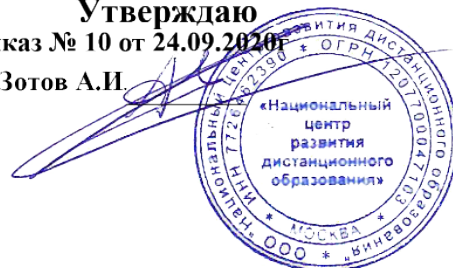


Общество с ограниченной ответственностью
«Национальный центр развития дистанционного образования»

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, д.7, к.1, комната 12,
тел. +7-916 171-58-13, e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

Утверждаю
Приказ № 10 от 24.09.2020
Директор Зотов А.И.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Психосоматика и телесная психотерапия: теория, практика»

Общая трудоемкость

144 академических часа

Форма обучения

Заочная

Москва, 2020

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 телесной психотерапии;
- методы управления вниманием и чувственным осознанием, методы экстренной релаксации, техники дыхательной саморегуляции, техники самоанализа и реконструкции личности, техники телесно-ориентированной работы со зрительными образами;

уметь:

- давать характеристику и применять методы управления вниманием и чувственным осознанием, методы экстренной релаксации, техники дыхательной саморегуляции, техники самоанализа и реконструкции личности, техники телесно-ориентированной работы со зрительными образами в практической деятельности.

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	Подготовка к проведению мероприятий психологического консультирования	A/02.6	Выбор эффективных методов психологического консультирования для решения заявленных проблем граждан, обратившихся за

и трудовым коллективам	населения и трудовых коллективов		консультационной психологической помощью
---------------------------	--	--	---

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

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоем- кость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежу- точной и итоговой аттестаци и (ДЗ, З) ¹
			Ле- кц ии	Тестир- ование	Практи- ческие занятия	
1	Телесная психология и личностный рост	17	8	1	8	З
2	Психодинамические модели психосоматических расстройств	15	7	1	7	З
3	Психофизиологически- ориентированные модели психосоматических расстройств	15	7	1	7	З
4	Телесная психотерапия: сомато- центрированные методы психокоррекции	15	7	1	7	З
5	Техники и методы управления вниманием и чувственное осознавание	15	7	1	7	З
6	Методы экстренной релаксации	15	7	1	7	З
7	Дыхательная саморегуляция: техники	15	7	1	7	З
8	Техники самоанализа и реконструкции личности	15	7	1	7	З
9	Телесно-ориентированная работа со зрительными образами: техники	14	6	1	7	З
Итоговая аттестация		8				Итоговое тестирова- ние

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З –зачет

ИТОГО	144
--------------	------------

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоем кость, в акад. час.	Учебн ые недели
1	Телесная психология и личностный рост	17	1-2
2	Психодинамические модели психосоматических расстройств	15	2
3	Психофизиологически-ориентированные модели психосоматических расстройств	15	3
4	Телесная психотерапия: сомато-центрированные методы психокоррекции	15	3-4
5	Техники и методы управления вниманием и чувственное осознание	15	4-5
6	Методы экстренной релаксации	15	5-6
7	Дыхательная саморегуляция: техники	15	6-7
8	Техники самоанализа и реконструкции личности	15	7-8
9	Телесно-ориентированная работа со зрительными образами: техники	14	8-9
	Итоговая аттестация	8	9

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 1. Телесная психология и личностный рост	Лекция/8 часов	Телесная психология и личностный рост. Понятие личностного роста. Нарушение механизма адаптации. Механизмы формирования психологических проблем
	Практическое занятие 1 /8 часов	Выполните задания: 1. Охарактеризуйте составляющие личностной зрелости. 2. Объясните связь психологической адаптации с личностным ростом. 3. В чём заключается суть соматического подхода к психологическим проблемам. 4. Объясните когнитивные механизмы формирования психологических проблем.
	Тестирование /1 час	
Тема 2. Психодинамические модели психосоматических расстройств	Лекция/7 часов	Психодинамические модели психосоматических расстройств. Психологические защиты
	Практическое занятие 2 /7 часов	Выполните задания: 1. Какова психоаналитическая трактовка психосоматических симптомов?

