



ИНСТИТУТ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ «ИМАТОН»

Учрежден Институтом психологии Российской Академии Наук

Лицензия №1652 от 30 декабря 2015 г.

199178, Санкт-Петербург, 10-я линия Васильевского острова, д. 59

Тел.: (812) 320-71-54, 327-55-84; тел./факс: (812) 320-71-54

E-mail: ippi@imaton.ru

www.imaton.ru

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ «МАТРИЦА» ЗДОРОВЬЯ»

Вид образования: дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

Цель: совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Категория слушателей: специалисты со средним и высшим профессиональным образованием.

Форма обучения: очная, дневная.

В результате обучения участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные компетенции:

- изучат соматические и психосоматические аспекты здоровья;
- освоят базовые техники гипноза и самогипноза;
- освоят оздоравливающие техники аутомануальной терапии и самомассажа;
- освоят базовые массажные техники в практике оздоровления;
- изучат процесс формирования комплексной оздоравливающей программы для ежедневной индивидуальной практики.

Учебно-тематический план:

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
Телесно-ориентированная «матрица» здоровья	24	8	16	Супервизия

Календарный учебный график:

объем ОП (кол-воак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
24	3	дд.мм.гг начала программы – дд.мм.гг окончания программы	1 день 11:00 – 12:30 12:40 – 14:10 обед 14:10 – 14:50 14:50 – 16:20 16:30 – 18:00 Все остальные дни 10:00 – 11:30 11:40 – 13:10 обед 13:10 - 13:50 13:50 – 15:20 15:30 – 17:00	8	24	0	дд.мм.гг, супервизия

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

Учебная программа:

- Внутренняя картина здоровья человека. Соматические и психические аспекты.
- Телесное центрирование, формирование внутренней устойчивости:
 - техники центрирования и внутренней балансировки организма;
 - кинестетическое осознание своего тела;
 - методики улучшения телесной чувствительности;
 - работа на снятие мышечных блоков.
- Работа с эмоционально-чувственной сферой:
 - телесная идентификация собственных эмоций и чувств, их принятие;
 - расширение энергетического потенциала тела через дыхательные упражнения,
 - использование потенциала психики в оздоровлении.
- Работа с когнитивной составляющей здоровья, разрешение конфликта в ментальной сфере:
 - позитивное и негативное намерение, ценности и убеждения, противоречащие друг другу;
 - экзистенциальные аспекты здоровья человека, «конечные данности бытия»;
 - формирование «матрицы» здоровья.
- Саморегуляция организма.
 - базовые техники гипноза и самогипноза для поддержания и улучшения адаптационных возможностей организма;
 - оздоравливающие техники аутомануальной терапии и самомассажа;
 - базовые массажные техники в практике оздоровления (элементы холистического и классического массажа, тайского йога-массажа);
 - телесные упражнения (комплексы, направленные на укрепление позвоночника, на растяжку мышц, суставная гимнастика, антистрессовые упражнения).
- Формирование комплексной оздоравливающей программы для ежедневной индивидуальной практики.

Формы работы: мини-лекции, дискуссии, индивидуальные, парные и групповые упражнения, деловые игры, техники телесно-ориентированной и гипнотерапии, разбор сложных случаев.