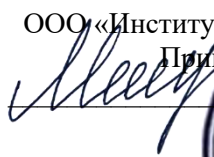


ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ИНСТИТУТ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ»

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО «Институт фундаментальной и
Прикладной психологии»
Мосунова К.А.
«23» марта 2026 г.



Дополнительная профессиональная программа
(программа повышения квалификации
дополнительного профессионального образования)

**«Практическая гипнотерапия: интегративный подход»
(120 ак. ч.)**

Автор-составитель:
К.А. Мосунова

г. Воскресенск
2026 год

Содержание:

1	Общая характеристика программы	3
2	Требования к уровню подготовки специалистов.....	6
3	Планируемые результаты обучения.....	7
4	Содержание и организация образовательного процесса.....	12
4.1	Учебный план.....	12
4.2	Учебно-тематический план.....	12
4.3	Календарный учебный график.....	16
4.4	Содержание рабочих программ.....	16
5	Формы аттестации и оценка результатов освоения программы.....	47
5.1	Форма аттестации.....	47
5.3.	Оценочные материалы.....	48
6	Организационно-педагогические условия обучения.....	48
6.1	Учебно-методическое обеспечение программы	48
6.2	Материально-техническое обеспечение реализации обучения	49
	Приложение №1.....	50

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 24 марта 2025 г. № 266 г. «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 Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 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: формирование у слушателей системных компетенций в области клинического гипноза, освоение техник наведения транса и терапевтического внушения для работы с психосоматическими расстройствами, тревожными состояниями и поведенческими паттернами.

Задачи программы:

- изучить определение транса как естественного состояния, классификацию феноменов транса, понятие раппорта;
- научиться распознавать бытовые трансовые состояния у себя и окружающих без использования слов; фиксировать признаки транса;
- изучить ключевые этапы эволюции гипноза от месмеризма до нейронауки; вклад российской физиологической школы и эриксоновской революции;
- изучить различия между двумя основными современными парадигмами теории транса (например, диссоциативной и социально-когнитивной);
- изучить суть диссоциативной, нейрофизиологической, социально-когнитивной моделей и интегративного подхода;
- научиться анализировать жизненные ситуации на предмет признаков «естественного транса» или высокой гипнабельности;
- изучить критерии ИСС, их нейрокорреляты и физиологические проявления;
- научиться классифицировать признаки измененного состояния на субъективные (феноменологические) и объективные (наблюдаемые извне);
- изучить четыре фазы транса, главный принцип гипнотерапии;
- научиться приводить примеры из жизни, иллюстрирующие свойства бессознательного (например, работа с временной линией, автоматизмы); разбирать структуру гипнотических внушений;
- изучить классические и современные модели взаимодействия сознательных и бессознательных процессов;
- научиться формулировать недирективные внушения, адресованные трансперсональному/соматическому уровню психики клиента, используя метафоры;
- изучить понятие репрезентативной системы, предикаты, ВАК (визуал, аудиал, кинестетик), глазодвигательные паттерны;
- научиться подстраиваться под ведущую репрезентативную систему клиента; составлять короткие тексты внушений с переходом по сенсорным каналам;
- изучить иерархию уровней: окружение, поведение, способности, убеждения, идентичность, миссия;

- научиться проводить диагностику уровня проблемы через вопросы; определять оптимальный уровень для начала терапевтической работы;
- изучить абсолютные и относительные противопоказания к гипнозу, защитные механизмы психики, юридические аспекты;
- научиться выявлять этические ловушки в работе специалиста; действовать согласно протоколу при обнаружении сопротивления клиента;
- изучить роль ретикулярной формации, таламуса и лимбической системы во внушении;
- научиться формулировать практические выводы («Я буду... / Я не буду...») для реальной сессии на основе нейробиологических данных;
- изучить специфику работы с группами риска;
- научиться применять алгоритм действий при подозрении на медицинские противопоказания;
- изучить специфику работы с группами риска;
- научиться применять алгоритм действий при подозрении на медицинские противопоказания;
- освоить практические навыки дифференциальной диагностики естественного бытового транса от терапевтического гипнотического состояния через наблюдение за феноменом раппорта и диссоциацией;
- освоить практические навыки разработки структуры диагностической беседы;
- научиться формулировать вопросы для выявления абсолютных и относительных противопоказаний (судороги, психозы), а также собирать анамнез ожиданий клиента;
- освоить практические навыки считывания микросаккад глаз, изменения паттерна дыхания, микромускульного напряжения и каталепсии;
- научиться сопоставлять эти сигналы с глубиной транса у партнера в реальном времени;
- изучить, как менялось понимание раппорта в истории, его нейрофизиологию, структурные компоненты и уровни;
- научиться объективно определять маркеры глубокого раппорта;
- изучить понятие, структуру, виды якорей и четыре этапа их установки;
- научиться выявлять нарушение этапов постановки якоря в практической ситуации; выбирать тип якоря для фобии под самостоятельное применение клиентом;
- изучить три типа нарушений в мета-модели, способы превращения закрытых вопросов в открытые и три базовых инструмента Милтон-модели;
- научиться трансформировать закрытую фразу клиента в открытое трансовое внушение с использованием номинализаций;
- изучить значение и параметры гипнотического голоса;
- научиться расставлять голосовые акценты, выбирая главный параметр, а также понимать вред конкретных голосовых ошибок;
- изучить два подхода к наведению транса -- директивный и эриксоновский, -- эволюцию техник, критические отличия в вербальной подаче;
- научиться сравнивать скорость наступления транса при разных техниках;
- изучить понятие моноидеизма, два класса фиксации, критерии выбора объекта и правила безопасности;
- научиться проводить сравнительный анализ скорости наступления транса при внешней и внутренней фиксации;
- изучить основы метода, три уровня фракционирования и протоколы безопасности;
- научиться подбирать ритм фракционирования под нейротип клиента;
- изучить три нейрофизиологических механизма депотенциализации, индикаторы её успешности и четыре критические ошибки применения;
- научиться формулировать абсурдные вопросы без логического ответа для создания «зависания» активного сознания клиента;
- изучить инструменты углубления, шкалу глубины транса по физиологическим признакам;
- научиться соотносить признаки с конкретным уровнем транса и давать короткие инструкции для фракционирования;
- изучить роль вегетативной нервной системы (ВНС), три её отдела и признаки «Синдрома перехода»;
- научиться оценивать адекватность продолжения сессии по частоте дыхания и мышечному тону;
- изучить основы метода, типы сигналов, ограничения и пошаговый протокол «Чёткий ответ»;

- научиться устанавливать сигналы «ДА» и «НЕТ» по протоколу «Два пальца», проводить калибровочный тест и составлять диагностические вопросы бессознательному для сужения круга причин симптома;
- изучить три универсальных принципа любого углубления, методы углубления и индикаторы для остановки процесса;
- научиться выявлять ошибки преждевременного углубления, объяснять их клиенту простыми словами и формулировать пре-тесты из опросника Шора для оценки абсорбции перед сессией;
- изучить практические советы по выбору стратегии наведения под конкретный психотип клиента и отработку переходов между стилями коммуникации;
- освоить практические навыки проведения полных циклов индукции во всех трех стилях;
- научиться удерживать темп речи и выстраивать синтаксис внушений без речевых запинок;
- освоить практические навыки вокальной модуляции — управления тембром, темпом и паузами для плавного углубления состояния и вывода из него по запросу;
- освоить практические навыки построения бессознательного раппорта через синхронизацию позы, жестов и ритма дыхания собеседника до ощущения автоматического присоединения;
- изучить четыре фазы гипнотерапевтической сессии;
- изучить практический тайминг каждой фазы;
- научиться классифицировать действия специалиста по этапам сессии и определять самую критическую фазу с точки зрения безопасности клиента;
- изучить принципы правильной постановки цели в гипнозе, четырехшаговый протокол работы с целью и типичные ошибки при её формировании;
- научиться переформулировать негативный запрос в конструктивную цель; называть поведенческий критерий для абстрактной цели;
- изучить общий механизм работы косвенных внушений, их типы и роль метафоры как развёрнутого внушения;
- научиться трансформировать прямое внушение в косвенное через пресуппозицию;
- изучить три критерия терапевтической метафоры;
- научиться анализировать готовую метафору на предмет нарушения принципов и создавать новую метафору под конкретный запрос, сохраняя изоморфизм структуры проблемы;
- изучить общие механизмы работы языковых паттернов Милтона Эриксона и отличия между трюизмом, пресуппозицией и двойной связкой;
- научиться идентифицировать паттерны во фразах собеседника и формулировать трюизмы;
- изучить понятие постгипнотического внушения (ПГВ), правила внедрения якорей запуска и форматы долгосрочных ПГВ;
- научиться составлять постгипнотические внушения по формуле «Триггер – Реакция – Интенсивность»;
- изучить понятие моста в гипнотерапии, его типы и показания к применению;
- научиться выбирать тип моста исходя из первичного канала реакции клиента и использовать ключевые фразы-проводники;
- изучить ключевую роль интеграции в терапии и четырёхшаговый протокол объединения разрозненного опыта;
- научиться проводить клиента по всем четырем шагам протокола от диссоциации к полной сомато-эмоциональной сборке нового состояния;
- изучить общий алгоритм работы с психосоматическим симптомом и пошаговые протоколы для дерматитов и других реакций;
- научиться формулировать фразы для ресурсного вмешательства при работе с кожными реакциями;
- освоить практические навыки конструирования терапевтических сказок по принципу изоморфизма и их экологичной интеграции в ткань сеанса;
- освоить практические навыки безопасного сопровождения клиента к первопричине симптома через эмоциональные якоря;
- научиться удерживать ресурсное состояние при контакте с травмирующим материалом;
- освоить практические навыки адаптации универсальных сюжетов под индивидуальные запросы клиентов;
- освоить практические навыки тайм-менеджмента гипносессии и подбора протоколов под диагнозы;

- изучить понятие возрастной регрессии, нейробиологические механизмы доступа к памяти и восьмьюшаговый алгоритм регрессии к ресурсу;
- научиться выстраивать все восемь шагов алгоритма в правильной последовательности для безопасного извлечения ресурсов прошлого.
- изучить общие понятия ключевой травмы, методы её диагностики и трансформации;
- научиться применять технику «Зал безопасности и экран» для безопасной диссоциации клиента от тяжелого материала ключевого события;
- изучить цель и задачи гипнотической прогрессии, инструменты создания образа будущего;
- научиться применять технику «Четыре измерения желаемого будущего» (видеть, слышать, чувствовать, думать в точке успеха) для закрепления новых поведенческих стратегий;
- изучить нейробиологию и психологию формирования ложных воспоминаний, правила безопасной практики и ведения документации;
- научиться переформулировать закрытые наводящие вопросы в открытые этически безопасные конструкции;
- изучить типологию боли, вербальные протоколы гипноаналгезии и границы применения техник обезболивания;
- научиться принимать решение о начале работы с хронической болью только после проверки медицинских заключений об отсутствии органической патологии;
- изучить архитектуру гипнотической речи, механизм трансдукции (перехода между состояниями) и множественные связи;
- научиться конструировать тройную спираль для клиентов-интеллектуалов, которые много анализируют, но не чувствуют, для депотенциализации их критического мышления;
- изучить профессиональные протоколы работы с острой и хронической болью разной интенсивности;
- научиться корректно реагировать на запросы снять боль высокой интенсивности без врача, объясняя клиенту необходимость медицинской диагностики перед глубокой работой с симптомом;
- изучить базовые опоры профессионального самогипноза, признаки начинающегося выгорания и важность гигиены контакта;
- научиться применять универсальный протокол входа в самогипноз для быстрой стабилизации собственного состояния после тяжёлой клиентской сессии;
- изучить универсальные протоколы входа в ресурсное состояние и техники экстренной самопомощи.
- научиться выполнять быстрое восстановление ресурсного состояния методом идеомоторного сигналинга для снятия сомнений в собственной компетентности;
- изучить понятие автономной работы, признаки готовности клиента к завершению терапии и роль дневников самонаблюдения;
- научиться делать рефрейминг страха самостоятельности, опираясь на успехи клиента, и составлять план постепенной передачи ответственности за результат самому человеку;
- освоить практические навыки вербальной аналгезии, техники работы с субмодальностями боли (изменение цвета, температуры, плотности ощущения) и протоколы экстренного обезболивания;
- освоить практические навыки записи, монтажа и лингвистически грамотного оформления аудиофайлов для домашней работы клиентов;
- освоить практические навыки возрастной прогрессии и поиска скрытых ресурсов личности в прошлом для использования их в качестве опоры при решении текущих проблем.

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

Объём программы – 120 ак. часов из них: лекционная часть (аудиторная работа) – 44,5 ак. часов; практическая часть – 53,5 ак. часов, самостоятельная работа – 22 ак. часа.

По завершению программы предусмотрена итоговая аттестация – 2 ак. часов.

Продолжительность обучения – 3 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 «Психология», «Клиническая психология».

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

№	Компетенция	Направление подготовки
		37.03.01
		Код компетенции
1	Способен применять методы сбора, анализа интерпретации эмпирических данных в соответствии с поставленной задачей, оценивать достоверность эмпирических данных и обоснованность выводов научных исследований	ОПК-2
2	Способен выбирать адекватные, надёжные и валидные количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики	ОПК-3
3	Способен 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	ОПК-4

№	Компетенция	Направление подготовки
		37.05.01
		Код компетенции
1	Способен применять научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения	ОПК-2
2	Способен вести протокол и составлять заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы, а также представлять обратную связь по запросу заказчика	ОПК-4
3	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-5
4	Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога	ОПК-6
5	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	ОПК-9

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)

В результате освоения Программы слушатели должны знать:

- определение транса как естественного состояния, классификацию феноменов транса, понятие раппорта;

- ключевые этапы эволюции гипноза от месмеризма до нейронауки; вклад российской физиологической школы и эриксоновской революции;
- различия между двумя основными современными парадигмами теории транса (например, диссоциативной и социально-когнитивной);
- суть диссоциативной, нейрофизиологической, социально-когнитивной моделей и интегративного подхода;
- критерии ИСС, их нейрокорреляты и физиологические проявления;
- четыре фазы транса, главный принцип гипнотерапии;
- классические и современные модели взаимодействия сознательных и бессознательных процессов;
- понятие репрезентативной системы, предикаты, ВАК (визуал, аудиал, кинестетик), глазодвигательные паттерны;
- иерархию уровней: окружение, поведение, способности, убеждения, идентичность, миссия;
- абсолютные и относительные противопоказания к гипнозу, защитные механизмы психики, юридические аспекты;
- роль ретикулярной формации, таламуса и лимбической системы во внушении;
- специфику работы с группами риска;
- специфику работы с группами риска;
- как менялось понимание раппорта в истории, его нейрофизиологию, структурные компоненты и уровни;
- понятие, структуру, виды якорей и четыре этапа их установки;
- три типа нарушений в мета-модели, способы превращения закрытых вопросов в открытые и три базовых инструмента Милтон-модели;
- значение и параметры гипнотического голоса;
- два подхода к наведению транса -- директивный и эриксоновский, -- эволюцию техник, критические отличия в вербальной подаче;
- понятие моноидеизма, два класса фиксации, критерии выбора объекта и правила безопасности;
- основы метода, три уровня фракционирования и протоколы безопасности;
- три нейрофизиологических механизма депотенциализации, индикаторы её успешности и четыре критические ошибки применения;
- инструменты углубления, шкалу глубины транса по физиологическим признакам;
- роль вегетативной нервной системы (ВНС), три её отдела и признаки «Синдрома перехода»;
- основы метода, типы сигналов, ограничения и пошаговый протокол «Чёткий ответ»;
- три универсальных принципа любого углубления, методы углубления и индикаторы для остановки процесса;
- практические советы по выбору стратегии наведения под конкретный психотип клиента и отработку переходов между стилями коммуникации;
- четыре фазы гипнотерапевтической сессии;
- практический тайминг каждой фазы;
- принципы правильной постановки цели в гипнозе, четырехшаговый протокол работы с целью и типичные ошибки при её формировании;
- общий механизм работы косвенных внушений, их типы и роль метафоры как развёрнутого внушения;
- три критерия терапевтической метафоры;
- общие механизмы работы языковых паттернов Милтона Эриксона и отличия между трионизмом, пресуппозицией и двойной связкой;
- понятие постгипнотического внушения (ПГВ), правила внедрения якорей запуска и форматы долгосрочных ПГВ;
- понятие моста в гипнотерапии, его типы и показания к применению;
- ключевую роль интеграции в терапии и четырёхшаговый протокол объединения разрозненного опыта;
- общий алгоритм работы с психосоматическим симптомом и пошаговые протоколы для дерматитов и других реакций;
- понятие возрастной регрессии, нейробиологические механизмы доступа к памяти и восьмьюшаговый алгоритм регрессии к ресурсу;
- общие понятия ключевой травмы, методы её диагностики и трансформации;
- цель и задачи гипнотической прогрессии, инструменты создания образа будущего;

- нейробиологию и психологию формирования ложных воспоминаний, правила безопасной практики и ведения документации;
- типологию боли, вербальные протоколы гипноаналгезии и границы применения техник обезболивания;
- архитектуру гипнотической речи, механизм трансдукции (перехода между состояниями) и множественные связи;
- профессиональные протоколы работы с острой и хронической болью разной интенсивности;
- базовые опоры профессионального самогипноза, признаки начинающегося выгорания и важность гигиены контакта;
- универсальные протоколы входа в ресурсное состояние и техники экстренной самопомощи. - научиться выполнять быстрое восстановление ресурсного состояния методом идеомоторного сигналинга для снятия сомнений в собственной компетентности;
- понятие автономной работы, признаки готовности клиента к завершению терапии и роль дневников самонаблюдения.

