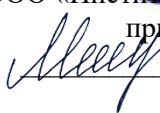


ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ИНСТИТУТ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ»



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО «Институт фундаментальной и
прикладной психологии»
 К. А. Мосунова
«12» мая 2025 г.

**Дополнительная профессиональная программа
(программа повышения квалификации
дополнительного профессионального образования)**

**«Основы психосоматики: связь тела и эмоций»
(35 ак. часов)
6 недель**

Автор-составитель:
К.А. Мосунова

**г. Воскресенск
2025 год**

Содержание:

1	Общая характеристика программы	3
2	Требования к уровню подготовки специалистов.....	4
3	Планируемые результаты обучения.....	4
4	Содержание и организация образовательного процесса.....	6
4.1	Учебный план.....	6
4.2	Учебно-тематический план.....	6
4.3	Календарный учебный график.....	7
4.4	Содержание рабочих программ.....	7
5	Формы аттестации и оценка результатов освоения программы.....	12
5.1	Форма аттестации.....	12
5.2.	Оценочные материалы.....	13
6	Организационно-педагогические условия обучения.....	13
6.1	Учебно-методическое обеспечение программы	13
6.2	Материально-техническое обеспечение реализации обучения	13
	Приложение №1.....	15

1. Общая характеристика программы

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона РФ от 29.12.2012 г. N 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 08.08.2024) (далее – 273-ФЗ);
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 г. (с изменениями на 15.11.2013) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- приказа Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26.05.2020 № 683 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология»;
- приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2023 № 716н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере»;
- приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 23 июля 2010 года N 541н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»;
- приказа Министерства здравоохранения РФ от 2 мая 2023 г. N 206н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием».

Цель реализации программы: организация обучения слушателей по освоению знаний об основах психосоматики, о влиянии эмоций и стресса на физическое состояние различных органов и систем, о базовых принципах практик осознанности и телесной регуляции, формированию и развитию умений и профессиональных компетенций по использованию основных методов работы с психосоматическими симптомами, обеспечивающих эффективную профессиональную деятельность в сфере клинической психологии. Программа направлена на подготовку специалистов, способных интегрировать психологические методы и инструменты клинической психологии в процесс работы по оказанию психологической помощи в рамках различных запросов, в частности в рамках консультирования других людей по вопросам психосоматики.

Задачи программы:

- раскрыть понятие психосоматики, обозначить основные этапы развития психосоматики как направления, ключевые фигуры и подходы психосоматики;
- обозначить роль эмоций (включая негативных) для физического здоровья;
- раскрыть, как родовые сценарии и паттерны могут влиять на здоровье, отношения и судьбу;
- освоение знаний о функциях консультанта, его отграничении от задач психотерапевта и врача;
- раскрыть, как эмоции и стресс могут влиять на физическое состояние различных органов и систем;
- освоение знаний о связи между психологическими факторами и заболеваниями определенных систем организма;
- раскрыть, какое психосоматическое восприятие может быть передано по наследству;
- освоение навыков определения связи между эмоциями и физическими ощущениями;
- раскрыть, как стресс влияет на различные системы организма;
- освоение навыков распознавать признаки хронического стресса;
- раскрыть, как определенные поведенческие модели, эмоциональные реакции и даже физические симптомы могут быть связаны с родовой историей;
- освоение навыков использования основных методов работы с психосоматическими симптомами;
- раскрыть базовые принципы практик осознанности и телесной регуляции, важность регулярной практики для достижения устойчивого результата;
- освоение навыков консультирования других людей по вопросам психосоматики.

Категория слушателей: специалисты, получившие (или получающие) среднее профессиональное и/или высшее образование.

Специалисты, квалификационные характеристики которых содержат требования в отношении знаний психологии, психиатрии, педагогики, медицины, социальной работы.

Объём программы – 35 ак. часов из них: лекционная часть – 7 ак. часов; практическая часть – 16,5 ак. часов, самостоятельная работа – 11,5 ак. часов.

По завершению программы предусмотрена итоговая аттестация – 1,5 ак. часов.

1 академический час равен 45 минутам.

Продолжительность обучения – 1,5 месяца.

