

Государственного автономного  
учреждения социального  
обслуживания Новосибирской области  
«Новосибирский областной  
геронтологический центр»  
**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор

«2»

В. И. Гоманков

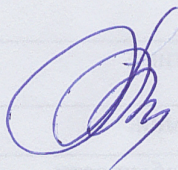
2018 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ  
«ОСНОВЫ ПСИХОСОМАТИКИ. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ  
ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВАХ У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ»  
(16 часов)

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	
		Лекции	Практические занятия
1	<b>Введение</b> в психосоматику.	1,44 (65 мин.)	-
1.1	<b>Диагностика</b> алекситимии.		0,6 (25 мин.)
2	<b>Лекция</b> «Особенности организации психокоррекционных мероприятий для лиц пожилого возраста».	0,6 (25 мин.)	-
2.1	<b>Мастер-класс</b> «Психология стресса» с практикумом по саморегуляции состояния: регуляция артериального давления, ЧСС. Снятие стрессового напряжения, профилактика развития психосоматических заболеваний.	-	2 (90 мин.)
3	<b>Лекция с элементами практикума</b> «Возможности арттерапии при диагностике и коррекции психосоматических расстройств у детей и взрослых»: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Диагностика актуальной психопроблематики.</li> <li>• Формирование движения к здоровому состоянию.</li> <li>• Рисунок, как инструмент в работе с психологической проблемой.</li> <li>• Практическая проработка арт-терапевтических методов участниками программы.</li> </ul>	0,6 (25 мин.)	1,44 (65 мин.)
4	<b>Лекция</b> «Формирование психологической основы для развития психосоматических расстройств у детей».	1,44 (65 мин.)	-
5	<b>Методы и техники</b> работы с психосоматическими расстройствами: <ul style="list-style-type: none"> <li>— Мишени для психокоррекционной работы с психосоматическими расстройствами у детей и взрослых.</li> <li>— Эриксоновский гипноз.</li> <li>— Приемы краткосрочной симптоматической психотерапии.</li> <li>— Кататимно-имагинативная терапия.</li> </ul>	1 (45 мин.)	1 (45 мин.)

5.1	<b>Мастер-класс</b> по работе с причинами психосоматических проблем с <b>практикумом</b> по освоению психокоррекционных навыков: — Работа с внутренними программами здоровья. — Работа с треваемостью и страхами. — Приемы психологической работы с хроническими заболеваниями. Болевой синдром.	-	2 (90 мин.)
6	<b>Лекция</b> «Телесно-ориентированный подход к решению психосоматических проблем».	1,44 (65 мин.)	-
6.1	<b>Практикум</b> по работе с мышечными блоками и психологическими комплексами у детей и взрослых: — Телесноориентированная психотерапия. — Синхрoгимнастика как метод саморегуляции организма. — Дыхательные практики как способ изменения состояния.	-	2,56 (115 мин.)
<b>Всего часов</b>		6,34	9,6

Руководитель Учебного центра



Г.А.Шураева