		2. Пользуясь материалами лекции, заполните таблицу «Психологические защиты по Зигмунду Фрейду».
	Тестирование / 1 час	
Тема 3. Психофизиологически-ориентированные модели психосоматических расстройств	Лекция/7 часов	Психофизиологически-ориентированные модели психосоматических расстройств. Закономерности формирования психологических и психосоматических расстройств
	Практическое занятие 3 / 7 часов	Выполните задания: 1. Как рассматриваются психосоматические расстройства в общефизиологических моделях? 2. Пользуясь материалами лекции заполните таблицу. 3. Ознакомьтесь с материалом по теме Базовые Перинатальные Матрицы Грофа и заполните таблицу. Свяжите характеристики каждой из матриц с проявлениями расстройств психосоматического спектра, связанных со стрессом и, после заполнения таблицы, сделайте вывод (письменно).
	Тестирование / 1 час	
Тема 4. Телесная психотерапия: сомато-центрированные методы психокоррекции	Лекция/7 часов	Телесная психотерапия: сомато-центрированные методы психокоррекции. Основные характеристики
	Практическое занятие 4 / 7 часов	Выполните задания: 1. Что такое символический язык тела? 2. Заполните таблицу «Сомато-центрированные методы психокоррекции». 3. Дайте краткую характеристику любому методу психокоррекции на Ваш выбор. 4. Перечислите спектр расстройств и проблем, при которых целесообразно использовать данный метод.
	Тестирование / 1 час	
Тема 5. Техники и методы управления вниманием и чувственное осознание	Лекция/7 часов	Техники и методы управления вниманием и чувственное осознание. Позитивная психотерапия
	Практическое занятие 5 / 7 часов	Выполните задания: 1. Что такое чувственное осознание? 2. Выполните любые 3 упражнения из лекции на выбор. Что вы чувствовали в процессе выполнения упражнений? Какие мысли приходили? Какие осознания? 2. Напишите эссе на тему «Позитивная психотерапия».
	Тестирование / 1 час	
Тема 6. Методы экстренной релаксации	Лекция/7 часов	Методы экстренной релаксации. Прогрессивная мышечная релаксация (метод Джекобсона)
	Практическое занятие 6 / 7 часов	Выполните задание: Выполните любые 2 упражнения по экстренной релаксации. Ответ на задание предоставьте в соответствии со следующим планом: 1) напишите название упражнения; 2) определите цель;