В результате освоения Программы **слушатели должны уметь:**

- применять знания работы с гипнозом и проведения гипнотерапевтической сессии;
- распознавать бытовые трансовые состояния у себя и окружающих без использования слов; фиксировать признаки транса;
- анализировать жизненные ситуации на предмет признаков «естественного транса» или высокой гипнабельности;
- классифицировать признаки измененного состояния на субъективные (феноменологические) и объективные (наблюдаемые извне);
- приводить примеры из жизни, иллюстрирующие свойства бессознательного (например, работа с временной линией, автоматизмы); разбирать структуру гипнотических внушений;
- формулировать недирективные внушения, адресованные трансперсональному/соматическому уровню психики клиента, используя метафоры;
- подстраиваться под ведущую репрезентативную систему клиента; составлять короткие тексты внушений с переходом по сенсорным каналам;
- проводить диагностику уровня проблемы через вопросы; определять оптимальный уровень для начала терапевтической работы;
- выявлять этические ловушки в работе специалиста; действовать согласно протоколу при обнаружении сопротивления клиента;
- формулировать практические выводы («Я буду... / Я не буду...») для реальной сессии на основе нейробиологических данных;
- применять алгоритм действий при подозрении на медицинские противопоказания;
- применять алгоритм действий при подозрении на медицинские противопоказания;
- формулировать вопросы для выявления абсолютных и относительных противопоказаний (судороги, психозы), а также собирать анамнез ожиданий клиента;
- сопоставлять эти сигналы с глубиной транса у партнера в реальном времени;
- объективно определять маркеры глубокого раппорта;
- выявлять нарушение этапов постановки якоря в практической ситуации; выбирать тип якоря для фобии под самостоятельное применение клиентом;
- трансформировать закрытую фразу клиента в открытое трансовое внушение с использованием номинализаций;
- расставлять голосовые акценты, выбирая главный параметр, а также понимать вред конкретных голосовых ошибок;
- сравнивать скорость наступления транса при разных техниках;
- проводить сравнительный анализ скорости наступления транса при внешней и внутренней фиксации;
- подбирать ритм фракционирования под нейротип клиента;
- формулировать абсурдные вопросы без логического ответа для создания «зависания» активного сознания клиента;
- соотносить признаки с конкретным уровнем транса и давать короткие инструкции для фракционирования;
- оценивать адекватность продолжения сессии по частоте дыхания и мышечному тону;
- устанавливать сигналы «ДА» и «НЕТ» по протоколу «Два пальца», проводить калибровочный тест и составлять диагностические вопросы бессознательному для сужения круга причин симптома;

- выявлять ошибки преждевременного углубления, объяснять их клиенту простыми словами и формулировать пре-тесты из опросника Шора для оценки абсорбции перед сессией;
- удерживать темп речи и выстраивать синтаксис внушений без речевых запинок;
- классифицировать действия специалиста по этапам сессии и определять самую критическую фазу с точки зрения безопасности клиента;
- переформулировать негативный запрос в конструктивную цель; называть поведенческий критерий для абстрактной цели;
- трансформировать прямое внушение в косвенное через пресуппозицию;
- анализировать готовую метафору на предмет нарушения принципов и создавать новую метафору под конкретный запрос, сохраняя изоморфизм структуры проблемы;
- идентифицировать паттерны во фразах собеседника и формулировать трюизмы;
- составлять постгипнотические внушения по формуле «Триггер – Реакция – Интенсивность»;
- выбирать тип моста исходя из первичного канала реакции клиента и использовать ключевые фразы-проводники;
- проводить клиента по всем четырем шагам протокола от диссоциации к полной сомато-эмоциональной сборке нового состояния;
- формулировать фразы для ресурсного вмешательства при работе с кожными реакциями;
- удерживать ресурсное состояние при контакте с травмирующим материалом;
- выстраивать все восемь шагов алгоритма в правильной последовательности для безопасного извлечения ресурсов прошлого;
- применять технику «Зал безопасности и экран» для безопасной диссоциации клиента от тяжелого материала ключевого события;
- применять технику «Четыре измерения желаемого будущего» (видеть, слышать, чувствовать, думать в точке успеха) для закрепления новых поведенческих стратегий;
- переформулировать закрытые наводящие вопросы в открытые этически безопасные конструкции;
- принимать решение о начале работы с хронической болью только после проверки медицинских заключений об отсутствии органической патологии;
- конструировать тройную спираль для клиентов-интеллектуалов, которые много анализируют, но не чувствуют, для депотенциализации их критического мышления;
- корректно реагировать на запросы снять боль высокой интенсивности без врача, объясняя клиенту необходимость медицинской диагностики перед глубокой работой с симптомом;
- применять универсальный протокол входа в самогипноз для быстрой стабилизации собственного состояния после тяжелой клиентской сессии;
- делать рефрейминг страха самостоятельности, опираясь на успехи клиента, и составлять план постепенной передачи ответственности за результат самому человеку.

В результате освоения Программы **слушатели должны владеть:**

- знаниями работы с гипнозом и проведения гипнотерапевтической сессии;
- практическими навыками дифференциальной диагностики естественного бытового транса от терапевтического гипнотического состояния через наблюдение за феноменом раппорта и диссоциацией;
- практическими навыками разработки структуры диагностической беседы;
- практическими навыками считывания микросаккад глаз, изменения паттерна дыхания, микромускульного напряжения и каталепсии;
- практическими навыками проведения полных циклов индукции во всех трех стилях;
- практическими навыками вокальной модуляции — управления тембром, темпом и паузами для плавного углубления состояния и вывода из него по запросу;
- практическими навыками построения бессознательного раппорта через синхронизацию позы, жестов и ритма дыхания собеседника до ощущения автоматического присоединения;
- практическими навыками конструирования терапевтических сказок по принципу изоморфизма и их экологичной интеграции в ткань сеанса;
- практическими навыками безопасного сопровождения клиента к первопричине симптома через эмоциональные якоря;
- практическими навыками адаптации универсальных сюжетов под индивидуальные запросы клиентов;
- практическими навыками тайм-менеджмента гипносессии и подбора протоколов под диагноз;

- практическими навыками вербальной анальгезии, техники работы с субмодальностями боли (изменение цвета, температуры, плотности ощущения) и протоколы экстренного обезболивания;
- практическими навыками записи, монтажа и лингвистически грамотного оформления аудиофайлов для домашней работы клиентов;
- практическими навыками возрастной прогрессии и поиска скрытых ресурсов личности в прошлом для использования их в качестве опоры при решении текущих проблем.

Область профессиональной деятельности слушателя, прошедшего обучение по программе повышения квалификации дополнительного профессионального образования «Практическая гипнотерапия: интегративный подход» 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	
Вводный модуль	0,5	0,5	-	-	
Модуль 1. Теоретические основы гипноза и измененных состояний сознания	33	12	15	6	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Модуль 2. Технологии наведения транса и установления раппорта	32,5	12	14,5	6	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Модуль 3. Гипнотерапевтические интервенции и работа с запросом	26	10	11	5	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Модуль 4. Расширенные гипнотехники и интеграция подходов	26	10	11	5	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Итоговая аттестация	2	-	2	-	
ИТОГО	120	44,5	53,5	22	

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	
Вводный модуль		0,5	0,5	-	-	
1	Вводный урок	0,5	0,5	-	-	
Модуль 1. Теоретические основы гипноза и измененных состояний сознания		33	12	15	6	
1	Феноменология транса	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №1
2	История развития гипноза: от месмеризма к нейронауке	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №2
3	Современные модели транса: диссоциативная, нейрофизиологическая, социально-когнитивная	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №3
4	Изменённые состояния сознания: критерии, нейрокорреляты, физиологические проявления	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №4
5	Сознательное и бессознательное в терапевтическом процессе	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №5
6	Архитектура психики: функциональное взаимодействие сознательных и бессознательных процессов	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №6
7	Репрезентативные системы и сенсорные каналы: предикаты, глагодвигательные паттерны	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №7
8	Модель логических уровней (по Р. Дилтсу) в гипнотерапии	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №8
9	Психофизиология и безопасность гипнотического воздействия	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №9
10	Нейробиология внушаемости: роль ретикулярной формации, лимбической системы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №10
11	Противопоказания и критерии безопасности: конверсионные расстройства, эпилепсия, психотический спектр	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №11
12	Экологическая проверка изменений: критерии устойчивости и интеграции	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №12
13	Эфир: «Феноменология транса: как распознать изменённое состояние у клиента»	1	-	1	-	

14	Итоговое задание к модулю 1	2	-	2	-	Промежуточная аттестация
Модуль 2. Технологии наведения транса и установления раппорта		32,5	12	14,5	6	
1	Раппорт как основа гипнотического взаимодействия	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №13
2	Вербальные и невербальные якоря: присоединение, ведение, синхронизация	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №14
3	Мета-моделирование речи клиента: сбор информации через открытые вопросы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №15
4	Управление семантическим полем: работа с голосом, темпом, паузами	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №16
5	Классические и современные техники наведения транса	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №17
6	Моноидеизм: фиксация на внутреннем или внешнем объекте	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №18
7	Фракционный метод (индукция через чередование открывания/закрывания глаз)	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №19
8	Депотенциализация сознания: техники когнитивной перегрузки, разрыва шаблона, парадоксальные инструкции	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №20
9	Индикаторы транса и углубление состояния	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №21
10	Наблюдение за вегетативными реакциями: дыхание, тонус мышц, сосудистый рисунок	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №22
11	Использование идеомоторного сигналинга для обратной связи	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №23
12	Методы углубления: счет, левитация руки, спуск по лестнице, метафоры погружения	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №24
13	Эфир «Три способа наведения транса: директивный, эриксоновский, непрямой»	1	-	1	-	
14	Итоговое задание к модулю 2	1,5	-	1,5	-	Промежуточная аттестация
Модуль 3. Гипнотерапевтические интервенции и работа с запросом		26	10	11	5	
1	Структура гипнотерапевтической сессии	2	1	0,5	0,5	Практическое задание №25
2	Этапы: пре-интервью, наведение,	2	1	0,5	0,5	Практическое задание №26

	терапевтическая работа, возвращение, пост-обсуждение					
3	Постановка цели: экологичность, позитивная формулировка, критерии достижимости	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №27
4	Косвенные и метафорические внушения	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №28
5	Принципы построения метафор: изоморфизм, ресурсное наполнение, завершённость	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №29
6	Использование трюизмов, пресуппозиций, двойных связей	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №30
7	Постгипнотические внушения: формулировки, временные якоря	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №31
8	Аффективный и соматический мост. Техника «мостик» для доступа к этиологии симптома	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №32
9	Интеграция эмоционального и телесного опыта в трансе	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №33
10	Работа с психосоматическими паттернами: головная боль, дерматиты, функциональные расстройства	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №34
11	Эфир «Метафора как инструмент гипнотерапии: создание и встраивание»	1	-	1	-	
12	Итоговое задание к модулю 3	1	-	1	-	Промежуточная аттестация
Модуль 4. Расширенные гипнотехники и интеграция подходов		26	10	11	5	
1	Возрастная регрессия и прогрессия	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №35
2	Регрессия к ключевому событию: техники возврата, работа с ресурсами	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №36
3	Прогрессия в будущее: моделирование желаемого поведения, «фильм жизни»	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №37
4	Этические аспекты работы с ложными воспоминаниями	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №38
5	Специализированные техники	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №39
6	Тройная спираль Милтона Эриксона (трандукция через множественные связи)	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №40
7	Гипноанестезия и гипноаналгезия:	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №41

	вербальные и невербальные протоколы					
8	Самогипноз и профилактика выгорания	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №42
9	Техники самогипноза для терапевта: восстановление, креативность, эмоциональная регуляция	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №43
10	Формирование у клиента навыков автономной работы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №44
11	Итоговое задание к модулю 4	1	-	1	-	Промежуточная аттестация
Итоговая аттестация		2	-	2	-	
ИТОГО:						

4.3. Календарный учебный график

Номер недели	Часы					
	Вводный модуль	1	2	3	4	Итоговая аттестация
1	Л					
2		Л, П, ПА, СР				
3		Л, П, ПА, СР				
4		Л, П, ПА, СР				
5			Л, П, ПА, СР			
6			Л, П, ПА, СР			
7			Л, П, ПА, СР			
8				Л, П, ПА, СР		
9				Л, П, ПА, СР		
10				Л, П, ПА, СР		
11					Л, П, ПА, СР	
12					Л, П, ПА, СР	ИА

Л-видео-лекции; П – практические задания, ПА – промежуточная аттестация; ИА – итоговая аттестация; СР – самостоятельная работа.

4.4. Содержание рабочих программ.

Вводный модуль.

Цель модуля – обеспечения знаниями о ключевых этапах в прохождении курса, постановка цели и определение ресурсов и мотивации для обучения.

Задачи:

- познакомить обучающихся с программой курса, формами обучения;
- освоить навыки работы с учебной платформой;
- познакомить обучающихся с их правами и обязанностями, условиями обучения.

Объем модуля:

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

Содержание программы:

Занятие 1. Вводный урок	<i>Теория</i>	Зачем этот курс. Что такое гипноз и стоит ли его бояться. Что вас ждет на курсе. Советы для успешного обучения.
-----------------------------------	---------------	---

Оценочные материалы

В модуле не предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

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.

Модуль 1. Теоретические основы гипноза и измененных состояний сознания.