Форма обучения – заочная, с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

По завершению обучения по Программе проводится итоговая аттестация, и слушателям, успешно прошедшим контроль знаний, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2. Требования к уровню подготовки специалистов

2.1. К освоению Программы допускаются лица, имеющие или получающие среднее, или высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Клиническая психология».

2.2. Программа направлена на усовершенствование следующих дополнительных **компетенций**:

В соответствии с ФГОС 37.05.01 Клиническая психология:

ОПК-2	Способен применять научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения
ОПК-4	Способен вести протокол и составлять заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы, а также представлять обратную связь по запросу заказчика
ОПК-5	Способен разрабатывать и использовать научно обоснованные программы психологического вмешательства и психологической помощи консультационного, развивающего, коррекционного, психотерапевтического, профилактического или реабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ
ОПК-6	Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и не врачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога
ОПК-9	Способен осуществлять психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения уровня их психологической грамотности и культуры, формирования научно-обоснованных знаний и представлений о роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых проблем и задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей

3. Планируемые результаты обучения

В соответствии с профессиональным стандартом «Психолог в социальной сфере»:

Наименование обобщенной трудовой функции	Трудовые функции	Трудовые действия	Планируемые результаты обучения
Деятельность по социально психологическому сопровождению и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам	Психологическое и социально психологическое сопровождение граждан и социальных групп А/01.6	Выявление условий, затрудняющих становление личности граждан, и коррекция их посредством психопрофилактики, психодиагностики, психокоррекции, консультирования и реабилитации (абилитации)	Знать: методы и способы оценки психического состояния людей; методики (инструкции, программы) организации и проведения коррекционных мероприятий в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями; психология семьи и семейных отношений (подходы, онтология, структура семьи, этапы ее развития, особенности взаимоотношений);

			основы психологического консультирования (виды, формы, методы). Уметь: применять методы психологического консультирования, психологической диагностики; проводить коррекционные мероприятия в соответствии с планом индивидуальной коррекционной работы на основе современных методик, форм и методов; разрабатывать программы индивидуальной работы с учетом конкретных профессиональных задач.
Организация предоставления и управление предоставлением социально-психологического сопровождения и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам	Организация предоставления социально-психологического сопровождения социально уязвимым слоям населения и получателям социальных услуг и оказания им психологической помощи В/01.7	Разработка планов предоставления социально-психологической помощи получателям социальных услуг и психологической помощи социально уязвимым слоям населения, осуществление контроля за их реализацией. Консультирование по различным вопросам, связанным с предоставлением социально-психологической помощи	Знать: Законодательство Российской Федерации в сфере социального обслуживания, правовые основы оказания разных видов психологической помощи. Документы, необходимые в соответствии с нормативными правовыми актами для предоставления социально-психологической помощи. Методы и методики, способы и технологии психологической работы, их отличия, специфика их применения. Уметь: Применять принципы и методы управления деятельностью по предоставлению социально-психологических услуг и психологической помощи социально уязвимым слоям населения. Разрабатывать нормативные требования к реализации разных видов социально-психологического сопровождения и психологической помощи (консультирование, диагностика, коррекция, профилактика и просвещение)

Область профессиональной деятельности слушателя, прошедшего обучение по программе повышения квалификации дополнительного профессионального образования «Клиническая психология» включает (согласно приказу Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 23 июля 2010 года N 541н):

- практическую деятельность в сфере клинической психологии, направленную на решение комплексных задач психологической диагностики;
- выявление условия, препятствующих или затрудняющих гармоническое развитие личности;
- работу по психопрофилактике, психокоррекции, психологическому консультированию больных, вследствие чего оказывает помощь больным и их родственникам в решении личностных, профессиональных и бытовых психологических проблем;
- психодиагностические исследования и длительные диагностические наблюдения за больными, уделяя особое внимание лицам, имеющим факторы риска психических расстройств.

Виды профессиональной деятельности слушателей, освоивших программу повышения квалификации:

- психодиагностический;
- консультативный и психотерапевтический.

Психодиагностический:

- проведение клинико-психологической диагностики в процессе лечения,
 - реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения;
- Консультативный и психотерапевтический:
- осуществление психологического консультирования и психотерапии в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни.

