психотерапии;
- применять технологии проведения суггестивной психотерапии.

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 и трудовым коллективам	Подготовка к проведению мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов	А/02.6	Выбор эффективных методов психологического консультирования для решения заявленных проблем граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, и трудовых коллективов

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 150 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкос ть, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промеж уточной и итогово й аттестаци и (ДЗ, З) ¹
			Лекции и	Тестир ование	Практи ческие занятия	
	Модуль 1. Введение в суггестивную психотерапию					
1	История развития учения о гипнозе и внушении	12	6	2	4	3
2	Суггестия как метод управления сознанием людей	14	8	2	4	
3	Самовнушение (аутосуггестия)	16	10	2	4	
4	Гипноз как основа гипнотерапии. Показания и противопоказания к применению гипносуггестивной терапии	16	10	2	4	
5	Физиологические и психические функции при гипнозе	12	6	2	4	
	Модуль 2. Проведение суггестивной психотерапии					
6	Методы суггестивной психотерапии	8	4	2	2	3
7	Техника и методика гипноза	12	6	2	4	
8	Техники самовнушения	16	10	2	4	
9	Подготовительный период, дегипнотизация, глубина гипноза	12	6	2	4	
10	Мультимодальная суггестивная психотерапия	13	7	2	4	

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

11	Лечебное внушение в гипнозе. Возможности использования гипноза и внушения в терапии психосоматических расстройств	16	10	2	4	
Итоговая аттестация		3				Итоговое тестирование
ИТОГО		150				

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	Модуль 1. Введение в суггестивную психотерапию	70	1-4
2	Модуль 2. Проведение суггестивной психотерапии	77	5-8
	Итоговая аттестация	3	8

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Модуль 1. Введение в суггестивную психотерапию		
Тема 1. История развития учения о гипнозе и внушении	Лекция/6 часов	История развития учения о гипнозе и внушении. Основные школы гипнологии
	Практическое занятие 1 / 4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. С какой целью и каким образом гипноз использовался в древности? 2. Какой вклад внёс в объяснение гипноза Парацельс? 3. Какой вклад в становление научного гипноза внесли Франц Антон Месмер, Джеймс Брейд и аббат Фариа? 4. Заполните таблицу «Основные школы гипнологии».
	Тестирование /2 часа	
Тема 2. Суггестия как метод управления сознанием людей	Лекция/8 часов	Суггестия как метод управления сознанием людей. Психологическая структура суггестии
	Практическое занятие 2 /4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Опишите психологическую структуру суггестии. 2. В чём заключается суть суггестии? 3. Какие специфические внутренние барьеры могут мешать проведению внушения?

		4. Опишите условия, в которых должно проводиться суггестивное воздействие суггестора на суггеренда.
	Тестирование /2 часа	
Тема 3. Самовнушение (аутосуггестия)	Лекция/10 часов	Самовнушение (аутосуггестия). Механизм самовнушения
	Практическое занятие 3 /4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Объясните механизм самовнушения. 2. Как лечил своих пациентов Куэ? Как он объяснял механизм действия самовнушения? 3. Каким образом с помощью йоги можно воздействовать на эмоционально-волевую сферу? 4. Выполните упражнение «Концентрация на дыхании». Опишите, как менялось Ваше состояние в процессе выполнения упражнения. Что Вы чувствуете после завершения упражнения?
	Тестирование /2 часа	
Тема 4. Гипноз как основа гипнотерапии. Показания и противопоказания к применению гипносуггестивной терапии	Лекция/10 часов	Гипноз как основа гипнотерапии. Показания и противопоказания к применению гипносуггестивной терапии. Стадии гипноза
	Практическое занятие 4 /4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Чем отличается суггестия от транса? 2. Опишите стадии гипноза. 3. Составьте список показаний и противопоказаний к применению гипносуггестивной терапии. 4. Составьте список возможных осложнений, которые могут возникнуть при погружении в гипноз.
	Тестирование /2 часа	
Тема 5. Физиологические и психические функции при гипнозе	Лекция/6 часов	Физиологические функции при гипнозе. Психические функции при гипнозе. Исследователи гипноза
	Практическое занятие 5/4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Заполните таблицу «Физиологические функции при гипнозе». 2. Заполните таблицу «Психические функции при гипнозе».
	Тестирование /2 часа	
Модуль 2. Проведение суггестивной психотерапии		
Тема 6. Методы суггестивной психотерапии	Лекция/4 часа	Методы суггестивной психотерапии. Возможности применения гипноза в психотерапии
	Практическое занятие 6/2 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Заполните таблицу «Методы суггестивной психотерапии». 2. Где в психотерапии применяются различные методы и приемы использования суггестии? Объясните, как применяется суггестия в трансперсональном подходе и в НЛП.
	Тестирование /2 часа	
Тема 7. Техника и методика гипноза	Лекция/6 часов	Инструменты гипнотизирования. Модели и способы гипнотизации