Цель модуля – освоить теоретические основы гипноза и изменённых состояний сознания: феноменологию транса, историю гипноза, современные модели, архитектуру психики, репрезентативные системы, моделью логических уровней Дилтса, противопоказания и критерии безопасности. Научиться калибровать индикаторы транса: каталепсия, микросаккады, дыхание.

Задачи:

- изучить определение транса как естественного состояния, классификацию феноменов транса, понятие раппорта;
- научиться распознавать бытовые трансовые состояния у себя и окружающих без использования слов; фиксировать признаки транса;
- изучить ключевые этапы эволюции гипноза от месмеризма до нейронауки; вклад российской физиологической школы и эриксоновской революции;
- изучить различия между двумя основными современными парадигмами теории транса (например, диссоциативной и социально-когнитивной);
- изучить суть диссоциативной, нейрофизиологической, социально-когнитивной моделей и интегративного подхода;
- научиться анализировать жизненные ситуации на предмет признаков «естественного транса» или высокой гипнабельности;
- изучить критерии ИСС, их нейрокорреляты и физиологические проявления;
- научиться классифицировать признаки измененного состояния на субъективные (феноменологические) и объективные (наблюдаемые извне);
- изучить четыре фазы транса, главный принцип гипнотерапии;
- научиться приводить примеры из жизни, иллюстрирующие свойства бессознательного (например, работа с временной линией, автоматизмы); разбирать структуру гипнотических внушений;
- изучить классические и современные модели взаимодействия сознательных и бессознательных процессов;
- научиться формулировать недирижабельные внушения, адресованные трансперсональному/соматическому уровню психики клиента, используя метафоры;
- изучить понятие репрезентативной системы, предикаты, ВАК (визуал, аудиал, кинестетик), глазодвигательные паттерны;
- научиться подстраиваться под ведущую репрезентативную систему клиента; составлять короткие тексты внушений с переходом по сенсорным каналам;
- изучить иерархию уровней: окружение, поведение, способности, убеждения, идентичность, миссия;
- научиться проводить диагностику уровня проблемы через вопросы; определять оптимальный уровень для начала терапевтической работы;
- изучить абсолютные и относительные противопоказания к гипнозу, защитные механизмы психики, юридические аспекты;
- научиться выявлять этические ловушки в работе специалиста; действовать согласно протоколу при обнаружении сопротивления клиента;
- изучить роль ретикулярной формации, таламуса и лимбической системы во внушении;

- научиться формулировать практические выводы («Я буду... / Я не буду...») для реальной сессии на основе нейробиологических данных;
- изучить специфику работы с группами риска;
- научиться применять алгоритм действий при подозрении на медицинские противопоказания;
- изучить специфику работы с группами риска;
- научиться применять алгоритм действий при подозрении на медицинские противопоказания;
- освоить практические навыки дифференциальной диагностики естественного бытового транса от терапевтического гипнотического состояния через наблюдение за феноменом раппорта и диссоциацией;
- освоить практические навыки разработки структуры диагностической беседы;
- научиться формулировать вопросы для выявления абсолютных и относительных противопоказаний (судороги, психозы), а также собирать анамнез ожиданий клиента;
- освоить практические навыки считывания микросаккад глаз, изменения паттерна дыхания, микромышечного напряжения и каталепсии;
- научиться сопоставлять эти сигналы с глубиной транса у партнера в реальном времени.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Феноменология транса	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №1
2	История развития гипноза: от месмеризма к нейронауке	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №2
3	Современные модели транса: диссоциативная, нейрофизиологическая, социально-когнитивная	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №3
4	Изменённые состояния сознания: критерии, нейрокорреляты, физиологические проявления	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №4
5	Сознательное и бессознательное в терапевтическом процессе	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №5
6	Архитектура психики: функциональное взаимодействие сознательных и бессознательных процессов	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №6
7	Репрезентативные системы и сенсорные каналы: предикаты, глазодвигательные паттерны	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №7
8	Модель логических уровней (по Р. Дилтсу) в гипнотерапии	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №8
9	Психофизиология и безопасность гипнотического воздействия	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №9
10	Нейробиология внушаемости: роль ретикулярной формации, лимбической системы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №10

11	Противопоказания и критерии безопасности: конверсионные расстройства, эпилепсия, психотический спектр	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №11
12	Экологическая проверка изменений: критерии устойчивости и интеграции	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №12
13	Эфир: «Феноменология транса: как распознать изменённое состояние у клиента»	1	-	1	-	
14	Итоговое задание к модулю 1	2	-	2	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		33	12	15	6	

Содержание программы:

Занятие 1. Феноменология транса	<i>Теория</i>	Транс как естественное состояние. Классификация феноменов транса. Распознавание транса без слов. Бытовой транс. Феномен «Раппорт».
	<i>Практика</i>	Практическое задание №1
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Феноменология транса в практике. - Транс или патология.
Занятие 2. История развития гипноза: от месмеризма к нейронауке	<i>Теория</i>	От храмового сна к магнетизму. Рождение научного гипноза в XIX веке. «Золотой век» гипноза. Физиологическая школа гипноза в России. Эриксоновская революция. Нейронаука и доказательная медицина.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №2
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - История и нейробиология гипноза.
Занятие 3. Современные модели транса: диссоциативная, нейрофизиологическая, социально-когнитивная	<i>Теория</i>	Диссоциативная модель. Нейрофизиологическая модель. Социально-когнитивная модель. Интегративный подход.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №3
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - История и критика диссоциативной модели.
Занятие 4. Изменённые состояния сознания: критерии, нейрокорреляты, физиологические проявления	<i>Теория</i>	Определение и границы ИСС. Различия ИСС и «обычного» сознания. Нейрокорреляты ИСС. Физиологические проявления ИСС.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №4
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Глоссарий и практические инструменты для работы с ИСС. - Статья «ЭЭГ-паттерны в гипнотических состояниях».
Занятие 5. Сознательное и бессознательное в терапевтическом процессе	<i>Теория</i>	Мощность бессознательного против узости сознания. Четыре фазы транса. Главный принцип гипнотерапии.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №5
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Бессознательное в гипнотерапии. - Путь к пониманию бессознательного от Фрейда до нейронауки.
Занятие 6. Архитектура психики: функциональное взаимодействие сознательных и бессознательных процессов	<i>Теория</i>	Классические модели понимания психики. Современные данные о сознании и бессознательном. Функциональное взаимодействие сознания и бессознательного.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №6
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Трехуровневая модель для практической работы.
Занятие 7.	<i>Теория</i>	Репрезентативная система. Предикаты как языковые маркеры репрезентативных систем. Глазодвигательные паттерны.

Репрезентативные системы и сенсорные каналы: предикаты, глагольные паттерны	<i>Практика</i>	Практическое задание №7
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Репрезентативные системы в действии.
Занятие 8. Модель логических уровней (по Р. Дилтсу) в гипнотерапии	<i>Теория</i>	Роберт Дилтс и иерархия нервной системы. Как уровни влияют друг на друга. Диагностика уровня проблемы через гипнотические вопросы.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №8
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практическое применение модели логических уровней.
Занятие 9. Психофизиология и безопасность гипнотического воздействия	<i>Теория</i>	Абсолютные и относительные противопоказания к гипнозу. Защитные механизмы психики. Мониторинг состояния. Юридическая безопасность.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №9
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Безопасность специалиста и оперативные протоколы.
Занятие 10. Нейробиология внушаемости: роль ретикулярной формации, лимбической системы	<i>Теория</i>	Ретикулярная формация. Таламус. Лимбическая система. Взаимодействие ретикулярной формации, таламуса и лимбической системы.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №10
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практическая нейробиология.
Занятие 11. Противопоказания и критерии безопасности: конверсионные расстройства, эпилепсия, психотический спектр	<i>Теория</i>	Общие принципы безопасности в гипнотерапии. Конверсионные расстройства. Эпилепсия. Психотический спектр. Другие относительные противопоказания.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №11
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Инструменты безопасной работы.
Занятие 12. Экологическая проверка изменений: критерии устойчивости и интеграции	<i>Теория</i>	Понятие экологии в гипнотерапии. Критерии устойчивости изменений. Критерии интеграции. Методы экологической проверки. Работа с рецидивами и «откатами».
	<i>Практика</i>	Практическое задание №12
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Чек-лист «Оценка рисков при использовании гипноза». - Шаманские, мистические и научные модели измененных состояний.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 1:

«1. В течение 3–5 дней фиксируйте любые ситуации, в которых вы замечали у себя признаки транса (чтение, вождение, мечтания, «поток»). Опишите: какие феномены вы заметили (сужение внимания, изменение восприятия времени, автоматические движения)?

2. Вспомните или придумайте пример противоречия, которое бодрствующее сознание отвергает, но трансовое принимает. Например: «Ты стоишь на полу и одновременно плывёшь по облакам». Напишите 3–4 собственных примера».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 2:

«1. Назовите две основные конкурирующие парадигмы современные теории транса.

2. Назовите двух современных учёных, которые работают с гипнозом».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 3:

«1. Вспомните 3 ситуации из жизни (своей или наблюдаемых), когда человек демонстрировал признаки «естественного транса» или высокой гипнабельности. Опишите их.

2. Восстановите правильную хронологическую последовательность этапов классического эксперимента Хилгарда со «скрытым наблюдателем». Расставьте буквы А–Ж в правильном порядке.
- А. «Здоровая» рука испытуемого осуществляла автоматическое письмо, записывая объективный уровень боли.
- Б. Вербальный отчет испытуемого полностью соответствовал внушению: «Я не чувствую ровным счётом ничего».
- В. Высокогипнабельного субъекта погружали в глубокий гипнотический транс.
- Г. Экспериментатор делал вывод: гипнотическая анестезия — это нарушение интеграции психических процессов, а не симуляция и не блокада нервной проводимости.
- Д. Руку с внушённой анестезией погружали в ледяную воду.
- Е. Испытуемому давали прямое внушение полной анестезии одной руки.
- Ж. Кривая скрытой регистрации боли совпадала с отчётами тех же испытуемых в бодрствующем состоянии без анестезии.* - необязательное задание

Пример ответа:

Е – В – А – Д – Ж – Б – Г».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 4:

- «1. Перечислите субъективные (феноменологические) критерии изменённых состояний.
2. Перед вами список признаков изменённого состояния сознания. Определите, к какой категории относится каждый из них — субъективные (феноменологические) критерии или объективные (наблюдаемые извне) критерии. Напишите «С» (субъективный) или «О» (объективный) для каждого пункта.
1. Ощущение, что время «растянулось» или «сжалось»
 2. Дезориентация в месте и времени (клиент не может назвать дату)
 3. Чувство слияния с миром, потеря границ «Я»
 4. Нарушение памяти на события, происходившие в ИСС (амнезия)
 5. Синестезия: «я слышу цвет и вижу звук»
 6. Изменение речевой продукции (неологизмы, мутизм)
 7. Ощущение невыразимости опыта («это невозможно описать словами»)
 8. Изменение болевой чувствительности (аналгезия)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 5:

«1. Вернитесь к разделу «Бессознательная система» из дополнительных материалов «Бессознательное в гипнотерапии». Выберите три любых свойства и для каждого придумайте свой пример из жизни или из воображаемой клинической ситуации.

Формат: короткий список (3 пункта).

Пример. Свойство «время». Я вспоминаю песню из юности – и сразу чувствую то же самое тепло, что и 10 лет назад.

2. В материале дополнительных материалов «Бессознательное в гипнотерапии» есть 7 примеров гипнотических внушений (для каждого свойства бессознательного) и одно комбинированное внушение.

Выберите одно внушение (любое) и напишите его краткий разбор по схеме:

Какое свойство бессознательного здесь задействовано?

Одна-две фразы из внушения, которые работают именно на это свойство.

Почему эта фраза не сработала бы на сознание?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 6:

«1. В уроке описаны 4 ошибки. Выберите одну, которая вам раньше казалась правдой (или встречается у коллег). Напишите название ошибки, почему она вредна в практике (1 предложение).

2. Представьте, что ваш клиент (или вы сами) испытывает хроническую усталость, при этом сознание говорит «отдохни», а тело продолжает напрягаться.

Сформулируйте недирективное внушение к третьему (трансперсональному/соматическому) уровню без интерпретаций. Используйте образы, метафоры, разрешение спонтанного ответа. Опирайтесь на фразы из урока: «Пусть ваше бессознательное покажет образ...», «...тело само знает, куда идти...». Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения. Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 7:

«1. Представьте: клиент говорит: «Я чувствую, как тревога сжимает мою грудь. Это тяжёлое, давящее ощущение».

Вы хотите установить раппорт.

Сформулируйте один ответ психолога (1–2 предложения) с подстройкой к кинестетической системе клиента (используйте кинестетические предикаты).

2. Напишите короткое внушение для расслабления (4–6 предложений), которое:

начинается с ведущего канала визуала (образы),

затем мягко переходит в кинестетику (ощущения),

не содержит смешения всех трёх каналов одновременно (избегайте ошибки №1 из допматериала: «видите, слышите, чувствуете» в одной фразе).

Используйте технику ведения (подстройка → переход)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 8:

«1. Клиент говорит: «Я не могу выступать на совещаниях. Каждый раз, когда встаю, голова становится пустой, слова пропадают». Сформулируйте один гипнотический диагностический вопрос (из урока) к уровню убеждений, чтобы проверить, где на самом деле застряла проблема.

2. Клиент пришёл с запросом: «Я хочу перестать бояться собак».

В процессе диагностики выясняется:

На уровне окружения – собаки встречаются в парке.

На уровне поведения – клиент переходит на другую сторону улицы.

На уровне убеждений – «собаки опасны, они могут укусить».

На уровне идентичности – клиент не считает себя «жертвой страха».

Согласно принципу модели (работать на максимально возможном уровне, но не выше того, с которым клиент готов работать), на каком уровне вы начнёте работу? Напишите один короткий ответ (название уровня и 1 предложение — почему)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 9:

«1. Перечислите абсолютные и относительные противопоказания к гипнозу.

2. Прочитайте ситуацию. Начинаящий психолог провёл три успешных сеанса глубокого транса подряд без перерыва. На четвёртом сеансе он заметил, что клиентка «сопротивляется» и не следует простому внушению на расслабление. Психолог подумал: «Она просто защищается, я немного усилию давление голосом и углублю транс, чтобы пробить это сопротивление ради её же блага. Она ведь пришла за результатом».

Вопросы:

Какие две этические ловушки проявились в действиях и мыслях психолога? Назовите их. Какое правило из урока нарушает психолог, пытаясь «пробить сопротивление»? Как, согласно материалу, правильно поступить в этой ситуации?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 10:

«1. Опираясь на раздел «Практическая самостоятельная работа» из дополнительных материалов, сформулируйте 3 практических выводов. Каждый вывод должен начинаться с фразы «Я буду...» или «Я не буду...» и иметь прямое отношение к реальному сеансу гипнотерапии.

Примеры правильных формулировок:

«Я буду оценивать не только гипнабельность клиента, но и его внушаемость в конкретной теме».

«Я не буду путать сопротивление трансу и сопротивление внушению – это разные механизмы».

2. Опираясь на раздел «Протокол "Три кита нейрогипноза"» (из дополнительных материалов), напишите три конкретных действия для третьего этапа в формате:

1. Делаю (повторяю, говорю, даю, прошу...)

2.

3.

Каждое действие должно начинаться с глагола в первом лице».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 11:

«1. В уроке описаны три группы риска: конверсионные расстройства, эпилепсия, психотический спектр.

Для каждой группы напишите один признак, который должен насторожить психолога ДО начала сеанса (из раздела «Признаки, которые должны насторожить»). Оформите ответ в виде списка.

