

## Телесно-ориентированная терапия психосоматических заболеваний

**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 (педагогическое психологическое, социально-педагогическое).

**Форма обучения:** очная.

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

- познакомиться с современными взглядами на виды и природу заболеваний психосоматического спектра;
- определять с мишенями и алгоритмами психологической помощи клиентам в контексте телесно-ориентированной терапии;
- осознать границы собственной компетенции и возможности эффективного взаимодействия со специалистами медицинского профиля;
- скорректировать собственную психотерапевтическую практику в случае необходимости.

### Учебно-тематический план:

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
Телесно-ориентированная терапия психосоматических заболеваний	32	11	21	Супервизия

### Календарный учебный график:

объем ОП (кол-во ак.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
32	4	дд.мм.гг начала программы – дд.мм.гг окончания программы	<b>Все дни</b> 10:00 – 11:20 11:30 – 13:00 <b>или</b> 10:30 – 11:50 12:00 – 13:30 <b>или</b> 14:30 – 15:50 16:00 – 17:30	8	32	0	дд.мм.гг, супервизия

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

### **Учебная программа:**

- **I ступень. Базовые понятия и инструменты адлерианского консультирования:**
- Современный взгляд на психосоматику: механизмы формирования; психическая травма как источник проблем; сбой мышления и нарушение адаптации.
- Популярные модели формирования психосоматозов: психодинамическая (психоанализ З. Фрейда, теория личностных профилей В. Данбар, теория психосоматической специфичности Ф. Александера, и др.); психофизиологическая (теория И. П. Павлова, теория выученной беспомощности М. Селигмана, синдром дефицита удовлетворенности К. Блюма и др.); системно-теоретическая (биопсихосоциальная модель Иксюля и Везиака, медицинская антропологическая модель В. Вайцзеккера); социопсихосоматическая (теория Г. Фрейбергера, В. Гарбузова и др.).
- Невротическое развитие личности. Алекситимия или «душевное безразличие».
- Этапы формирования невроза, психоза и соматоза. Их проявления на телесном уровне.
- Модели телесно-ориентированной диагностики психосоматозов: иерархическая, модель потребностей, телесных метафор и карты тела.
- Алгоритм телесно-ориентированного воздействия при коррекции психосоматических заболеваний: выбор уровня воздействия; отбор телесных техник и инструментов; последовательность их применения.
- Практические техники и приемы для коррекции эмоционального состояния клиента/пациента: управление вниманием; мышечная релаксация, экстренная релаксация; постизометрическая релаксация; дыхательная саморегуляция; осознание схемы тела; самоанализ и реконструкция схемы личности; визуализации.

**Формы работы:** мини-лекции, телесно-ориентированные практики, демонстрации приемов и техник работы, групповые и индивидуальные упражнения, анализ сложных случаев из опыта работы участников.