	Практическое занятие 7/4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Какие инструменты применяются для гипнотизирования? 2. Приведите примеры следующих видов внушения: а) прямое внушение; б) косвенное внушение; в) сложное составное внушение. 3. В чём заключается суть такой модели гипнотизации, как гипнокатарсис? 4. Как проводится шоковый метод гипнотизации?
	Тестирование /2 часа	
Тема 8. Техники самовнушения	Лекция/10 часов	Техники самовнушения. Аутогенная тренировка
	Практическое занятие 8/4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Для чего проводится аутогенная тренировка? Какой эффект она даёт? 2. Проведите АТ по Шульцу. Для этого ознакомьтесь со стандартными фразами погружения в аутогипнотическое состояние. Вызывайте ощущения, о которых говорят фразы. 3. Выполните противострессовые дыхательные упражнения. Опишите ваше ощущение и состояние после проведенных упражнений.
	Тестирование /2 часа	
Тема 9. Подготовительный период, дегипнотизация, глубина гипноза	Лекция/6 часов	Подготовительный период, дегипнотизация, глубина гипноза. Внушаемость. Выведение пациента из гипнотического состояния
	Практическое занятие 9/4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Что нужно выяснить с пациентом на этапе предварительной беседы? 2. Как влияет антисуггестивный барьер на внушаемость? 3. Определите внушаемость у любого Вашего знакомого. Для этого проведите несколько проб на внушаемость (см. лекцию). Опишите результаты. 4. Опишите процесс выведения пациента из гипнотического состояния.
	Тестирование /2 часа	
Тема 10. Мультиmodalная суггестивная психотерапия	Лекция/7 часов	Мультиmodalная суггестивная психотерапия. Содержание, этапы
	Практическое занятие 10/4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Опишите источники когнитивных искажений, которыми обусловлена дефектность неадаптивных мыслей и убеждений. 2. Что включает в себя стандартная рабочая модель коррекции картины мира в МСП? 3. В чём заключается суть одной из важнейших особенностей работы в МСП - приоритетность «сейчас»? 4. Сравните этапы МСП в технике директивного гипноза и технике нейролингвистического программирования.
	Тестирование /2 часа	

Тема 11. Лечебное внушение в гипнозе. Возможности использования гипноза и внушения в терапии психосоматических расстройств	Лекция/10 часов	Лечебное внушение в гипнозе. Возможности использования гипноза и внушения в терапии психосоматических расстройств. Сущность и содержание процесса
	Практическое занятие 11/4 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. Лечебная эффективность внушения в гипнозе всегда прямо зависит от глубины гипнотического транса? Почему? 2. Приведите примеры общего и специального внушения. 3. Объясните термин «психосоматические заболевания». Какие заболевания сюда относятся? 4. Составьте и напишите текст внушения пациенту, которого беспокоят частые головные боли.
	Тестирование /2 часа	
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /3 часа	

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. Бессмертие человеческой личности. Внушение и его роль в общественной жизни / В. М. Бехтерев. – Москва: Директ-Медиа, 2008. – 510 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=40009> (дата обращения: 24.04.2024). – ISBN 9785998903861. – 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: 24.04.2024). – ISBN 978-5-4458-6691-6. – Текст: электронный.
3. Волкова, Т. Г. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции: методические материалы к курсу: методическое пособие: [16+] / Т. Г. Волкова; сост. И. А. Мананникова. – Москва: Директ-Медиа, 2013. – 62 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137240> (дата обращения: 24.04.2024). – ISBN 978-5-4458-2241-7. – DOI 10.23681/137240. – Текст: электронный.
4. 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: 24.04.2024). – Текст: электронный.
5. Гончаров, Г. А. Высшая ступень аутогенной тренировки: сборник статей: сборник научных трудов / Г. А. Гончаров, Э. М. Каструбин. – Санкт-Петербург: Алетейя, 2014. – 128 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233006> (дата обращения: 24.04.2024). – ISBN 978-5-91419-687-2. – Текст: электронный.
6. 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: 24.04.2024). – ISBN 978-5-386-00294-7. – 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
1	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	17.11.2023
2	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	24.04.2024
3	Изменены требования к уровню образования слушателей.	1.3. Категория обучающихся	21.03.2025