2. Клиент на скрининговом интервью ответил «да» на вопрос о судорожных приступах. Он говорит: «Это было давно, сейчас всё нормально, просто хотим убрать страх высоты. Мой врач сказал, что гипноз не противопоказан, но справки у меня с собой нет».

Опираясь на алгоритм действий при подозрении на противопоказания, напишите пошаговый ответ психолога клиенту».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 12:

«1. В уроке описаны четыре уровня критериев устойчивости изменений: поведенческий, эмоциональный, когнитивный, физиологический.

Для каждого уровня напишите один признак того, что изменение закрепилось.

2. Вы провели с клиентом сеанс гипноза для снятия головной боли. На следующий день клиент сообщает: «Голова больше не болит, но появилась странная тяжесть в плечах, которой раньше не было».

Опираясь на критерии интеграции из урока (раздел «Внутренняя гармония»), напишите:

О чём говорит этот симптом? (какой принцип экологии нарушен?)

Что вы скажете клиенту?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Формой **промежуточной аттестации** является контрольная работа по итогам модуля 1:

Задание состоит из двух частей: диагностической (анализ феноменологии транса) и практическая (работа с моделью логических уровней).

Объём ответа – примерно 1–2 страницы.

Часть 1. Анализ феноменологии транса по кейсу.

Пример для анализа:

«Психолог предложил клиенту смотреть на точку на стене и говорить о своём детстве. Через 5 минут клиент замолк, его глаза стали медленно моргать, зрачки расширились, дыхание выровнялось. Психолог сказал: «Ваша рука становится лёгкой и лёгкой... она начинает подниматься сама собой». Через минуту рука клиента действительно медленно поднялась, хотя сам клиент удивлённо сказал: «Я её не поднимаю, она сама». Затем психолог произнёс: «Представьте, что вы идёте по пляжу». Клиент, сидя на стуле, тихо сказал: «Песок горячий... я чувствую, как он скрипит под ногами... хотя я знаю, что сижу в кресле». После сеанса клиент не мог вспомнить, о чём именно он говорил про детство».

Задание:

Определите, какие **феномены транса** (не менее 3) проявились у клиента. Для каждого феномена укажите:

- название,
- цитату из текста,
- краткое пояснение, почему это не симуляция.

Часть 2. Работа с моделью логических уровней (Дилтс) в гипнозе.

Пример для анализа:

«Клиентка Виктория (35 лет) говорит:

«Я не могу уйти от мужа. Головой понимаю, что надо, но тело не слушается. Вся семья считает, что развод — это позор. Я чувствую, что я плохая жена и неблагодарная дочь».

Задание

1. **На каком логическом уровне** (окружение / поведение / способности / убеждения / идентичность) находится главный конфликт? Обоснуйте.
2. **Напишите одно гипнотическое внушение (2–3 предложения)**, адресованное этому уровню, используя язык лимбической системы (образы, эмоции, метафоры, а не логику).
3. **Какую экологическую проверку** (в трансе или после) вы проведёте, чтобы убедиться, что изменение не навредит отношениям с родителями?

При подготовке задания руководствуйтесь рекомендуемыми требованиями, размещёнными на платформе.

Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к указанному заданию.

Для выполнения задания обучающиеся могут использовать специальный шаблон, размещённый на платформе в личном кабинете обучающегося.

Критерии оценивания: все требования выполнены правильно в полном объёме.

Оценивание: зачёт/незачёт.

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы контрольной работы 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 занятия для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний:
 - × составление анкеты скрининга для первичного интервью;
 - × калибровка невербальных сигналов в диадах.

Модуль 2. Технологии наведения транса и установления раппорта.

Цель модуля – освоить три способа наведения транса; научиться работать с голосом, мета-моделью и невербальными якорями; углублять транс через левитацию руки, спуск по лестнице, счёт.

Задачи:

- изучить, как менялось понимание раппорта в истории, его нейрофизиологию, структурные компоненты и уровни;
- научиться объективно определять маркеры глубокого раппорта;
- изучить понятие, структуру, виды якорей и четыре этапа их установки;
- научиться выявлять нарушение этапов постановки якоря в практической ситуации; выбирать тип якоря для фобии под самостоятельное применение клиентом;
- изучить три типа нарушений в мета-модели, способы превращения закрытых вопросов в открытые и три базовых инструмента Милтон-модели;
- научиться трансформировать закрытую фразу клиента в открытое трансовое внушение с использованием номинализаций;
- изучить значение и параметры гипнотического голоса;
- научиться расставлять голосовые акценты, выбирая главный параметр, а также понимать вред конкретных голосовых ошибок;
- изучить два подхода к наведению транса -- директивный и эриксоновский, -- эволюцию техник, критические отличия в вербальной подаче;
- научиться сравнивать скорость наступления транса при разных техниках;

- изучить понятие моноидеизма, два класса фиксации, критерии выбора объекта и правила безопасности;
- научиться проводить сравнительный анализ скорости наступления транса при внешней и внутренней фиксации;
- изучить основы метода, три уровня фракционирования и протоколы безопасности;
- научиться подбирать ритм фракционирования под нейротип клиента;
- изучить три нейрофизиологических механизма депотенциализации, индикаторы её успешности и четыре критические ошибки применения;
- научиться формулировать абсурдные вопросы без логического ответа для создания «зависания» активного сознания клиента;
- изучить инструменты углубления, шкалу глубины транса по физиологическим признакам;
- научиться соотносить признаки с конкретным уровнем транса и давать короткие инструкции для фракционирования;
- изучить роль вегетативной нервной системы (ВНС), три её отдела и признаки «Синдрома перехода»;
- научиться оценивать адекватность продолжения сессии по частоте дыхания и мышечному тону;
- изучить основы метода, типы сигналов, ограничения и пошаговый протокол «Чёткий ответ»;
- научиться устанавливать сигналы «ДА» и «НЕТ» по протоколу «Два пальца», проводить калибровочный тест и составлять диагностические вопросы бессознательному для сужения круга причин симптома;
- изучить три универсальных принципа любого углубления, методы углубления и индикаторы для остановки процесса;
- научиться выявлять ошибки преждевременного углубления, объяснять их клиенту простыми словами и формулировать пре-тесты из опросника Шора для оценки абсорбции перед сессией;
- изучить практические советы по выбору стратегии наведения под конкретный психотип клиента и отработку переходов между стилями коммуникации;
- освоить практические навыки проведения полных циклов индукции во всех трех стилях;
- научиться удерживать темп речи и выстраивать синтаксис внушений без речевых запинок;
- освоить практические навыки вокальной модуляции — управления тембром, темпом и паузами для плавного углубления состояния и вывода из него по запросу;
- освоить практические навыки построения бессознательного раппорта через синхронизацию позы, жестов и ритма дыхания собеседника до ощущения автоматического присоединения.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Раппорт как основа гипнотического взаимодействия	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №13
2	Вербальные и невербальные якоря: присоединение, ведение, синхронизация	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №14
3	Мета-моделирование речи клиента: сбор информации через открытые вопросы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №15
4	Управление семантическим полем: работа с голосом, темпом, паузами	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №16
5	Классические и современные техники наведения транса	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №17
6	Моноидеизм: фиксация на внутреннем или внешнем объекте	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №18
7	Фракционный метод (индукция через	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №19

	чередование открывания/закрывания глаз)					
8	Депотенциализация сознания: техники когнитивной перегрузки, разрыва шаблона, парадоксальные инструкции	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №20
9	Индикаторы транса и углубление состояния	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №21
10	Наблюдение за вегетативными реакциями: дыхание, тонус мышц, сосудистый рисунок	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №22
11	Использование идеомоторного сигналинга для обратной связи	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №23
12	Методы углубления: счет, левитация руки, спуск по лестнице, метафоры погружения	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №24
13	Эфир «Три способа наведения транса: директивный, эриксоновский, не прямой»	1	-	1	-	
14	Итоговое задание к модулю 2	1,5	-	1,5	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		32,5	12	14,5	6	

Содержание программы:

Занятие 1. Раппорт как основа гипнотического взаимодействия	<i>Теория</i>	Как менялось понимание раппорта на протяжении истории. Нейрофизиология раппорта. Структурные компоненты раппорта. Уровни раппорта.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №13
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практика раппорта.
Занятие 2. Вербальные и невербальные якоря: присоединение, ведение, синхронизация	<i>Теория</i>	Понятие, структура, виды якорей. Этапы установления раппорта. Синхронизация как углублённый раппорт. Интеграция техник в реальном сеансе.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №14
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практика якорения.
Занятие 3. Мета-моделирование речи клиента: сбор информации через открытые вопросы	<i>Теория</i>	Три типа нарушений в мета-модели. Превращение закрытых вопросов в открытые. Милтон-модель как продолжение мета-модели. Три базовых инструмента Милтон-модели для работы с речью клиента.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №15
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 4. Управление семантическим полем: работа с голосом, темпом, паузами	<i>Теория</i>	Значение голоса в гипнозе. Четыре параметра гипнотического голоса. Работа с семантическим полем. Упражнения для отработки голосовых паттернов. Типичные ошибки с голосом.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №16
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Упражнения для отработки голосовых паттернов.
Занятие 5.	<i>Теория</i>	Два подхода к наведению транса. Эволюция индукционных техник. Критические отличия в вербальной подаче. Техника

Классические и современные техники наведения транса		углубления. Практический алгоритм «Универсальный старт». Разбор типичных ошибок.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №17
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 6. Моноидеизм: фиксация на внутреннем или внешнем объекте	<i>Теория</i>	Понятие моноидеизма. Два класса фиксации. Критерии «правильного» объекта фиксации. Типичные ошибки и правила фиксации.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №18
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Алгоритмы и техники моноидеизма.
Занятие 7. Фракционный метод (индукция через чередование открывания/закрывания глаз)	<i>Теория</i>	Основы метода. Три уровня фракционирования. Сложные случаи и безопасность.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №19
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Протоколы и техники фракционирования.
Занятие 8. Депотенциализация сознания: техники когнитивной перегрузки, разрыва шаблона, парадоксальные инструкции	<i>Теория</i>	Три нейрофизиологических механизма депотенциализации. Техники депотенциализации. Индикаторы успешной депотенциализации. Критические ошибки.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №20
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 9. Индикаторы транса и углубление состояния	<i>Теория</i>	Группы индикаторов транса. Инструменты углубления транса. Типичные ошибки при оценке индикаторов.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №21
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 10. Наблюдение за вегетативными реакциями: дыхание, тонус мышц, сосудистый рисунок	<i>Теория</i>	Роль ВНС в управлении процессами. Три системы ВНС. Вегетативный «Синдром перехода» и критические состояния.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №22
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 11. Использование идеомоторного сигналинга для обратной связи	<i>Теория</i>	Основы метода. Типы сигналов и их применение. Углублённая работа с сигналами. Ошибки, ограничения и отработка. Пошаговый протокол «Чёткий ответ».
	<i>Практика</i>	Практическое задание №23
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 12. Методы углубления: счет, левитация руки, спуск по лестнице, метафоры погружения	<i>Теория</i>	Три универсальных принципа любого углубления. Методы углубления. Индикаторы для остановки углубления. Типичные ошибки при углублении.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №24
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Шкала глубины транса (модифицированная шкала Шора). - Шкала гипнабельности.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 13:

«1. В течение 3–5 дней фиксируйте любые ситуации, в которых вы замечали у себя признаки транса (чтение, вождение, мечтания, «поток»). Опишите: какие феномены вы заметили (сужение внимания, изменение восприятия времени, автоматические движения)?

2. Вспомните или придумайте пример противоречия, которое бодрствующее сознание отвергает, но трансовое принимает. Например: «Ты стоишь на полу и одновременно плывёшь по облакам». Напишите 3–4 собственных примера».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 14:

«1. Назовите две основные конкурирующие парадигмы современные теории транса.

2. Назовите двух современных учёных, которые работают с гипнозом».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 15:

«1. Вспомните 3 ситуации из жизни (своей или наблюдаемых), когда человек демонстрировал признаки «естественного транса» или высокой гипнабельности. Опишите их.

2. Восстановите правильную хронологическую последовательность этапов классического эксперимента Хилгарда со «скрытым наблюдателем». Расставьте буквы А–Ж в правильном порядке.

А. «Здоровая» рука испытуемого осуществляла автоматическое письмо, записывая объективный уровень боли.

Б. Вербальный отчёт испытуемого полностью соответствовал внушению: «Я не чувствую ровным счётом ничего».

В. Высокогипнабельного субъекта погружали в глубокий гипнотический транс.

Г. Экспериментатор делал вывод: гипнотическая анестезия — это нарушение интеграции психических процессов, а не симуляция и не блокада нервной проводимости.

Д. Руку с внушённой анестезией погружали в ледяную воду.

Е. Испытуемому давали прямое внушение полной анестезии одной руки.

Ж. Кривая скрытой регистрации боли совпадала с отчётами тех же испытуемых в бодрствующем состоянии без анестезии.* - необязательное задание

Пример ответа:

Е – В – А – Д – Ж – Б – Г».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 16:

«1. Перечислите субъективные (феноменологические) критерии изменённых состояний.

2. Перед вами список признаков изменённого состояния сознания. Определите, к какой категории относится каждый из них — субъективные (феноменологические) критерии или объективные (наблюдаемые извне) критерии. Напишите «С» (субъективный) или «О» (объективный) для каждого пункта.

1. Ощущение, что время «растянулось» или «сжалось»

2. Дезориентация в месте и времени (клиент не может назвать дату)

3. Чувство слияния с миром, потеря границ «Я»

4. Нарушение памяти на события, происходившие в ИСС (амнезия)

5. Синестезия: «я слышу цвет и вижу звук»

6. Изменение речевой продукции (неологизмы, мутизм)

7. Ощущение невыразимости опыта («это невозможно описать словами»)

8. Изменение болевой чувствительности (аналгезия)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 17:

«1. Вернитесь к разделу «Бессознательная система» из дополнительных материалов «Бессознательное в гипнотерапии». Выберите три любых свойства и для каждого придумайте свой пример из жизни или из воображаемой клинической ситуации.

Формат: короткий список (3 пункта).

Пример. Свойство «время». Я вспоминаю песню из юности – и сразу чувствую то же самое тепло, что и 10 лет назад.

2. В материале дополнительных материалов «Бессознательное в гипнотерапии» есть 7 примеров гипнотических внушений (для каждого свойства бессознательного) и одно комбинированное внушение.

Выберите одно внушение (любое) и напишите его краткий разбор по схеме:

Какое свойство бессознательного здесь задействовано?

Одна-две фразы из внушения, которые работают именно на это свойство.

Почему эта фраза не сработала бы на сознание?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 18:

«1. В уроке описаны 4 ошибки. Выберите одну, которая вам раньше казалась правдой (или встречается у коллег). Напишите название ошибки, почему она вредна в практике (1 предложение).

2. Представьте, что ваш клиент (или вы сами) испытывает хроническую усталость, при этом сознание говорит «отдохни», а тело продолжает напрягаться.

Сформулируйте недирективное внушение к третьему (трансперсональному/соматическому) уровню без интерпретаций. Используйте образы, метафоры, разрешение спонтанного ответа. Опирайтесь на фразы из урока: «Пусть ваше бессознательное покажет образ...», «...тело само знает, куда идти»».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 19:

«1. Представьте: клиент говорит: «Я чувствую, как тревога сжимает мою грудь. Это тяжёлое, давящее ощущение».

Вы хотите установить раппорт.

Сформулируйте один ответ психолога (1–2 предложения) с подстройкой к кинестетической системе клиента (используйте кинестетические предикаты).