4. Содержание и организация образовательного процесса

4.1. Учебный план

Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
		Лекции	Практика	Самост. работа	
Модуль 1. Введение в психосоматику	9,5	2,5	5	2	Практические задания (промежуточная аттестация)
Модуль 2. Тело говорит, как читать психосоматические сигналы	8,5	1	3,5	4	Практические задания (промежуточная аттестация)
Модуль 3. Психосоматические реакции	6,5	1,5	2	3	Практические задания (промежуточная аттестация)
Модуль 4. Работа с психосоматикой: первые шаги в самопомощи и консультировании	9	2	4,5	2,5	Практические задания (промежуточная аттестация)
Итоговая аттестация	1,5		1,5		
ИТОГО:	35	7	16,5	11,5	

4.2. Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
	Модуль 1. Введение в психосоматику	9,5	2,5	5	2	
1	Вводное занятие	1	0,5	-	0,5	
2	Что такое психосоматика. Подходы к психосоматике	1,5	0,5	0,5	0,5	Практическое задание №1
3	Основные механизмы влияния психики на тело	2,5	0,5	1,5	0,5	Практическое задание №2
4	Влияние Рода на здоровье и судьбу	2	0,5	1,5	-	Практическое задание №3
5	Границы компетенций	2,5	0,5	1,5	0,5	Практическое задание №4
	Модуль 2. Тело говорит, как читать психосоматические сигналы	8,5	1	3,5	4	
1	Основные психосоматические маркеры	5	0,5	2	2,5	Практическое задание №5
2	Основные психосоматические блоки, передающиеся по Роду	3,5	0,5	1,5	1,5	Практическое задание №6

Модуль 3. Психосоматические реакции		6,5	1,5	2	3	
1	Влияние эмоций на работу внутренних органов	1,5	0,5	-	1	
2	Физиология стресса: что происходит в теле при переживаниях	3,5	0,5	2	1	Практическое задание №7
3	Влияние непрожитых эмоций предков	1,5	0,5	-	1	
Модуль 4. Работа с психосоматикой: первые шаги в самопомощи и консультировании		9	2	4,5	2,5	
1	Методы работы с психосоматическими симптомами	3	0,5	1,5	1	Практическое задание №8
2	Базовые практики осознанности и телесной регуляции	3,5	0,5	1,5	1,5	Практическое задание №9
3	Создание здоровой родовой линии	2	0,5	1,5	-	Практическое задание №10
Итоговая аттестация		1,5		1,5		
ИТОГО:		35	7	16,5	11,5	

4.3. Календарный учебный график

Номер недели	Часы				
	Модуль 1.	Модуль 2.	Модуль 3.	Модуль 4.	Итоговая аттестация
1	Л, ПА, СР				
2		Л, ПА, СР			
3		Л, ПА, СР			
4			Л, ПА, СР		
5				Л, ПА, СР	
6				Л, ПА, СР	ИА

Л-видео-лекции; ПА – промежуточная аттестация; ИА – итоговая аттестация; СР – самостоятельная работа.

4.4. Содержание рабочих программ.

Модуль 1. Введение в психосоматику.

Цель модуля – обеспечения знаниями о понятии психосоматики; о роли эмоций для физического здоровья; о функциях консультанта.

Задачи:

- раскрыть понятие психосоматики, обозначить основные этапы развития психосоматики как направления, ключевые фигуры и подходы психосоматики;
- обозначить роль эмоций (включая негативных) для физического здоровья;
- раскрыть, как родовые сценарии и паттерны могут влиять на здоровье, отношения и судьбу;
- освоение знаний о функциях консультанта, его отграничении от задач психотерапевта и врача.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Вводное занятие	1	0,5	-	0,5	

2	Что такое психосоматика. Подходы к психосоматике	1,5	0,5	0,5	0,5	Практическое задание №1
3	Основные механизмы влияния психики на тело	2,5	0,5	1,5	0,5	Практическое задание №2
4	Влияние Рода на здоровье и судьбу	2	0,5	1,5	-	Практическое задание №3
5	Границы компетенций	2,5	0,5	1,5	0,5	Практическое задание №4
ИТОГО:		9,5	2,5	5	2	

Содержание программы:

Занятие 1. Вводное занятие	<i>Видео-лекция</i>	Структура курса. Результаты курса. Как будет проходить обучение.
Занятие 2. Что такое психосоматика. Подходы к психосоматике	<i>Видео-лекция</i>	Предыстория психосоматики. Зарождение психосоматики. Подходы психосоматики.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №1
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Основные концепции развития психосоматики.
Занятие 3. Основные механизмы влияния психики на тело	<i>Видео-лекция</i>	Связь психики и тела. Роль внимания и памяти. Формирование эмоциональных реакций и их след в теле.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №2
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Связь эмоций и психологического состояния с телесным здоровьем.
Занятие 4. Влияние Рода на здоровье и судьбу	<i>Видео-лекция</i>	Род и здоровье в семье. Связь психики и Рода. Связь тела с Родом. Род как ключ к пониманию здоровья и жизненного пути.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №3
Занятие 5. Границы компетенций	<i>Видео-лекция</i>	Специалист по психосоматике и врач: в чем разница. Отличия от психолога и психотерапевта. Область ответственности специалиста по психосоматике: задачи и методы работы.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №4
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Отличия специалиста по психосоматике от врача.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрена промежуточная аттестация.

Формой **промежуточной аттестации** являются практические задания:

Практическое задание № 1:

Подготовка ответов на вопросы на общее понимания области психосоматики. Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 2:

Подготовка ответов на вопросы на самоанализ взаимосвязи тела и эмоций. Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 3:

Подготовка ответов на вопросы для самоанализа и исследование семейной истории. Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 4:

Подготовка ответов на вопросы на понимание области ответственности специалиста по психосоматике. Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- дополнительные материалы к теме урока для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний.

Модуль 2. Тело говорит, как читать психосоматические сигналы.

Цель модуля – обеспечения знаниями о влиянии эмоций и стресса на физическое состояние различных органов и систем; о связи между психологическими факторами и заболеваниями определенных систем организма.

Задачи:

- раскрыть, как эмоции и стресс могут влиять на физическое состояние различных органов и систем;
- освоение знаний о связи между психологическими факторами и заболеваниями определенных систем организма;
- раскрыть, какое психосоматическое восприятие может быть передано по наследству.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Основные психосоматические маркеры	5	0,5	2	2,5	Практическое задание №5
2	Основные психосоматические блоки, передающиеся по Роду	3,5	0,5	1,5	1,5	Практическое задание №6
ИТОГО:		8,5	1	3,5	4	

Содержание программы:

Занятие 1. Основные психосоматические маркеры	<i>Видео-лекция</i>	Соматическая составляющая организма. Что такое психосоматическая болезнь (расстройство). Психосоматические симптомы (маркеры). Факторы, подтверждающие психосоматическую природу заболевания.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №5
	<i>Самостоятельная работа</i>	Психосоматика и работа систем: - ЖКТ; - Мочеполовая система; - Кожный покров; - Органы дыхания; - Сердечно-сосудистая система; - Эндокринная система; - Опорно-двигательная система. - Как отличить психосоматические симптомы от симптомов органической природы. - Что такое соматоформное расстройство.
Занятие 2. Основные психосоматические блоки, передающиеся по Роду	<i>Видео-лекция</i>	Как ребенок улавливает и запечатлевает в своем теле то, что не высказано его родителями. Передача психосоматики в Роду. Основные психосоматические паттерны.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №6
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Телесные реакции и их связь с родовыми программами.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрена промежуточная аттестация.

Формой **промежуточной аттестации** являются практические задания:

Практическое задание № 5:

Выполнение задания на самоанализ и проработку кейса с доверителем. Ответ на задание необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

План выполнения практического задания размещен на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 6:

Подготовка ответов на вопросы для рефлексии и погружения в семейную историю с точки зрения психосоматики. Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- дополнительные материалы к теме урока для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний.

Модуль 3. Психосоматические реакции.

Цель модуля – обеспечения знаниями о влиянии стресса на различные системы организма; а также освоение навыков определения связи между эмоциями и физическими ощущениями, навыков распознавать признаки хронического стресса.