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. В качестве основных факторов внушаемости выделяют: _____.

Выберите один или несколько ответов:

1. возраст человека
2. степень утомленности объекта внушения
3. авторитет человека, осуществляющего внушение
4. личностные особенности объекта внушения

2. Какие люди трудно поддаются внушению?

Выберите один или несколько ответов:

1. Занимающие пассивную жизненную позицию
2. Имеющие очень замкнутый и угрюмый характер
3. Исключительно эксцентрично и откровенно проявляющие свои чувства
4. Обладающие слабой волей
5. Не зависящие ни от кого

3. Какой вид гипноза основан на погружении человека в прошлое, к истокам той проблемы, которая его беспокоит?

Выберите один ответ:

1. Эриксоновский гипноз
2. Регрессивный гипноз
3. Классический гипноз

4. От чего может зависеть нарушение углеводного обмена?

Выберите один ответ:

1. От поражения участвующих в этом процессе внутренних органов
2. От изменений в центральной нервной системе
3. Оба варианта верны

5. Что происходит при внушениях возраста?

Выберите один ответ:

1. Бессознательное подражание особенностям детского возраста вообще
2. Действительное восстановление личных особенностей, характерных для детства данной личности

6. Как называется базовый метод трансперсональной психологии?

Выберите один ответ:

1. Холотропное дыхание
2. Воображение и визуализация

3. Психофизиологическое исследование

7. Верны ли следующие суждения?

А) Гипнотарий оборудуется источниками сильных звуковых и световых раздражителей.

Б) Дегипнотизация традиционно воспринимается как самый сложный в техническом отношении этап сеанса групповой гипнотерапии.

Выберите один ответ:

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Верны оба суждения
4. Оба суждения неверны

8. Как называется внушение, при котором дается конкретная формула конкретному человеку?

Выберите один ответ:

1. Общее
2. Специальное
3. Сепаративное

9. Какое внушение присутствует, когда на фоне размеренной речи слово или фраза выделяется тоном голоса, паузами, громкостью или какими-либо другими речевыми характеристиками?

Выберите один ответ:

1. Сложное составное внушение
2. Двойная связка, или выбор без выбора
3. Контекстуальное внушение

10. Что происходит на четвертом этапе применения АТ в сочетании с ОБС?

Выберите один ответ:

1. Происходит усвоение приемов саморегуляции
2. Лечебные приемы саморегуляции проводятся только под контролем собственных ощущений
3. Под контролем информации, получаемой от приборов, осуществляется постоянный переход к замене сигналов обратной связи собственными ощущениями пациента
4. Проводится обучение базисным упражнениям АТ-1 с использованием специальной аппаратуры для получения и регистрации динамики физиологических процессов в процессе сеанса

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания и дайте ответы:

1. С какой целью и каким образом гипноз использовался в древности?
2. Какой вклад внёс в объяснение гипноза Парацельс?
3. Какой вклад в становление научного гипноза внесли Франц Антон Месмер, Джеймс Брейд и аббат Фариа?

4. Заполните таблицу «Основные школы гипнологии».
 3. Как психотерапевт может реагировать на пропуски сессий клиентом? По каким причинам клиент может прервать терапию?
 4. Согласны ли Вы с утверждением, что работа психотерапевта — это последовательное применение специальных методик и инструкций. Аргументируйте Вашу позицию.
-
2. Выполните задания и дайте ответы:
 1. Чем отличается суггестия от транса?
 2. Опишите стадии гипноза.
 3. Составьте список показаний и противопоказаний к применению гипносуггестивной терапии.
 4. Составьте список возможных осложнений, которые могут возникнуть при погружении в гипноз.