2. Напишите короткое внушение для расслабления (4–6 предложений), которое:

начинается с ведущего канала визуала (образы),

затем мягко переходит в кинестетику (ощущения),

не содержит смещения всех трёх каналов одновременно (избегайте ошибки №1 из допматериала: «видите, слышите, чувствуете» в одной фразе).

Используйте технику ведения (подстройка → переход)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 20:

«1. Клиент говорит: «Я не могу выступать на совещаниях. Каждый раз, когда встаю, голова становится пустой, слова пропадают». Сформулируйте один гипнотический диагностический вопрос (из урока) к уровню убеждений, чтобы проверить, где на самом деле застряла проблема.

2. Клиент пришёл с запросом: «Я хочу перестать бояться собак».

В процессе диагностики выясняется:

На уровне окружения – собаки встречаются в парке.

На уровне поведения – клиент переходит на другую сторону улицы.

На уровне убеждений – «собаки опасны, они могут укусить».

На уровне идентичности – клиент не считает себя «жертвой страха».

Согласно принципу модели (работать на максимально возможном уровне, но не выше того, с которым клиент готов работать), на каком уровне вы начнёте работу? Напишите один короткий ответ (название уровня и 1 предложение — почему)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 21:

«1. Перечислите абсолютные и относительные противопоказания к гипнозу.

2. Прочитайте ситуацию. Начинаящий психолог провёл три успешных сеанса глубокого транса подряд без перерыва. На четвёртом сеансе он заметил, что клиентка «сопротивляется» и не следует простому внушению на расслабление. Психолог подумал: «Она просто защищается, я немного усилию давление голосом и углублю транс, чтобы пробить это сопротивление ради её же блага. Она ведь пришла за результатом».

Вопросы:

Какие две этические ловушки проявились в действиях и мыслях психолога? Назовите их. Какое правило из урока нарушает психолог, пытаясь «пробить сопротивление»? Как, согласно материалу, правильно поступить в этой ситуации?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 22:

«1. Опираясь на раздел «Практическая самостоятельная работа» из дополнительных материалов, сформулируйте 3 практических выводов. Каждый вывод должен начинаться с фразы «Я буду...» или «Я не буду...» и иметь прямое отношение к реальному сеансу гипнотерапии.

Примеры правильных формулировок:

«Я буду оценивать не только гипнабельность клиента, но и его внушаемость в конкретной теме».

«Я не буду путать сопротивление трансу и сопротивление внушению – это разные механизмы».

2. Опираясь на раздел «Протокол "Три кита нейрогипноза"» (из дополнительных материалов), напишите три конкретных действия для третьего этапа в формате:

1. Делаю (повторяю, говорю, даю, прошу...)

2.

3.

Каждое действие должно начинаться с глагола в первом лице».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 23:

«1. В уроке описаны три группы риска: конверсионные расстройства, эпилепсия, психотический спектр.

Для каждой группы напишите один признак, который должен насторожить психолога ДО начала сеанса (из раздела «Признаки, которые должны насторожить»). Оформите ответ в виде списка.

2. Клиент на скрининговом интервью ответил «да» на вопрос о судорожных приступах. Он говорит: «Это было давно, сейчас всё нормально, просто хотим убрать страх высоты. Мой врач сказал, что гипноз не противопоказан, но справки у меня с собой нет».

Опираясь на алгоритм действий при подозрении на противопоказания, напишите пошаговый ответ психолога клиенту».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 24:

«1. В уроке описаны четыре уровня критериев устойчивости изменений: поведенческий, эмоциональный, когнитивный, физиологический.

Для каждого уровня напишите один признак того, что изменение закрепилось.

2. Вы провели с клиентом сеанс гипноза для снятия головной боли. На следующий день клиент сообщает: «Голова больше не болит, но появилась странная тяжесть в плечах, которой раньше не было».

Опираясь на критерии интеграции из урока (раздел «Внутренняя гармония»), напишите:

О чём говорит этот симптом? (какой принцип экологии нарушен?)

Что вы скажете клиенту?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Формой **промежуточной аттестации** является тестирование по итогам модуля 2:

1. Что в гипнотерапии понимается под термином «раппорт»?

а) Дружеские отношения между психологом и клиентом вне сессии

б) Особое избирательное бессознательное взаимодействие, при котором клиент становится чувствительным к голосу психолога и игнорирует посторонние раздражители +

в) Способность клиента анализировать свои переживания

г) Техника быстрого наведения транса через резкую команду

2. Кто из перечисленных исследователей впервые предложил физиологическую модель раппорта, объяснив его через «сторожевой пункт» в коре головного мозга?

- а) Иван Петрович Павлов +
- б) Франц Антон Месмер
- в) Милтон Эриксон
- г) Джеймс Брейд

3. Какие нейробиологические механизмы лежат в основе раппорта согласно современным исследованиям?

- а) Только активация левого полушария
- б) Передача «магнетического флюида» от психолога к клиенту
- в) Исключительно работа речевых центров
- г) Зеркальные нейроны, межмозговая синхронизация и эволюционный механизм привязанности +

4. Каковы два основных структурных компонента раппорта в практической работе?

- а) Индукция и углубление
- б) Подстройка (присоединение) и ведение +
- в) Депотенциализация и фракционирование
- г) Якорение и диссоциация

5. Какое действие относится к невербальной подстройке в установлении раппорта?

- а) Задание открытых мета-вопросов
- б) Использование тех же сенсорных предикатов, что и клиент
- в) Повторение ключевых слов клиента
- г) Отзеркаливание или перекрёстное отзеркаливание позы, жестов и дыхания клиента +

6. Что такое «якорь» в гипнотерапии?

- а) Стимул, который устойчиво и предсказуемо вызывает определённое психофизиологическое состояние +
- б) Сознательное сопротивление клиента внушению
- в) Техника выхода из транса
- г) Вопрос, на который невозможно дать логический ответ

7. В какой последовательности устанавливается надёжный якорь?

- а) Проверка → пик состояния → доступ к состоянию → уникальность стимула
- б) Доступ к состоянию → определение пика → уникальность стимула → проверка +
- в) Уникальность стимула → доступ к состоянию → проверка → пик
- г) Проверка → уникальность → доступ → пик

8. Какая задача решается с помощью мета-модели в гипнотерапии?

- а) Наведение транса через расплывчатые формулировки
- б) Углубление транса через фракционирование
- в) Восстановление упущенной информации из речи клиента через открытые вопросы +
- г) Установление кинестетического якоря

9. Какой лингвистический паттерн в речи клиента относится к категории «обобщений» в мета-модели?

- а) «Мне страшно» (без указания контекста)
- б) «Моя тревога заставляет меня краснеть»
- в) «Он отвернулся — значит, я ему надоел»
- г) «Я всегда проваливаюсь в транс» +

10. Что такое Милтон-модель в гипнотерапии?

- а) Система точных вопросов для сбора информации
- б) Набор лингвистических паттернов для построения мягких, расплывчатых внушений, обходящих сознательную критику +
- в) Техника быстрого выведения из транса
- г) Протокол установки кинестетических якорей

11. Какой голосовой параметр является главным инструментом для углубления транса и создания «нисходящего якоря»?

- а) Увеличение громкости
- б) Ускорение темпа речи
- в) Понижение тона голоса в конце фразы +
- г) Повышение интонации в конце вопроса

12. Какова рекомендуемая длительность паузы после ключевой команды для углубления транса?

- а) 3–5 секунд +
- б) 1–2 секунды
- в) 0,5–1 секунда
- г) Более 10 секунд

13. Что происходит на этапе «деавтоматизации» в процессе наведения транса?

- а) Клиент фиксирует внимание на внешнем объекте
- б) Клиенту даётся постгипнотическое внушение

- в) Устанавливается раппорт
 - г) Происходит разрыв привычного шаблона мышления клиента +
- 14. Что такое «фракционирование» как техника углубления транса?**
- а) Монотонное повторение одной фразы
 - б) Использование парадоксальных инструкций
 - в) Циклическое чередование открывания и закрывания глаз, при котором каждый цикл углубляет транс +
 - г) Медленный счёт от 10 до 1
- 15. Какой метод углубления транса наиболее эффективен для клиентов-кинестетиков и скептиков, так как даёт им телесное доказательство потери контроля?**
- а) Числовое углубление (обратный счёт)
 - б) Левитация руки (идеомоторное углубление) +
 - в) Спуск по лестнице
 - г) Метафора погружения в воду
- 16. Что такое «депотенциализация сознания»?**
- а) Процесс временного подавления активности префронтальной коры для доступа к подсознательным структурам +
 - б) Усиление критического мышления клиента
 - в) Установка якоря на ресурсное состояние
 - г) Техника выведения из транса
- 17. Какая техника депотенциализации использует механизм «перегрузки» сознания через быструю речь без пауз?**
- а) Разрыв шаблона
 - б) Парадоксальная инструкция
 - в) Когнитивная перегрузка (речевой поток) +
 - г) Сенсомоторный разрыв
- 18. Какой индикатор транса относится к группе физиологических (внешних маркеров)?**
- а) Эхолалия (повторение слов психолога)
 - б) Исчезновение капиллярного пульса
 - в) Изменение тембра голоса
 - г) Замедление моргания (менее 6–8 раз в минуту) +
- 19. Какой вегетативный маркер указывает на глубокий транс (уровень 4–5)?**
- а) Появление пятнистой гиперемии (красных пятен) на шее и в зоне декольте +
 - б) Частота дыхания 14–16 циклов в минуту
 - в) Учащённое моргание
 - г) Повышенный мышечный тонус плечевого пояса
- 20. Какова основная цель установки идеомоторной сигнальной системы («палец ДА — палец НЕТ») в трансе?**
- а) Чтобы клиент мог вербально описывать свои переживания
 - б) Чтобы получать обратную связь от бессознательного клиента, минуя сознательную цензуру +
 - в) Чтобы разбудить клиента в конце сессии
 - г) Чтобы проверить, не спит ли клиент

Промежуточная аттестация в формате тестирования оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к тестовому заданию. Критерии оценивания: для зачета необходимо верно ответить на 16 вопросов из 20. Количество попыток на прохождения тестирования: 2.

Вопросы тестов размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося. Тесты представлены в электронном виде. Тесты предполагают выбор правильного ответа из предложенных вариантов. Оценка выполнения теста происходит автоматически. Результаты тестирования формируются автоматически.

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 занятия для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний:
 - × отработка 3 способов наведения транса (директивный, эриксоновский, не прямой);
 - × управление глубиной транса с помощью голосовых техник;
 - × упражнение «Зеркалирование и отзеркаливание» в парах.

Модуль 3. Гипнотерапевтические интервенции и работа с запросом.

Цель модуля – научиться строить сессию от пре-интервью до пост-обсуждения; освоить косвенные внушения, терапевтические метафоры, постгипнотические якоря; изучить технику «аффективный мост», которая позволяет найти первопричину симптома.

Задачи:

- изучить четыре фазы гипнотерапевтической сессии;
- изучить практический тайминг каждой фазы;
- научиться классифицировать действия специалиста по этапам сессии и определять самую критическую фазу с точки зрения безопасности клиента;
- изучить принципы правильной постановки цели в гипнозе, четырехшаговый протокол работы с целью и типичные ошибки при её формировании;
- научиться переформулировать негативный запрос в конструктивную цель; называть поведенческий критерий для абстрактной цели;
- изучить общий механизм работы косвенных внушений, их типы и роль метафоры как развёрнутого внушения;
- научиться трансформировать прямое внушение в косвенное через пресуппозицию;
- изучить три критерия терапевтической метафоры;
- научиться анализировать готовую метафору на предмет нарушения принципов и создавать новую метафору под конкретный запрос, сохраняя изоморфизм структуры проблемы;
- изучить общие механизмы работы языковых паттернов Милтона Эриксона и отличия между трюизмом, пресуппозицией и двойной связкой;
- научиться идентифицировать паттерны во фразах собеседника и формулировать трюизмы;
- изучить понятие постгипнотического внушения (ПГВ), правила внедрения якорей запуска и форматы долгосрочных ПГВ;
- научиться составлять постгипнотические внушения по формуле «Триггер – Реакция – Интенсивность»;
- изучить понятие моста в гипнотерапии, его типы и показания к применению;
- научиться выбирать тип моста исходя из первичного канала реакции клиента и использовать ключевые фразы-проводники;
- изучить ключевую роль интеграции в терапии и четырёхшаговый протокол объединения разрозненного опыта;
- научиться проводить клиента по всем четырем шагам протокола от диссоциации к полной сомато-эмоциональной сборке нового состояния;
- изучить общий алгоритм работы с психосоматическим симптомом и пошаговые протоколы для дерматитов и других реакций;
- научиться формулировать фразы для ресурсного вмешательства при работе с кожными реакциями;
- освоить практические навыки конструирования терапевтических сказок по принципу изоморфизма и их экологичной интеграции в ткань сеанса;
- освоить практические навыки безопасного сопровождения клиента к первопричине симптома через эмоциональные якоря;
- научиться удерживать ресурсное состояние при контакте с травмирующим материалом;
- освоить практические навыки адаптации универсальных сюжетов под индивидуальные запросы клиентов;
- освоить практические навыки тайм-менеджмента гипносессии и подбора протоколов под диагноз.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Структура гипнотерапевтической сессии	2	1	0,5	0,5	Практическое задание №25
2	Этапы: пре-интервью, наведение,	2	1	0,5	0,5	Практическое задание №26

	терапевтическая работа, возвращение, пост-обсуждение					
3	Постановка цели: экологичность, позитивная формулировка, критерии достижимости	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №27
4	Косвенные и метафорические внушения	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №28
5	Принципы построения метафор: изоморфизм, ресурсное наполнение, завершённость	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №29
6	Использование трюизмов, пресуппозиций, двойных связей	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №30
7	Постгипнотические внушения: формулировки, временные якоря	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №31
8	Аффективный и соматический мост. Техника «мостик» для доступа к этиологии симптома	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №32
9	Интеграция эмоционального и телесного опыта в транс	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №33
10	Работа с психосоматическими паттернами: головная боль, дерматиты, функциональные расстройства	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №34
11	Эфир «Метафора как инструмент гипнотерапии: создание и встраивание»	1	-	1	-	
12	Итоговое задание к модулю 3	1	-	1	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		26	10	11	5	

Содержание программы:

Занятие 1. Структура гипнотерапевтической сессии	<i>Теория</i>	Четыре фазы гипнотерапевтической сессии. Ошибки, которые разрушают структуру сессии. Чек-лист сессии.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №25
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 2. Этапы: пре-интервью, наведение, терапевтическая работа, возвращение, пост-обсуждение	<i>Теория</i>	Этапы гипнотерапевтической сессии. Практический тайминг сессии.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №26
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практика гипнотерапевтической сессии. - Алгоритм самоконтроля психолога.
Занятие 3. Постановка цели: экологичность, позитивная формулировка, критерии достижимости	<i>Теория</i>	Цель как основа терапевтического результата. Принципы правильной цели. Четырёхшаговый протокол постановки цели. Типичные ошибки при постановке цели.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №27
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Шаблон «Карта гипнотерапевтической сессии».