Задачи:

- освоение навыков определения связи между эмоциями и физическими ощущениями;
- раскрыть, как стресс влияет на различные системы организма;
- освоение навыков распознавать признаки хронического стресса;
- раскрыть, как определенные поведенческие модели, эмоциональные реакции и даже физические симптомы могут быть связаны с родовой историей.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Влияние эмоций на работу внутренних органов	1,5	0,5	-	1	
2	Физиология стресса: что происходит в теле при переживаниях	3,5	0,5	2	1	Практическое задание №7
3	Влияние непржитых эмоций предков	1,5	0,5	-	1	
ИТОГО:		6,5	1,5	2	3	

Содержание программы:

Занятие 1. Влияние эмоций на работу внутренних органов	<i>Видео-лекция</i>	Эмоции как психофизиологический процесс: определение, компоненты. Влияние конкретных эмоций на работу внутренних органов.
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Дополнительный материал о связи между эмоциями и физическими ощущениями.
Занятие 2.	<i>Видео-лекция</i>	Понятие стресса как комплексной реакции организма на различные раздражители и вызовы. Стресс как ключевая

Физиология стресса: что происходит в теле при переживаниях		причина психосоматических расстройств. Виды стресса.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №7
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Дополнительный материал о работе нервной системы, о тревоге и ее проявлениях, отличие от стресса.
Занятие 3. Влияние непрожитых эмоций предков	<i>Видео-лекция</i>	Роль травм и неразрешенных конфликтов в развитии психосоматических расстройств. Влияние иных факторов на здоровье.
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Дополнительный материал по теме механизмов передачи травм поколений.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрена промежуточная аттестация.

Формой **промежуточной аттестации** являются практические задания:

Практическое задание № 7:

Выполнение задания для саморефлексии физиологии стресса. Ответ на задание необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

План выполнения практического задания размещен на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- дополнительные материалы к теме урока для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний.

Модуль 4. Работа с психосоматикой: первые шаги в самопомощи и консультировании.

Цель модуля – обеспечения знаниями о базовых принципах практик осознанности и телесной регуляции, а также освоение практических навыков использования основных методов работы с психосоматическими симптомами, консультирования других людей по вопросам психосоматики.

Задачи:

- освоение навыков использования основных методов работы с психосоматическими симптомами;
- раскрыть базовые принципы практик осознанности и телесной регуляции, важность регулярной практики для достижения устойчивого результата;
- освоение навыков консультирования других людей по вопросам психосоматики.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Методы работы с психосоматическими симптомами	3	0,5	1,5	1	Практическое задание №8
2	Базовые практики осознанности и телесной регуляции	3,5	0,5	1,5	1,5	Практическое задание №9
3	Создание здоровой родовой линии	2	0,5	1,5	-	Практическое задание №10
4	Как продавать услуги	0,5	0,5	-	-	
ИТОГО:		9	2	4,5	2,5	

Содержание программы:

Занятие 1. Методы работы с психосоматическими симптомами	<i>Видео-лекция</i>	Основные методы работы с психосоматикой. Как эти методы помогают в решении проблем, связанных с психосоматикой.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №8
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Дневник эмоций, дневник самонаблюдения для самодиагностики.
Занятие 2. Базовые практики осознанности и телесной регуляции	<i>Видео-лекция</i>	Осознанность, как инструмент работы с психосоматикой. Телесная регуляция: почему работа с телом важна. Механизмы действия осознанности и телесной регуляции в контексте психосоматики. Важность регулярной практики.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №9
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Список практик.
Занятие 3. Создание здоровой родовой линии	<i>Видео-лекция</i>	Какие качества могут получать потомки от предков. Отношение к себе. Ответственность за укрепление Рода.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №10
Занятие 4. Как продавать услуги	<i>Видео-лекция</i>	Как продавать консультации по вопросам психосоматики.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрена промежуточная аттестация.

Формой **промежуточной аттестации** являются практические задания:

Практическое задание № 8:

Выполнение задания на ведение дневников для самодиагностики. Ответ на задание необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

План выполнения практического задания размещен на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 9:

Выполнение задания на применение на практике методов работы с психосоматическими симптомами. Ответ на задание необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

План выполнения практического задания размещен на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 10:

Подготовка ответов на вопросы для самоанализа своих ценностей, как можно внести свой вклад в создание здоровой родовой линии. Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- дополнительные материалы к теме урока для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний.

5. Формы аттестации и оценка результатов освоения программы

5.1. Формы аттестации

Текущий контроль знаний, обучающихся проводится на протяжении всего обучения по программе. Текущий контроль знаний включает в себя мониторинг за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний и умений, которыми они овладели на определённом этапе обучения посредством коммуникации с обучающимися через мессенджер и в иных установленных формах.

