

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор


В. И. Гоманков
« 2 » апреля » 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	Введение в психосоматику.	1,44 (65 мин.)	-
1.1	Диагностика алекситимии.		0,6 (25 мин.)
2	Лекция «Особенности организации психокоррекционных мероприятий для лиц пожилого возраста».	0,6 (25 мин.)	-
2.1	Мастер-класс «Психология стресса» с практикумом по саморегуляции состояния: регуляция артериального давления, ЧСС. Снятие стрессового напряжения, профилактика развития психосоматических заболеваний.	-	2 (90 мин.)
3	Лекция с элементами практикума «Возможности арттерапии при диагностике и коррекции психосоматических расстройств у детей и взрослых»: • Диагностика актуальной психопроблематики. • Формирование движения к здоровому состоянию. • Рисунок, как инструмент в работе с психологической проблемой. • Практическая проработка арт-терапевтических методов участниками программы.	0,6 (25 мин.)	1,44 (65 мин.)
4	Лекция «Формирование психологической основы для развития психосоматических расстройств у детей».	1,44 (65 мин.)	-
5	Методы и техники работы с психосоматическими расстройствами: — Мишени для психокоррекционной работы с психосоматическими расстройствами у детей и взрослых. — Эриксоновский гипноз. — Приемы краткосрочной симптоматической психотерапии. — Кататимно-имагинативная терапия.	1 (45 мин.)	1 (45 мин.)

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

Руководитель Учебного центра



Г.А.Шураева