Занятие 4. Косвенные и метафорические внушения	<i>Теория</i>	Механизм работы косвенных внушений. Типы косвенных внушений. Метафора как развёрнутое косвенное внушение. Практическая работа с метафорой.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №28
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 5. Принципы построения метафор: изоморфизм, ресурсное наполнение, завершённость	<i>Теория</i>	Критерии терапевтической метафоры. Принципы метафоры. Практика построения метафоры.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №29
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 6. Использование трюизмов, пресуппозиций, двойных связок	<i>Теория</i>	Общий механизм работы паттернов. Три языковых паттерна Милтона Эриксона.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №30
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 7. Постгипнотические внушения: формулировки, временные якоря	<i>Теория</i>	Понятие постгипнотического внушения (ПГВ). Якоря запуска ПГВ. Внедрение и проверка ПГВ. Долгосрочные ПГВ.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №31
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Сборник метафорических сценариев для работы с детьми и взрослыми.
Занятие 8. Аффективный и соматический мост. Техника «мостик» для доступа к этиологии симптома	<i>Теория</i>	Понятие моста в гипнотерапии. Типы мостов. Использование мостов в практике. Показания и противопоказания.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №32
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практические алгоритмы техники «мост».
Занятие 9. Интеграция эмоционального и телесного опыта в трансе	<i>Теория</i>	Ключевая роль интеграции в гипнотерапии. Четырёхшаговый протокол интеграции. Интеграция без регрессии. Индикаторы успешной интеграции.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №33
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 10. Работа с психосоматическими паттернами: головная боль, дерматиты, функциональные расстройства	<i>Теория</i>	Общий алгоритм работы с психосоматическим симптомом. Пошаговые протоколы. Общая структура психосоматической работы. Критические ошибки при работе с психосоматикой.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №34
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Полный стенографический протокол сессии. - Клинические примеры из практики.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 25:

«Назовите все четыре фазы в правильной последовательности. Какая из них является самой критической с точки зрения безопасности?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 26:

«1. Напишите четыре критерия, по которым психолог определяет, что клиент вошёл в транс.

2. Ниже перечислены действия психолога в сессии. Определите, к какому этапу сессии они относятся.

Действия:

а) Психолог задаёт вопрос: «А что изменится в вашей жизни, когда эта проблема исчезнет?»

- б) Психолог калибрует модальности клиента, подстраивая речь под его предикаты.
в) Психолог снимает страхи перед гипнозом, объясняя, что клиент не потеряет контроль».
Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 27:

- «1. Клиент говорит: «Хочу, чтобы муж перестал меня критиковать». Напишите экологичную переформулировку.
2. Для цели «Я хочу чувствовать уверенность, когда выступаю» назовите один поведенческий критерий достижимости».
Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 28:

- «1. Ниже дано прямое внушение. Переформулируйте его в косвенное через предположение (пресуппозицию).
Прямое внушение: «Вы успокоитесь».
2. Практическое задание. Тренировка метафорического мышления.
Возьмите один из трех запросов (тревога, фобия, привычка) и создайте метафору по «Алгоритму построения метафоры под конкретный запрос» из материалов урока».
Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 29:

- «1. Ниже дана метафора. Определите, какой из трёх принципов (изоморфизм, ресурсное наполнение, завершённость) в ней нарушен. Напишите название принципа и почему вы так считаете (1 предложение).
Метафора: «Один человек шёл по лесу. Дорога была извилистой. Он слышал шум листьев. Вдруг он увидел поляну. На поляне было светло. Он посидел и пошёл дальше».
2. Для клиента с запросом «страх публичных выступлений» динамика проблемы: триггер – выход на сцену; реакция – дрожь, замирание; состояние – страх оценки; исход – избегание.
Выберите нейтральную сферу (спорт) и напишите метафору из 3–4 предложений, сохранив изоморфизм».
Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 30:

- «1. Ниже даны фразы. Определите, к какому паттерну относится каждая: трюизм, пресуппозиция или двойная связка.
«Вы слышите мой голос».
«Когда вы закроете глаза, ваше дыхание станет ровнее».
«Вы можете закрыть глаза сейчас или через несколько секунд».
Образец ответа: 1 – пресуппозиция; 2 – двойная связка; 3 – трюизм.
2. Ниже дана прямая команда. Переформулируйте её в трюизм + внушение (используя союз «и»).
Прямая команда: «Расслабьтесь»».
Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 31:

- «1. Для клиента с запросом «тревога перед сном» напишите ПГВ по формуле «Триггер – Реакция – Интенсивность».
2. Ниже дано ПГВ с ошибками. Найдите две ошибки и напишите исправленный вариант.
ПГВ: «Постарайтесь не бояться, когда вы увидите собаку, и вы почувствовали спокойствие»».
Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 32:

«1. Для соматического моста напишите три ключевые фразы-проводника, которые вы произнесёте клиенту.

2. Клиент говорит: «Когда я думаю о своём страхе, у меня сразу тяжесть в груди и ком в горле. Но самое сильное – это страх, что меня осудят».

Какой тип моста вы выберете и почему?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 33:

«1. В уроке описан четырёхшаговый протокол интеграции. Напишите названия всех четырёх шагов в правильной последовательности.

2. В уроке описаны критические ошибки при интеграции. Ниже дана ситуация. Определите, какая ошибка допущена, и напишите, как её исправить.

Ситуация: после регрессии клиент говорит: «Я понял, почему я боюсь». Психолог сразу начинает выводить клиента из транса, считая, что работа завершена».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 34:

«1. В уроке описан протокол работы с дерматитами. Напишите две ключевые фразы для Этапа 3 (Ресурсное вмешательство) при работе с кожными реакциями.

2. В уроке описаны критические ошибки при работе с психосоматикой. Ниже дана ситуация. Определите, какая ошибка допущена, и напишите, как её исправить (2-3 предложения)

Ситуация: психолог начал работу с клиентом, жалующимся на головные боли, не проверив наличие медицинского заключения. После сессии клиенту стало хуже».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Формой **промежуточной аттестации** является тестирование по итогам модуля 3:

1. Как вы можете определить ведущую модальность клиента во время пре-интервью?

а) Посмотреть на его профессиональную деятельность (например, художник — визуал, музыкант — аудиал).

б) Провести специальный тест на доминанту полушарий.

в) Обратить внимание на предикаты, которые использует клиент в речи: «Я вижу проблему» (визуал), «Я слышу, что вы говорите» (аудиал), «Я чувствую напряжение» (кинестетик). +

г) Спросить клиента напрямую: «Вы визуал, аудиал или кинестетик?»

2. В чем заключается ключевое отличие косвенного внушения от прямого в эриксоновском подходе?

а) Косвенное внушение всегда использует метафоры, а прямое – нет.

б) Косвенное внушение обходит сознательную цензуру, предлагая мозгу возможность или выбор. Прямое же сталкивается с сопротивлением. +

в) Косвенное внушение работает только в глубоком трансе, а прямое – в поверхностном.

г) Косвенное внушение дает четкую директивную команду, которую бессознательное не может отвергнуть.

3. Клиент жалуется на хроническую головную боль напряжения, которая возникает после конфликтов на работе. В ходе сессии вы решаете использовать технику «мостик». Какой тип мостика будет наиболее адекватным, если клиент сообщает: «Я вообще не понимаю, откуда берётся эта боль. Она просто появляется, и всё»?

а) Аффективный мостик, так как проблема связана с эмоцией гнева, которую клиент не осознаёт.

б) Комбинированный мостик, начиная с аффективного и переходя к соматическому.

в) Временной мостик, так как боль возникает в определенное время суток (после работы).

г) Соматический мостик, так как у клиента есть чёткое телесное ощущение (боль), и он может следовать за ним к первопричине. +

4. Согласно правилам формулировки постгипнотического внушения (ПГВ), какой вариант является корректным?

а) «Вы перестанете бояться собак».

б) «Постарайтесь не чувствовать тревогу, когда выходите на сцену».

в) «Когда вы в следующий раз увидите собаку, ваше тело автоматически сохранит спокойствие и ровное дыхание». +

г) «Я хочу, чтобы вы чувствовали себя уверенно».

5. Что из перечисленного ОБЯЗАТЕЛЬНО должно быть включено в информированное согласие перед гипнотерапевтической сессией?

- а) Описание всех возможных трансовых феноменов, которые могут возникнуть (катаlepsия, амнезия, позитивные галлюцинации).
- б) Подтверждение того, что клиент понимает, что гипнотерапия не заменяет медицинскую помощь, и у него нет непродиагностированных органических патологий. +
- в) Перечень всех техник, которые терапевт планирует использовать в сессии.
- г) Гарантия того, что сессия решит проблему клиента за 1–3 встречи.

6. Какой из перечисленных признаков НЕ является маркером успешной интеграции нового опыта в транс?

- а) Дыхание становится глубоким и ровным.
- б) Клиент вербально подтверждает, что «понял» причину проблемы. +
- в) Наблюдается расслабление мышц лица и плеч.
- г) Появляется спонтанный жест, закрепляющий новое состояние.

7. В чем заключается суть принципа «изоморфизма» при построении терапевтической метафоры?

- а) Метафора должна точно копировать жизненную ситуацию клиента.
- б) Метафора должна быть развернутой и длинной, чтобы бессознательное успело ее усвоить.
- в) Метафора должна использовать те же слова, что и клиент, для описания своей проблемы.
- г) Метафора должна иметь структурное сходство с динамикой проблемы клиента (триггер → реакция → исход), даже если сюжет иной. +

8. Какой тип двойной связки (иллюзии выбора) является корректным и терапевтически эффективным?

- а) «Вы можете закрыть глаза сейчас или через несколько секунд, но в любом случае вы войдете в транс». +
- б) «Вы можете войти в транс или не входить в транс».
- в) «Вы можете расслабиться, если захотите».
- г) «Вы можете слушать мой голос или не слушать, решать вам».

9. Клиент на пре-интервью заявляет: «Я не верю в гипноз. Это какой-то цирк и шарлатанство». Какова ваша первая реакция как гипнотерапевта?

- а) Сказать клиенту, что гипноз имеет научное обоснование и доказанную эффективность, и начать приводить исследования.
- б) Предложить клиенту уйти, если он не готов сотрудничать.
- в) Присоединиться к сопротивлению: «Отлично! Я и не прошу вас верить. Я просто попрошу вас следовать моим инструкциям как интересный эксперимент». +
- г) Начать индукцию с сильной прямой командой, чтобы «сломать» сопротивление и доказать клиенту, что он может войти в транс.

10. Какова основная задача этапа «терапевтическая работа» в структуре гипнотерапевтической сессии?

- а) Переключить мозг клиента в тета-альфа-состояние.
- б) Провести конкретное изменение: убрать старый паттерн и внедрить новый ресурс. +
- в) Собрать анамнез и сформировать позитивную цель.
- г) Вывести клиента из транса и закрепить результат.

11. Клиент в процессе регрессии начинает сильно плакать и проявлять признаки сильного эмоционального дистресса. Это состояние называется абреакцией. Каков правильный алгоритм действий психолога?

- а) Немедленно прервать сессию и вывести клиента из транса, чтобы избежать ретравматизации.
- б) Начать успокаивать клиента на логическом уровне, объясняя, что «это просто воспоминание».
- в) Остановить речь, сделать паузу, мягко сказать «Я рядом», позволить эмоции быть, затем направить клиента к ресурсу. +
- г) Усилить внушения, чтобы клиент быстрее прошел через это состояние.

12. Какой из перечисленных принципов НЕ относится к правильной постановке терапевтической цели в гипнотерапии?

- а) Цель должна быть сформулирована позитивно (без частицы «НЕ»).
- б) Цель должна быть экологичной (не вредить клиенту и его окружению).
- в) Цель должна иметь сенсорное наполнение (что вижу, слышу, чувствую при достижении)
- г) Цель должна быть абстрактной и размытой, чтобы бессознательное могло ее интерпретировать. +

13. В чем суть техники «экологическая проверка» цели на вторичную выгоду?

- а) Проверить, не противоречит ли цель социальным нормам.
- б) Выяснить, есть ли у бессознательного клиента скрытая польза от сохранения симптома, которую необходимо учесть при формулировке новой цели. +
- в) Проверить, достижима ли цель за одну сессию.
- г) Убедиться, что цель одобрена близкими клиента.

14. Какой тип внушения используется во фразе: «Почему бы вам не позволить себе почувствовать спокойствие прямо сейчас?»

- а) Пресуппозиция (скрытое предположение). +
- б) Трюизм (очевидная истина).
- в) Прямое внушение.
- г) Двойная связка (выбор без выбора).

15. В чем заключается ключевая цель использования постгипнотического внушения (ПГВ)?

- а) Углубить транс клиента до более высокого уровня.
- б) Провести диагностику внушаемости клиента.
- в) Завершить сессию и вывести клиента из транса.
- г) Закрепить изменения, достигнутые в трансе, и перенести их в повседневную жизнь клиента, привязав к конкретному триггеру. +

16. Какой тип якоря для запуска постгипнотического внушения является наиболее надёжным для клиента, который хочет закрепить спокойное поведение на собеседованиях, которые происходят нерегулярно (раз в 3–6 месяцев)?

- а) Временной якорь (например, «завтра в 8 утра»).
- б) Событийный якорь (например, «когда вы войдёте в кабинет к работодателю»). +
- в) Комбинированный якорь (событие + время).
- г) Случайный якорь, который может возникнуть спонтанно (например, «когда вы увидите зелёную дверь»).

17. Какие признаки в совокупности свидетельствуют о том, что клиент достиг сомнамбулического уровня транса (Уровень 3-4), необходимого для глубинной регрессивной работы?

- а) Полная амнезия на сессию после выхода + спонтанные идеомоторные сигналы.
- б) Катаlepsия век + способность к позитивным галлюцинациям + возрастная регрессия с полным сенсорным погружением. +
- в) Клиент сообщает о глубокой релаксации и "провале" в сознании.
- г) У клиента наблюдается спонтанное слезотечение и непроизвольные движения тела.

18. В чем заключается роль «ресурсного наполнения» при построении терапевтической метафоры?

- а) Сделать историю более интересной и увлекательной для клиента.
- б) Отвлечь клиента от его проблемы, переключив внимание на другую тему.
- в) Увеличить длительность сессии, чтобы клиент глубже погрузился в транс.
- г) Дать клиенту элемент (качество, инструмент, действие), которого ему не хватает для решения его проблемы, на примере героя метафоры. +

19. Какая техника индукции использует парадоксальную команду, где клиенту предлагают «стараться не расслабляться» или «пытаться оставаться в сознании»?

- а) Прогрессивная релаксация по Джекобсону.
- б) Индукция по Элману (открытие/закрывание глаз).
- в) Техника «активного бодрствования» (активная индукция). +
- г) Индукция с использованием постральной релаксации (поза гипнотической монеты).

20. В чем заключается суть алгоритма А.Р.Е. (Access – Processing – Embedding), используемого на этапе терапевтической работы?

- а) Это техника индукции для быстрого входа в транс.
- б) Это структура для проведения диагностики внушаемости клиента.
- в) Это последовательность действий: доступ к проблеме → переработка (изменение отношения/формы) → встраивание нового опыта. +
- г) Это метод вывода клиента из транса.

Промежуточная аттестация в формате тестирования оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к тестовому заданию. Критерии оценивания: для зачета необходимо верно ответить на 16 вопросов из 20. Количество попыток на прохождения тестирования: 2.

Вопросы тестов размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося. Тесты представлены в электронном виде. Тесты предполагают выбор правильного ответа из предложенных вариантов. Оценка выполнения теста происходит автоматически. Результаты тестирования формируются автоматически.

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 занятия для самостоятельного изучения;
- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний;
- × проведение аффективного моста в мини-группах;

- × создание терапевтической метафоры под случай из практики;
- × составление плана сессии под конкретный запрос (тревога, фобия, привычка).

Модуль 4. Расширенные гипнотехники и интеграция подходов.

Цель модуля – освоить навыки работы с возрастной регрессией и прогрессией; навыки работы с хронической болью, психосоматикой и детской травмой.