		3) опишите Ваше самочувствие и телесные ощущения в процессе выполнения упражнения; 4) ответьте на вопрос: что дало Вам данное упражнение?
	Тестирование /1 час	
Тема 7. Дыхательная саморегуляция: техники	Лекция/7 часов	Дыхательная саморегуляция: техники. Основные характеристики
	Практическое занятие 7 /7 часов	Выполните задания: Выполните любые 2 упражнения по работе с дыхательной саморегуляцией. Ответ на задание предоставьте в соответствии со следующим планом: 1) напишите название упражнения; 2) определите цель; 3) опишите Ваше самочувствие и телесные ощущения в процессе выполнения упражнения; 4) ответьте на вопрос: что дало Вам данное упражнение?
	Тестирование /1 час	
Тема 8. Техники самоанализа и реконструкции личности	Лекция/7 часов	Самоанализ и реконструкция личности. Техники и упражнения
	Практическое занятие 8 /7 часов	Выполните задания: 1. Перечислите техники и упражнения, направленные на самоанализ и реконструкцию личности. 2. Выполните любое упражнение (материал предоставлен в лекции), направленное на самоанализ и реконструкцию личности. Опишите Ваши ощущения, мысли и чувства в процессе выполнения упражнения и после. Что Вам дало данное упражнение?
	Тестирование /1 час	
Тема 9. Телесно-ориентированная работа со зрительными образами: техники	Лекция/6 часов	Телесно-ориентированная работа со зрительными образами: техники. Специфика использования визуализации
	Практическое занятие 9 /7 часов	Выполните задания: Выполните любые 2 упражнения по работе со зрительными образами. Ответ на задание предоставьте в соответствии со следующим планом: 1) напишите название упражнения; 2) определите цель; 3) опишите Ваше самочувствие и телесные ощущения в процессе выполнения упражнения; 4) ответьте на вопрос: что дало Вам данное упражнение?
	Тестирование /1 час	
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. Бабенко, В. В. Центральная нервная система: анатомия и физиология: учебник / В. В. Бабенко; Южный федеральный университет. – Таганрог: Южный федеральный университет, 2016. – 214 с.: схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492969> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-9275-2031-2. – Текст: электронный.
2. Багадирова, С. К. Материалы к курсу «Психология личности»: учебное пособие: в 2 частях: [16+] / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. – Москва: Директ-Медиа, 2014. – Часть 1. Раздел «Теории личности». – 164 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232087> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-4458-6747-0. – DOI 10.23681/232087. – Текст: электронный.
3. Багадирова, С. К. Материалы к курсу «Психология личности»: учебное пособие: в 2 частях: [16+] / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. – Москва: Директ-Медиа, 2014. – Часть 2. Раздел «Теории личности». – 172 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232088> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-4458-6748-7. – DOI 10.23681/232088. – Текст: электронный.
4. Батыршина, А. Р. История психологии: учебное пособие / А. Р. Батыршина. – 3-е изд. стер. – Москва: ФЛИНТА, 2021. – 223 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83082> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 184-185. – ISBN 978-5-9765-0911-5. – Текст: электронный.
5. Баулина, М. Е. Нейропсихология: учебник: [16+] / М. Е. Баулина. – Москва: Владос, 2018. – 401 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=486071> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906992-83-3. – Текст: электронный.
6. Белогай, К. Н. Психология беременности и развитие ребенка в раннем возрасте: учебное пособие: [16+] / К. Н. Белогай. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. – 156 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232215> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-8353-1276-4. – Текст: электронный.

7. Бортникова (Цыбалова), С. М. Нервные и психические болезни: учебное пособие / С. М. Бортникова (Цыбалова), Т. В. Зубахина, С. Г. Беседовский ; под ред. Б. В. Кабарухина. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 479 с.: ил. – (Среднее медицинское образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601657> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 470 - 471. – ISBN 978-5-222-35190-1. – Текст: электронный.

8. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию / А. Я. Варга. – Москва: Когито-Центр, 2009. – 181 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56485> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-89353-269-2. – Текст: электронный.

9. Вартамян, И. А. Высшая нервная деятельность и функции сенсорных систем: учебное пособие / И. А. Вартамян; Институт специальной педагогики и психологии. – Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2013. – 108 с.: ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438775> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8179-0161-0. – Текст: электронный.

10. Гишинский, Я. И. Девиантология: социология преступности, наркотизма, проституции, самоубийства и других "отклонений" / Я. И. Гишинский. – 4-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург: Алетейя, 2021. – 603 с. – (Либерализация права: от репрессий к милосердию). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=615764> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-00165-193-2. – DOI 10.23681/615764. – Текст: электронный.

11. Гингер, С. Гештальт. Искусство контакта. Новый оптимистический подход к человеческим отношениям / С. Гингер; пер. Т. А. Ребеко. – Москва: ПЕР СЭ, 2002. – 320 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233224> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 5-9292-0072-6. – Текст: электронный.

12. Гируцкий, А. А. Нейролингвистика: пособие для студентов вузов: учебное пособие: [16+] / А. А. Гируцкий, И. А. Гируцкий. – Минск: ТетраСистемс, 2010. – 192 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572344> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-985-536-029-3. – Текст: электронный.

13. Захарова, Н. Л. Методология организационной психологии: учебное пособие: [16+] / Н. Л. Захарова; Технологический университет. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2021. – 97 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602511> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 68-73. – ISBN 978-5-4499-2000-3. – Текст: электронный.

14. Иванова, М. Г. Практические аспекты психологии здоровья: учебное пособие: [16+] / М. Г. Иванова; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. – 47 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278413> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-1334-1. – Текст: электронный.