Промежуточная аттестация по программе представлена в виде практических заданий. Промежуточная аттестация представляет собой зачет по совокупности выполненных слушателем практических задания и заполненных отчётов, получивших положительную оценку «выполнена».

Практические задания оцениваются, как «выполнено», если соблюдены все требования к практической работе. Критерии оценивания заложены в лекционной части урока.

Итоговая аттестация. К итоговой аттестации допускаются слушатели, освоившие учебный план в полном объеме. Итоговая аттестация включает в себя тест по освоенным темам. Тест предполагает выбор правильного ответа или нескольких ответов из предложенных вариантов. Оценка выполнения теста происходит автоматически. Тест считается успешно пройденным при предоставлении правильных ответов на 10 вопрос из 12. Количество попыток прохождения теста: 2.

5.2. Оценочные материалы

Оценочные материалы **текущего контроля и промежуточной аттестации** представлены в рабочих программах к модулям.

Оценочные материалы **итоговой аттестации**: Приложение № 1.

6. Организационно-педагогические условия обучения

6.1. Учебно-методическое обеспечение программы

Материалы для изучения размещены в сети Интернет на онлайн-платформе «Программа для создания онлайн-школ Геткурс 2.0» (далее – СДО). Доступ к СДО осуществляется с использованием информационных технологий, технических средств, информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих возможность самостоятельного изучения обучающимися обучающих материалов с рабочих мест.

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента, а также в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций кураторов программы.

Обучение по Программе включает самостоятельную работу обучающегося (не более 50 % от общего количества часов по Программе).

Основными видами самостоятельной работы обучающихся являются:

- изучение дополнительной информации, предоставляемой обучающимся на платформе обучения в виде текстовых файлов к каждому модулю;
- формирование и усвоение содержания занятий на базе рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы:

Основная литература:

1. ПСИХОСОМАТИКА. Малкина-Пых И.Г. справ. практ. психолога / Москва, 2004. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20028783>.
2. ПСИХОСОМАТИКА НЕГАТИВНЫХ СОСТОЯНИЙ ЛИЧНОСТИ. Бабаева Н.А. Мир науки. Педагогика и психология. 2024. Т. 12. № 4. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=74031301>.
3. ПРОБЛЕМЫ ПСИХОСОМАТИКИ В СТРУКТУРЕ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ. Аракелова И.В. Интеллектуальные ресурсы - региональному развитию. 2020. № 2. С. 173-177. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43033213>.
4. КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ. Орлова М.М. Конспект лекций / Сер. 5 Хочу все сдать. (1-е изд.) Москва, 2009. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25851176>.
5. ОСНОВЫ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ. Нагаев В.В., Жолковская Л.А. Учебное пособие для студентов вузов / Москва, 2014. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25758859>.

Дополнительная литература:

6. ПСИХОСОМАТИКА КАК ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ПРАКТИКИ: ПЕРЕХОД ОТ ПСИХОСОМАТИКИ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ К СОЦИАЛЬНОЙ В РУСЛЕ ОБЩЕНАЦИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ. Сандомирский М.Е. Человеческий фактор: Социальный психолог. 2023. № 4 (48). С. 61-75. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=54768975>.
7. 10 МИФОВ О ПСИХОСОМАТИКЕ. Солдаткин В.А., Солдаткина С.В. Медицинский вестник Юга России. 2023. Т. 14. № 4. С. 96-107. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=56006639>.

6.2. Материально-техническое обеспечение реализации обучения.

Реализация дополнительной профессиональной программы (программы повышения квалификации дополнительного профессионального образования) с использованием исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий предполагает наличие специализированной образовательной платформы для электронного обучения.

Требования к рабочему месту обучающихся:

- Компьютер со стандартным программным обеспечением.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочих мест обучающихся относится выход в сеть Интернет. Доступ к программе ЭВМ – образовательная интернет – «Программа для создания онлайн-школ Геткурс 2.0».

Требования к рабочему месту преподавателя:

- Компьютер со стандартным программным обеспечением.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочего места преподавателя относится выход в сеть Интернет. Доступ к программе ЭВМ – образовательная интернет – «Программа для создания онлайн-школ Геткурс 2.0».