Задачи:

- изучить понятие возрастной регрессии, нейробиологические механизмы доступа к памяти и восьмьюшаговый алгоритм регрессии к ресурсу;
- научиться выстраивать все восемь шагов алгоритма в правильной последовательности для безопасного извлечения ресурсов прошлого.
- изучить общие понятия ключевой травмы, методы её диагностики и трансформации;
- научиться применять технику «Зал безопасности и экран» для безопасной диссоциации клиента от тяжелого материала ключевого события;
- изучить цель и задачи гипнотической прогрессии, инструменты создания образа будущего;
- научиться применять технику «Четыре измерения желаемого будущего» (видеть, слышать, чувствовать, думать в точке успеха) для закрепления новых поведенческих стратегий;
- изучить нейробиологию и психологию формирования ложных воспоминаний, правила безопасной практики и ведения документации;
- научиться переформулировать закрытые наводящие вопросы в открытые этически безопасные конструкции;
- изучить типологию боли, вербальные протоколы гипноаналгезии и границы применения техник обезболивания;
- научиться принимать решение о начале работы с хронической болью только после проверки медицинских заключений об отсутствии органической патологии;
- изучить архитектуру гипнотической речи, механизм трансдукции (перехода между состояниями) и множественные связи;
- научиться конструировать тройную спираль для клиентов-интеллектуалов, которые много анализируют, но не чувствуют, для депотенциализации их критического мышления;
- изучить профессиональные протоколы работы с острой и хронической болью разной интенсивности;
- научиться корректно реагировать на запросы снять боль высокой интенсивности без врача, объясняя клиенту необходимость медицинской диагностики перед глубокой работой с симптомом;
- изучить базовые опоры профессионального самогипноза, признаки начинающегося выгорания и важность гигиены контакта;
- научиться применять универсальный протокол входа в самогипноз для быстрой стабилизации собственного состояния после тяжёлой клиентской сессии;
- изучить универсальные протоколы входа в ресурсное состояние и техники экстренной самопомощи.
- научиться выполнять быстрое восстановление ресурсного состояния методом идеомоторного сигналинга для снятия сомнений в собственной компетентности;
- изучить понятие автономной работы, признаки готовности клиента к завершению терапии и роль дневников самонаблюдения;
- научиться делать рефрейминг страха самостоятельности, опираясь на успехи клиента, и составлять план постепенной передачи ответственности за результат самому человеку;
- освоить практические навыки вербальной аналгезии, техники работы с субмодальностями боли (изменение цвета, температуры, плотности ощущения) и протоколы экстренного обезболивания;
- освоить практические навыки записи, монтажа и лингвистически грамотного оформления аудиофайлов для домашней работы клиентов;
- освоить практические навыки возрастной прогрессии и поиска скрытых ресурсов личности в прошлом для использования их в качестве опоры при решении текущих проблем.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	

1	Возрастная регрессия и прогрессия	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №35
2	Регрессия к ключевому событию: техники возврата, работа с ресурсами	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №36
3	Прогрессия в будущее: моделирование желаемого поведения, «фильм жизни»	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №37
4	Этические аспекты работы с ложными воспоминаниями	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №38
5	Специализированные техники	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №39
6	Тройная спираль Милтона Эриксона (трансдукция через множественные связи)	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №40
7	Гипноанестезия и гипноаналгезия: вербальные и невербальные протоколы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №41
8	Самогипноз и профилактика выгорания	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №42
9	Техники самогипноза для терапевта: восстановление, креативность, эмоциональная регуляция	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №43
10	Формирование у клиента навыков автономной работы	2,5	1	1	0,5	Практическое задание №44
11	Итоговое задание к модулю 4	1	-	1	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		26	10	11	5	

Содержание программы:

Занятие 1. Возрастная регрессия и прогрессия	<i>Теория</i>	Понятие и нейробиологические механизмы возрастной регрессии и прогрессии. Алгоритм проведения регрессии к ресурсу. Алгоритм прогрессии в будущее. Безопасность и этика в работе с регрессией и прогрессией.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №35
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Пошаговые алгоритмы.
Занятие 2. Регрессия к ключевому событию: техники возврата, работа с ресурсами	<i>Теория</i>	Общие понятия. Диагностика, индукция и трансформация ключевого события. Техника безопасности. Правило пяти «НЕ»
	<i>Практика</i>	Практическое задание №36
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 3. Прогрессия в будущее: моделирование желаемого поведения, «фильм жизни»	<i>Теория</i>	Цель и задачи гипнотической прогрессии. Практические инструменты прогрессии. Техника безопасности
	<i>Практика</i>	Практическое задание №37
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 4. Этические аспекты работы с ложными воспоминаниями	<i>Теория</i>	Нейробиология и психология ложных воспоминаний. Правила безопасной практики. Правовые и профессиональные риски. Работа с клиентом при появлении ложных воспоминаний. Чек-листы.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №38

	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Рекомендации по документированию регрессивных сессий.
Занятие 5. Специализированные техники	<i>Теория</i>	Гипнотическая аналгезия. Работа с соматикой. Гипнотическая регрессия: путешествие в точку зарождения. Прогрессия как проектирование будущего. Работа с частями личности. Техника безопасности и противопоказания.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №39
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практикум к занятию.
Занятие 6. Тройная спираль Милтона Эриксона (трандукция через множественные связи)	<i>Теория</i>	Трандукция. Переход между состояниями. Множественные связи. Архитектура гипнотической речи. Тройная спираль. Полная структура.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №40
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практикум к занятию.
Занятие 7. Гипноанестезия и гипноаналгезия: вербальные и невербальные протоколы	<i>Теория</i>	Типология боли и её диагностика. Вербальные протоколы гипноаналгезии. Невербальные протоколы гипноаналгезии. Техника безопасности и противопоказания.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №41
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 8. Самогипноз и профилактика выгорания	<i>Теория</i>	Профессиональное выгорание гипнотерапевта. Определение, нейрофизиология, принципы самогипноза. Противопоказания к самогипнозу. Рекомендации для психолога.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №42
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Техники восстановления и профессиональная гигиена.
Занятие 9. Техники самогипноза для терапевта: восстановление, креативность, эмоциональная регуляция	<i>Теория</i>	Базовые опоры профессионального самогипноза. Универсальный протокол входа в самогипноз. Техники самогипноза. Правила безопасности и режим практики самогипноза. Часто задаваемые вопросы.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №43
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 10. Формирование у клиента навыков автономной работы	<i>Теория</i>	Понятие автономной работы и её роль в терапии. Признаки готовности к завершению терапии. Сроки и этапы обучения автономии. Обучение клиента само-скриптингу. Сопротивление клиента автономной работе.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №44
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практические инструменты для автономной работы клиента. - Дневник самонаблюдения для отслеживания изменений.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 35:

«1. В уроке описан алгоритм регрессии к ресурсу. Напишите все восемь шагов в правильной последовательности.

2. В уроке описаны типичные ошибки новичков. Ниже дана ситуация. Определите, какая ошибка допущена, и напишите, как её исправить. (4-5 предложений.)

Ситуация: Психолог начинает регрессию с клиентом и сразу даёт инструкцию: «Войдите в это воспоминание и почувствуйте всё, что вы чувствовали тогда»».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 36:

«1. В уроке описана техника «Зал безопасности и экран времени». Напишите две ключевые фразы для этапа 4 этой техники (создание «Экрана»).

2. В уроке описана работа с клиентами без визуального воображения. Ниже дана ситуация. Определите, какая ошибка допущена, и напишите, как её исправить.

Ситуация: клиент говорит: «Я не вижу картинку». Психолог отвечает: «Постарайтесь сильнее, представьте экран»».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 37:

«1. В уроке описана техника «Четыре измерения желаемого будущего». Напишите названия всех четырёх измерений.

2. Кейс. В технике «Фильм жизни» клиент успешно прожил желаемый сценарий. Теперь нужно создать якорь успеха. Напишите инструкцию (3–4 предложения), которую вы произнесёте клиенту, опираясь на протокол из урока».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 38:

«1. Ниже даны закрытые (наводящие) вопросы. Переформулируйте их в открытые, этически безопасные вопросы.

«Ты боялся?»

«Тебя ударили?»

«Твоя мама тебя не любила?»».

2. В уроке описаны «красные флаги» ложных воспоминаний. Ниже дана ситуация. Определите, какой «красный флаг» проявился, и напишите, как должен отреагировать психолог.

Ситуация: Клиент в регрессии начинает очень ярко и детально описывать событие, которое произошло в 5 лет: «Она была в красном платье с белым воротничком, на столе стояли жёлтые тюльпаны, а на полу был ковёр с узорами...»».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 39:

«1. Клиент жалуется на хроническую боль в пояснице. Обследование пройдено, органической патологии нет. Врач сказал: «Всё в норме, работайте с психологом». Боль мешает жить, интенсивность 8/10.

Вопрос: Какую технику вы выберете для работы и почему? Напишите 1-2 предложения.

2. В уроке описаны правила безопасности при работе с регрессией. Ниже дана ситуация. Определите, какая ошибка допущена, и напишите, как её исправить (3-4 предложения).

Ситуация: В процессе регрессии клиент начинает сильно плакать, дыхание учащается, появляется тремор. Психолог говорит: «Продолжайте, это важный прорыв»».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 40:

«1. Клиент пришёл с запросом на тревогу. В ходе сессии вы замечаете, что он много анализирует, рассуждает, «живёт в голове», но почти не контактирует с телом.

Вопрос: Какой шаблон тройной спирали вы выберете для этого клиента и почему? Напишите 1-2 предложения.

2. Дано прямое внушение: «Вы будете чувствовать себя спокойно в любой ситуации».

Задание: преобразуйте его в тройную спираль, используя структуру: контекстуальная линия → содержательная линия → ресурсная линия → интеграция (сплетение)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 41:

«1. Клиент пришёл с болью в спине. Обследование показало остеохондроз. Боль длится 2 месяца, интенсивность 6/10, ноющая, усиливается к вечеру.

Вопрос: Определите тип боли по механизму и по времени. Напишите два слова.

2. Клиент жалуется на головную боль. Интенсивность 9/10. При этом он говорит: «Я не хочу идти к врачу, просто снимите боль, вы же можете».

Вопрос: Ваши действия. Напишите 1-2 предложения».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 42:

«1. Психолог переживает профессиональный кризис: после неудачной сессии появились сомнения в своей компетентности. Чувствует, что «ничего не умеет».

Вопрос: Напишите ключевую фразу из техники «Самоподдержка», которую вы скажете себе в этой ситуации (1 предложение).

2. Вы работаете с клиентом, сессия была эмоционально сложной. После ухода клиента чувствуете тяжесть в груди и «чужое» эмоциональное состояние.

Вопрос: Какую технику самогипноза вы примените и почему? Напишите 1-2 предложения».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 43:

«1. Вы только что завершили тяжёлую сессию с клиентом, чувствуете, что «подхватили» его тревогу. Через 10 минут следующая сессия. Какую технику самогипноза вы примените и почему? Напишите одно предложение.

2. Завтра у вас сложный клиент, и вы чувствуете, что вам не хватает свежих идей для работы с его запросом. Какую технику вы примените для подготовки и в какое время дня? Напишите одно предложение».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Практическое задание № 44:

«1. Клиент говорит: «Я боюсь, что если перестану ходить к вам, всё вернётся обратно. Я не справлюсь один». Напишите одну фразу-рефрейминг, которую вы скажете клиенту, опираясь на материал урока.

2. Психолог замечает, что клиент сохраняет достижения в течение месяца, самостоятельно применяет техники при стрессе и говорит: «Я знаю, что делать, если это вернётся». Сколько признаков готовности к завершению терапии здесь проявлено? Перечислите их».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

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

Формой **промежуточной аттестации** является тестирование по итогам модуля 4:

1. В чем заключается ключевое отличие гипнотической прогрессии от простой визуализации?

а) Прогрессия предполагает пассивное наблюдение за образом будущего, в то время как визуализация – это активное действие.

б) Прогрессия – это проживание будущего в трансе с полным телесным и эмоциональным погружением, а визуализация – это простое «представление» картинки. +

в) Прогрессия работает только с прошлым опытом, а визуализация – с будущим.

г) Прогрессия требует более глубокого транса, чем визуализация, но менее эффективна для закрепления новых паттернов.

2. В ходе гипнотерапевтической сессии клиент неожиданно выходит на травматическое воспоминание. Согласно протоколу работы с регрессией, каковы должны быть действия психолога?

а) Немедленно усилить внушения и провести клиента через травму до полного завершения, чтобы не оставлять материал незавершенным.

б) Задать наводящие вопросы, чтобы уточнить детали травматического события и лучше понять его природу.

в) Продолжить сессию по плану, игнорируя появление травматического материала, так как это отвлекает от основной цели.

г) Остановить углубление, усилить диссоциативную защиту («посмотрите на это со стороны»), при необходимости вернуть клиента в ресурсное состояние или заземлить. +

3. Какой признак является «красным флагом», который указывает на возможное ложное воспоминание у клиента?

- а) Клиент описывает воспоминание с некоторыми сомнениями («мне кажется, это было так...»).
- б) Клиент сообщает, что помнит основные события, но не все детали.
- в) Клиент описывает воспоминание с чрезмерной детализацией, которая становится ярче с каждым сеансом. +
- г) Клиент испытывает сильные эмоции при воспоминании.

4. Какой протокол является обязательным перед началом гипнотической регрессии?

- а) Протокол «Трех вопросов» для проверки готовности психики клиента, наличия опор и установления контракта. +
- б) Протокол «Экологическая проверка» цели на вторичную выгоду.
- в) Протокол «Медицинский допуск» для исключения органических патологий.
- г) Протокол «Шкала достоверности» для оценки вероятности события.

5. В чем заключается ключевая задача гипнотической прогрессии в терапевтическом процессе?

- а) Найти первопричину проблемы в прошлом клиента.
- б) Создать в психике клиента нейронную карту желаемого будущего и закрепить новые поведенческие паттерны через проживание успешного сценария. +
- в) Вызвать у клиента сильные эмоции для катарсиса.
- г) Проверить гипнабельность клиента и глубину транса.

6. Какова основная функция диссоциативной защиты в технике регрессии?

- а) Создать безопасную дистанцию между клиентом и воспоминанием, позволяя ему наблюдать за событием со стороны, а не «захлебываться» эмоциями. +
- б) Углубить транс клиента для более интенсивного переживания.
- в) Проверить, насколько клиент внушаем и готов следовать инструкциям.
- г) Зафиксировать все детали воспоминания для дальнейшего анализа.

7. Какой подход к работе с ложными воспоминаниями является этически правильным?

- а) Активно искать подтверждение воспоминаний в прошлом клиента, используя наводящие вопросы.
- б) Подтверждать любые воспоминания клиента, чтобы укрепить терапевтический альянс.
- в) Работать с чувствами и телесными ощущениями клиента, не углубляясь в сюжет и не подтверждая факт события («Я не знаю, произошло ли это, но чувство реально»). +
- г) Полностью игнорировать любые сообщения клиента о прошлом, чтобы не создавать ложных воспоминаний.

8. Какие возрастные ограничения рекомендуется соблюдать при проведении прогрессии с детьми до 12 лет?

- а) Не более 5 лет.
- б) Возрастных ограничений нет, главное — чтобы образ был позитивным.
- в) Не более 10 лет.
- г) Не более 1–2 лет. +

9. В чем заключается суть техники «шестишаговый рефрейминг»?

- а) Это техника для создания метафоры под конкретный запрос клиента.
- б) Это способ работы с внутренним конфликтом субличностей через диалог, отделение намерения от поведения, поиск альтернатив и интеграцию. +
- в) Это метод быстрого входа в транс через шестикратное фракционирование.
- г) Это алгоритм для проведения возрастной регрессии к ресурсу.