15. Ишкова, М. А. Основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие: [16+] / М. А. Ишкова. – 3-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2020. – 115 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461088> (дата

- обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 109-111. – ISBN 978-5-9765-2427-9. – Текст: электронный.
16. Малкина-Пых, И. Г. Психосоматика: практикум: [16+] / И. Г. Малкина-Пых. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 460 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598196> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 450-457. – ISBN 978-5-4499-1600-6. – DOI 10.23681/598196. – Текст: электронный.
17. Малкина-Пых, И. Г. Психосоматика: учебник: [16+] / И. Г. Малкина-Пых. – Москва ; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 423 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=595463> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 401-420. – ISBN 978-5-4499-1464-4. – DOI 10.23681/595463. – Текст: электронный.
18. Матяш, Н. В. Возрастная психология: учебное пособие: [16+] / Н. В. Матяш, Т. А. Павлова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 268 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578503> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 238-243. – ISBN 978-5-4499-0796-7. – DOI 10.23681/578503. – Текст: электронный.
19. Немов, Р. С. Психология: учебник: в 3 книгах / Р. С. Немов. – 5-е изд. – Москва: Владос, 2013. – Книга 1. Общие основы психологии. – 688 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234867> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-691-01743-8. – Текст: электронный.
20. Основные направления современной психотерапии: учебное пособие: [16+] / ред. А. М. Боковиков. – Москва: Когито-Центр, 2001. – 376 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56398> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 5-89353-030-6. – Текст: электронный.
21. Погодин, И. А. Психотерапия, фокусированная на диалоге: практическое пособие: [16+] / И. А. Погодин. – 2-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2017. – 271 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=103819> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-0885-9. – Текст: электронный.
22. Психодиагностика: курс лекций: учебное пособие: [16+] / сост. А. С. Лукьянов; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 325 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563343> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
23. Психология семьи: учебное пособие: [16+] / сост. М. В. Лукьянова, С. В. Офицера; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 138 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483757> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
24. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / И. В. Белашева, А. В. Суворова, И. Н. Польшакова [и др.]; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 262 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458913> (дата обращения: 25.03.2024). – Текст: электронный.

25. Разумникова, О. М. Психофизиология: учебник: [16+] / О. М. Разумникова; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2016. – 307 с.: ил., табл. – (Учебники НГТУ). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575273> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 195-214. – ISBN 978-5-7782-2911-2. – Текст: электронный.
26. Старшенбаум, Г. В. Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела: практическое пособие / Г. В. Старшенбаум. – Москва: Издательство института психотерапии, 2005. – 341 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=65014> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 5-89939-125-1. – Текст: электронный.
27. Старшенбаум, Г. В. Сексуальная и семейная психотерапия / Г. В. Старшенбаум. – Москва: Высшая школа психологии, 2003. – 302 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=64944> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 5-94408-008-X. – Текст: электронный.
28. Ташева, А. И. Консультативная психология: базовые методические проблемы: учебник / А. И. Ташева, Д. В. Воронцов, С. В. Гриднева; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. – 342 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493323> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9275-2306-1. – Текст: электронный.
29. Филатов, Ф. Р. Основы психокоррекции: учебное пособие / Ф. Р. Филатов ; Южный федеральный университет, Факультет психологии. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2011. – 198 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241096> (дата обращения: 25.03.2024). – ISBN 978-5-9275-0880-8. – Текст: электронный.
30. Филатова-Сафронова, М. А. Основы психосексуального развития человека: учебное пособие / М. А. Филатова-Сафронова; Институт экономики, управления и права (г. Казань). – Казань: Познание (Институт ЭУП), 2011. – 204 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258087> (дата обращения: 25.03.2024). – Библиогр.: с. 174. – ISBN 978-5-8399-0371-5. – 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	09.04.2021
2	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	12.07.2022
3	Актуализация с учетом профессионального стандарта «Психолог-консультант» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н)	1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы	17.02.2023
4	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	25.03.2024

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. Какие методики лежат в основе телесного диалога с подсознанием?