Используется телекоммуникационная сеть Интернет через установленные программно-технические средства на скорости не ниже 512 Кбит/с, скоростью прямого канала не ниже 512 Кбит/с, скоростью обратного канала не ниже 128 Кбит/с, использованием порта доступа в сеть Интернет со скоростью не ниже 30 Мбит/с и возможностью установления не менее 20 одновременных сессий по 512 Кбит/с.

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учёта объёмов потребляемого трафика за исключением перерывов для проведения необходимых ремонтных и профилактических работ при обеспечении совокупной доступности услуг не менее 99,5 %.

**Итоговое тестирование по дополнительной профессиональной программе
(повышение квалификации)**

«Основы психосоматики: связь тела и эмоций»

1. Какое определение лучше всего описывает суть психосоматики?
 - А) Учение о телесных упражнениях
 - Б) Наука о взаимодействии между психикой и телом при развитии и лечении заболеваний
 - В) Метод диагностики болезней с помощью медикаментов
 - Г) Мистическая практика, направленная на исцеление через образы
2. Кто из учёных первым ввёл термин «психосоматика» и применил его в научной среде?
 - А) Иван Павлов
 - Б) Хасай Алиев
 - В) Иоганн Христиан Август Хайнрот
 - Г) Владимир Бехтерев
3. Какую роль играет подавление эмоций в формировании психосоматических симптомов?
 - А) Подавленные эмоции забываются и не влияют на организм
 - Б) Подавление эмоций тренирует волю и устойчивость к стрессу
 - В) Подавленные эмоции сохраняются в теле и могут со временем привести к болезни
 - Г) Подавленные эмоции перерабатываются бессознательно и не нуждаются в осознании
4. Почему организм может «повторять» болезненные реакции в определенных ситуациях?
 - А) Потому что болезни возникают случайно
 - Б) Потому что организм не умеет адаптироваться к новому
 - В) Потому что сформированные в прошлом шаблоны реакций активируются при похожих обстоятельствах
 - Г) Потому что болезни – это способ наказания за ошибки
5. Чем отличается работа психосоматолога от работы врача?
 - А) Психосоматолог имеет право назначать медикаментозное лечение
 - Б) Психосоматолог исследует психологические причины болезни, врач — физиологические
 - В) Врач занимается исключительно психическим здоровьем пациента
 - Г) Психосоматолог лечит только с помощью массажа и телесных практик
6. Какой из признаков чаще всего указывает на психосоматическую природу заболевания?
 - А) Симптомы проявляются только при физической нагрузке
 - Б) Заболевание проходит после приема антибиотиков
 - В) Симптом ослабевает при снижении стресса или в отпуске
 - Г) Заболевание имеет наследственный характер
7. Что такое соматизация в контексте психосоматики?
 - А) Исключительно врожденное заболевание
 - Б) Форма адаптации организма к физической нагрузке
 - В) Психическая реакция, при которой человек воображает болезнь
 - Г) Механизм, при котором психическое напряжение выражается через телесные симптомы
8. Какой психосоматический паттерн чаще всего проявляется через лишний вес и склонность к накопительству?
 - А) Паттерн отвержения
 - Б) Паттерн вины
 - В) Паттерн выживания
 - Г) Паттерн нереализованного потенциала
9. Какое заболевание чаще всего может быть связано с паттерном отвержения, передающимся по Роду?
 - А) Головные боли
 - Б) Проблемы с кожей (экзема, псориаз)
 - В) Бронхиальная астма
 - Г) Повышенное артериальное давление
10. Какая эмоция чаще всего ассоциируется с заболеваниями желудочно-кишечного тракта?

- А) Зависть
- Б) Грусть
- В) Тревога
- Г) Радость

11. Что из перечисленного может способствовать повышенному артериальному давлению?

- А) Подавленный гнев
- Б) Переедание
- В) Радость
- Г) Физическая усталость

12. Что может указывать на родовую, а не только личную природу психосоматического симптома?

- А) Симптом проявляется только после физической нагрузки.
- Б) Симптом возникает исключительно в отпуске.
- В) Симптом проявляется в одно и то же время года без объективных причин и связан с трагическим событием в истории Рода.
- Г) Симптом исчезает при приеме витаминов.