10. Какой принцип лежит в основе работы с гипноаналгезией (изменением восприятия боли)?

- а) Полное отключение болевого сигнала через гипноанестезию.
- б) Игнорирование боли и переключение внимания клиента на другие ощущения.
- в) Снижение интенсивности боли и изменение её качества, но не полная блокировка сигнала, так как боль выполняет защитную функцию. +
- г) Использование только вербальных внушений без подключения телесных техник.

11. Что является абсолютным противопоказанием для применения гипноаналгезии?

- а) Хроническая головная боль напряжения.
- б) Боль в спине при остеохондрозе.
- в) Фантомная боль после ампутации.
- г) Острая недиагностированная боль в животе. +

12. Какой из перечисленных признаков НЕ является маркером успешной интеграции в транс?

- а) Клиент говорит фразу «Я понял», но при этом телесное ощущение не изменилось. +
- б) Дыхание становится глубоким и ровным.
- в) Наблюдается расслабление мышц лица и плеч.
- г) Клиент сообщает о чувстве тепла и лёгкости в теле.

13. В чем заключается суть «тройной спирали» Милтона Эриксона?

- а) Это техника быстрого входа в транс через три последовательных шага.
- б) Это способ построения речи, при котором три линии (контекстуальная, содержательная, ресурсная) переплетаются в единое целое, создавая синергетический эффект и невозможность сопротивления. +

- в) Это метод работы с тремя типами клиентов (визуалы, аудиалы, кинестетики).
 - г) Это техника для работы с тремя разными проблемами клиента в одной сессии.
- 14. Какова основная цель обучения клиента навыкам автономной работы (самогипнозу, самокорреляции)?**

- а) Сократить количество сессий и повысить доход психолога.
- б) Создать у клиента зависимость от психолога для долгосрочной работы.
- в) Дать клиенту инструменты для самостоятельной поддержки достигнутых изменений и предотвращения рецидивов, воспитывая «внутреннего психолога». +
- г) Переложить на клиента всю ответственность за результат терапии.

15. Согласно протоколу безопасности каковы правильные действия психолога при возникновении у клиента сильной эмоциональной реакции (абреакции) во время регрессивной работы?

- а) Усилить внушения и провести клиента через травму до полного завершения, чтобы не оставлять материал незавершенным.
- б) Остановить углубление, усилить диссоциацию («посмотрите на это со стороны»), заземлить клиента и при необходимости выйти из транса. +
- в) Начать успокаивать клиента логическими объяснениями, чтобы он взял эмоции под контроль.
- г) Задать уточняющие вопросы о деталях переживания, чтобы лучше понять его природу.

16. Какой из этих вопросов является этически правильным (открытым) при работе с регрессией?

- а) «Что ты чувствовал в тот момент?» +
- б) «Тебя ударили тогда?»
- в) «Ты боялся в тот момент?»
- г) «Он был злым?»

17. Какой из перечисленных признаков НЕ является маркером того, что клиент готов к завершению терапии?

- а) Клиент сообщает о стабильных изменениях в течение нескольких недель.
- б) Клиент демонстрирует способность самостоятельно применять техники для саморегуляции.
- в) Клиент говорит: «Я знаю, что делать, если это вернется».
- г) Клиент начинает пропускать сессии без предупреждения и не выполняет домашние задания. +

18. Какая техника входит в «аварийный набор» для клиента для быстрого восстановления в стрессовой ситуации?

- а) Полная сессия возрастной регрессии к ресурсу.
- б) Анализ сновидений за последнюю неделю.
- в) Дыхательная техника «Квадрат» (вдох-задержка-выдох-задержка по 4 счета). +
- г) Прогрессия в будущее на 5 лет.

19. В чем заключается ключевое отличие самогипноза от гетерогипноза (работы с клиентом)?

- а) Самогипноз всегда менее эффективен, чем гетерогипноз.
- б) При самогипнозе психолог одновременно является и оператором, и клиентом, а глубина транса обычно легче или средняя. +
- в) Самогипноз можно использовать только для профилактики выгорания, но не для работы с клиентами.
- г) При самогипнозе не используется якорение, в отличие от гетерогипноза.

20. Какой принцип лежит в основе профилактики профессионального выгорания гипнотерапевта согласно материалам курса?

- а) Регулярный самогипноз в сочетании с супервизией, физическим восстановлением и соблюдением профессиональной гигиены. +
- б) Максимальное количество сессий в день для достижения «потока».
- в) Полное исключение сложных клиентов из практики.
- г) Использование только директивных техник, чтобы не «погружаться» в клиента.

Промежуточная аттестация в формате тестирования оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к тестовому заданию. Критерии оценивания: для зачета необходимо верно ответить на 16 вопросов из 20. Количество попыток на прохождения тестирования: 2.

Вопросы тестов размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося. Тесты представлены в электронном виде. Тесты предполагают выбор правильного ответа из предложенных вариантов. Оценка выполнения теста происходит автоматически. Результаты тестирования формируются автоматически.

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 занятия для самостоятельного изучения;

- практикумы для самостоятельной отработки полученных знаний:
- × работа с острым болевым симптомом в учебной модели;
- × создание индивидуального аудио-сценария для самогипноза;
- × регрессия к позитивному опыту и извлечение ресурсов.

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 выполнения практических заданий, коммуникации с обучающимися через мессенджер и в иных установленных формах, отработки полученных знаний в практикумах.

Промежуточная аттестация по программе представлена в виде итоговых работ к каждому модулю. Промежуточная аттестация представляет собой зачет по совокупности выполненных слушателем итоговых работ к модулям. Задания промежуточной аттестации оцениваются, как «выполнено», если соблюдены все требования к выполнению задания. Критерии оценивания заложены в лекционной части урока.

Итоговая аттестация. К итоговой аттестации допускаются слушатели, освоившие учебный план в полном объеме. Итоговая аттестация представлена в виде тестирования.

Итоговая аттестация в формате тестирования оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к тестовому заданию. Критерии оценивания: для зачета необходимо верно ответить на 16 вопросов из 20. Количество попыток на прохождения тестирования: 2.

Вопросы тестов размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося. Тесты представлены в электронном виде. Тесты предполагают выбор правильного ответа из предложенных вариантов. Оценка выполнения теста происходит автоматически. Результаты тестирования формируются автоматически.

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. ЭВОЛЮЦИЯ ГИПНОТЕРАПИИ: МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ Тукаев Р.Д. Вестник психотерапии. 2020. № 76 (81). С. 7-29. <https://elibrary.ru/item.asp?id=44402481>.
2. 7 ШАГОВ ЭФФЕКТИВНОЙ СТРАТЕГИИ ИНТЕГРАТИВНОЙ ГИПНОТЕРАПИИ СОМАТИЧЕСКИХ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ. Халваши О.В. Человеческий фактор: Социальный психолог. 2021. № 1 (41). С. 577-589. <https://elibrary.ru/item.asp?id=46221608>.

3. ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ГИПНОТЕРАПИИ У ПАЦИЕНТОВ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЙ ПРОБЛЕМАТИКОЙ. Дешевых А.А. Человеческий капитал. 2024. № 9 (189). С. 72-80. <https://elibrary.ru/item.asp?id=69213747>.
4. ГИПНОТЕРАПИЯ: ИСЦЕЛЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ПОДСОЗНАНИЯ. Побегайлова А.В. Интеллектуальные ресурсы - региональному развитию. 2024. № 2. С. 323-327. <https://elibrary.ru/item.asp?id=74315120>.

Дополнительная литература:

5. ВОЗМОЖНОСТИ ГИПНОТЕРАПИИ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ. Умерова Д.Н. Педагогика & Психология. Теория и практика. 2017. № 3 (11). С. 43-45. <https://elibrary.ru/item.asp?id=48507259>.
6. ОНЛАЙН-ГИПНОТЕРАПИЯ: СОВРЕМЕННЫЙ ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАДАЧ Худайбердыев Д.Х. Символ науки: международный научный журнал. 2024. Т. 2. № 11-2. С. 86-88. <https://elibrary.ru/item.asp?id=75138628>.

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.

1. Какой феномен транса характеризуется произвольным движением пальцев в ответ на внутренний вопрос психолога и используется как способ коммуникации с бессознательным клиента?

- а) Катаlepsия.
- б) Идеомоторный сигналинг. +
- в) Левитация руки.
- г) Трансовая логика.

2. В чем заключается ключевое отличие классического (директивного) подхода к гипнозу от эриксоновского (недирективного)?

- а) В использовании метафор и историй вместо прямых команд. +
- б) В применении только для работы с болью.
- в) В требовании обязательного погружения в глубокий сомнамбулический транс.
- г) В использовании только визуальных техник индукции.

3. Какой паттерн Милтон-модели используется во фразе: «Вы можете чувствовать спокойствие либо как тепло в груди, либо как легкость в голове?»

- а) Трюизм.
- б) Номинализация.
- в) Пресуппозиция.
- г) Двойная связка. +

4. Согласно модели логических уровней Роберта Дилтса, какой уровень отвечает за самоощущение человека: «Кто я? Какова моя сущность?»

- а) Уровень поведения.
- б) Уровень способностей.
- в) Уровень идентичности. +
- г) Уровень убеждений и ценностей.

5. В чем заключается главная цель этапа «пре-интервью» в структуре гипнотерапевтической сессии?

- а) Ввести клиента в глубокий транс.
- б) Перевести размытый запрос клиента в измеримую, позитивную и экологичную цель для бессознательного. +
- в) Провести основную терапевтическую интервенцию.
- г) Вывести клиента из транса и закрепить результат.

6. При работе с клиентом, который говорит: «Я никогда не смогу доверять людям», – какой инструмент мета-модели следует использовать, чтобы превратить это утверждение в трансовое внушение?

- а) Закрытый вопрос: «Ты уверен, что никогда?»
- б) Прямое опровержение: «Это неправда, вы можете».
- в) Открытый вопрос для уточнения, а затем мягкая переформулировка с использованием его же слов в Милтон-модели (например, «И никогда – это долгий путь... а сейчас есть всего несколько мгновений...»). +
- г) Игнорирование этого утверждения и переход к релаксации.

7. Согласно протоколам безопасности каковы правильные действия психолога при возникновении у клиента сильной эмоциональной реакции (абреакции) во время регрессивной работы?

- а) Задать уточняющие вопросы о деталях переживания, чтобы лучше понять его природу.
- б) Усилить внушения, чтобы клиент быстрее «прожил» эмоцию и вышел из состояния.
- в) Начать успокаивать клиента логическими объяснениями, чтобы он взял эмоции под контроль.
- г) Остановить углубление, вернуть клиента в «безопасное место» или заземлить, и при необходимости вывести из транса. +

8. Какой нейрофизиологический механизм, открытый Мэгуном и Моруцци в 1949 году, регулирует общий тонус коры головного мозга и переходы между сном, бодрствованием и трансом?

- а) Ретикулярная формация (ARAS). +
- б) Лимбическая система.
- в) Мозжечок.
- г) Гиппокамп.

9. В чем заключается главная задача постгипнотического внушения (ПГВ)?

- а) Углубить транс клиента.
- б) Закрепить изменения, достигнутые в трансе, и перенести их в повседневную жизнь клиента, привязав к конкретному триггеру. +
- в) Завершить сессию и вывести клиента из транса.
- г) Провести диагностику внушаемости клиента.

10. Какой уровень транса по модифицированной шкале характеризуется наличием катаlepsии конечностей, амнезией на слова и идеомоторными движениями?

- а) Уровень 1 (сонливость).
- б) Уровень 2 (лёгкая релаксация).
- в) Уровень 3 (средний транс).
- г) Уровень 4 (глубокий транс / сомнамбулизм 1). +

11. Какая техника углубления транса основана на многократном чередовании открывания и закрывания глаз, что создает условный рефлекс на команду «закройте»?

- а) Левитация руки.
- б) Спуск по лестнице.
- в) Фракционирование. +
- г) Числовое углубление.

12. Согласно протоколу безопасной работы с регрессией какое действие является обязательным перед началом погружения клиента в ресурсное воспоминание?

- а) Создание диссоциативной защиты (например, «экран» или «кинотеатр») для безопасного наблюдения за воспоминанием. +
- б) Проведение возрастной прогрессии для проверки устойчивости ресурса.
- в) Прямое внушение клиенту, что он обязательно вспомнит все детали события.
- г) Использование наводящих вопросов для уточнения деталей ресурсного события.

13. Какой признак является «красным флагом», который указывает на возможное ложное воспоминание у клиента?

- а) Клиент описывает воспоминание с некоторыми сомнениями.
- б) Клиент сообщает, что помнит основные события, но не все детали.
- в) Клиент описывает воспоминание с чрезмерной детализацией, которая становится ярче с каждым сеансом. +
- г) Клиент испытывает сильные эмоции при воспоминании.

14. В чем заключается суть тройной спирали Милтона Эриксона?

- а) Это техника быстрого входа в транс через три последовательных шага.
- б) Это техника для работы с тремя разными проблемами клиента в одной сессии.
- в) Это метод работы с тремя типами клиентов (визуалы, аудиалы, кинестетики).
- г) Это способ построения речи, при котором три линии (контекстуальная, содержательная, ресурсная) переплетаются в единое целое, создавая синергетический эффект и невозможность сопротивления. +

15. Какова основная цель гипнотической аналгезии в клинической работе?

- а) Снижение интенсивности боли и изменение её качества, но не полная блокировка сигнала, так как боль выполняет защитную функцию. +
- б) Полное отключение болевого сигнала организма.
- в) Игнорирование боли и переключение внимания клиента на другие ощущения.
- г) Использование только вербальных внушений без подключения телесных техник.

16. Что является абсолютным противопоказанием для применения гипноаналгезии?

- а) Хроническая головная боль напряжения.
- б) Острая недиагностированная боль в животе. +
- в) Фантомная боль после ампутации.
- г) Боль в спине при остеохондрозе.

17. В чем заключается ключевая задача обучения клиента навыкам автономной работы (самогипнозу, самоякорению)?

- а) Сократить количество сессий и повысить доход психолога.
- б) Создать у клиента зависимость от психолога для долгосрочной работы.
- в) Дать клиенту инструменты для самостоятельной поддержки достигнутых изменений и предотвращения рецидивов, воспитывая «внутреннего психолога». +
- г) Переложить на клиента всю ответственность за результат терапии.

18. Какой из перечисленных признаков НЕ является маркером того, что клиент готов к завершению терапии?

- а) Клиент начинает пропускать сессии без предупреждения и не выполняет домашние задания. +
- б) Клиент демонстрирует способность самостоятельно применять техники для саморегуляции.
- в) Клиент говорит: «Я знаю, что делать, если это вернется».
- г) Клиент сообщает о стабильных изменениях в течение нескольких недель.

19. Какой принцип лежит в основе профилактики профессионального выгорания гипнотерапевта?

- а) Использование только директивных техник, чтобы не «погружаться» в состояние клиента.
- б) Максимальное количество сессий в день для достижения «потока».
- в) Полное исключение сложных клиентов из практики.
- г) Регулярный самогипноз в сочетании с супервизией, физическим восстановлением и соблюдением профессиональной гигиены. +

20. Что является ключевым механизмом действия фракционирования (многократного открывания и закрывания глаз) как техники углубления транса?

- а) Это вызывает утомление глазных мышц и сонливость.
- б) Это создает условный рефлекс: каждый раз, закрывая глаза, клиент погружается глубже, так как мозг фиксирует контраст состояний. +
- в) Это дает клиенту возможность сознательно контролировать глубину транса.
- г) Это используется только для проверки, не заснул ли клиент.