Выберите один или несколько ответов:

1. Коммуникация с симптомом
2. Кинестетически-ориентированный рефрейминг
3. Фокусировка
4. Естественная «биообратная связь»

2. Какие заболевания входят в перечень психосоматических заболеваний, называемый «чикагская семерка»?

Выберите один ответ:

1. Сахарный диабет, гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, бронхиальная астма, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенный колит, гипертиреоз
2. Сахарный диабет, гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, ревматоидный артрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенный колит, гипертиреоз
3. Сахарный диабет, гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, бронхиальная астма, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенный колит, онкологические заболевания

3. Что используется в упражнении «Перегрузка и невесомость»?

Выберите один ответ:

1. Различная направленность вдоха и выдоха
2. Влияние различной направленности вдоха и выдоха на ощущение тяжести тела
3. Различная направленность вдоха и выдоха и ее влияния на ощущение тяжести тела – как отдельных его частей, так и всего тела в целом

4. В условиях релаксации процессы произвольного внимания могут существенно влиять на локальную активацию коры мозга и тем самым управлять функциональным состоянием. Каким образом?

Выберите один или несколько ответов:

1. Направленность внимания/осознавания на собственно телесные ощущения приводит к избирательной активации соматосенсорной зоны коры
2. Направленности внимания/осознавания на мысленное представление движений (идеомоторика) соответствует активация моторной области коры
3. Работа со зрительными или слуховыми образами включает активацию соответствующих проекционных зон (затылочная и височная кора)
4. Интеграция телесных ощущений со зрительными и слуховыми образами приводит к

активации вторичных, модально-неспецифических ассоциативных зон коры на стыке теменной, височной и затылочной коры

5. Что требует выполнение упражнения «Принять неразрешимое»: телесный подход к решению экзистенциальных проблем?

Выберите один ответ:

1. Требуется обязательного присутствия специалиста
2. Не требуется обязательного присутствия специалиста

6. Что относится к базовым механизмам формирования психологических проблем в духовно-философской традиции?

Выберите один ответ:

1. Неискренность и отождествление
2. Воображение и отождествление
3. Неискренность, воображение, отождествление, учтивание
4. Неискренность, воображение и отождествление

7. Что можно отнести к нарушениям границ контакта по Ф. Перлзу?

Выберите один ответ:

1. Чужое мнение искренне воспринимается человеком как свое собственное
2. Отсутствие собственной точки зрения
3. Сложности в выборе собственной точки зрения
4. Верны ответы 1,2,4
5. Верны ответы 2,4
6. Верны ответы 1,2,3,4

8. Что относится к уровням внутренней картины болезни?

Выберите один ответ:

1. Болевая сторона болезни
2. Эмоциональная сторона болезни
3. Интеллектуальная сторона болезни
4. Волевая сторона болезни
5. Все ответы верны

9. Что является механизмами первичной терапии А. Янова?

Выберите один ответ:

1. Катарсис и высвобождение подлинных переживаний
2. Осознание заблокированных первичных переживаний, восстановление единства мнестической системы
3. Восстановление нормального движения энергии в теле, достижение релаксации и интеграции личности
4. Верны все ответы

10. Чем определяется патогенез психосоматических расстройств?

Выберите один или несколько ответов:

1. Нарушениями деятельности ЦНС
2. Наследственной предрасположенностью
3. Фоном благоприятных социальных факторов
4. Спецификой психотравмирующих событий

11. Что является целью упражнения «Прекращение внутреннего диалога»?

Выберите один ответ:

1. формирование навыка управления состоянием сознания
2. формирование навыка управления состоянием сознания и перехода в медитативное состояние.

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания:

1. Охарактеризуйте составляющие личностной зрелости.
2. Объясните связь психологической адаптации с личностным ростом.
3. В чём заключается суть соматического подхода к психологическим проблемам.
4. Объясните когнитивные механизмы формирования психологических проблем.

2. Выполните задания:

1. Что такое символический язык тела?
2. Заполните таблицу «Сомато-центрированные методы психокоррекции».
3. Дайте краткую характеристику любому методу психокоррекции на Ваш выбор.
4. Перечислите спектр расстройств и проблем, при которых целесообразно использовать данный метод.