

## **Практика Био-энерго-системо-терапии (БЭСТ): пролонгированный курс подготовки специалистов**

**Вид образования:** дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

**Цель:** совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

**Категория слушателей:** специалисты со средним и высшим профессиональным образованием (педагогическое психологическое, социально-педагогическое).

**Форма обучения:** очная, дневная.

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

- получить полное представление о теоретических и методических основаниях БЭСТ;
- освоить базовый алгоритм работы, познакомиться на практике с основными техниками и приемами данного подхода;
- понять области применения, возможности и ограничения БЭСТ;
- оценить собственную готовность для работы в рамках данного направления телесно-ориентированной терапии.
- научиться видеть, как душевная жизнь человека, его эмоциональные переживания и скрытые неосознаваемые процессы отражаются в теле;
- освоить протоколы и методы для оказания помощи пациентам с психосоматическими расстройствами;
- углубленно проработать собственную чувствительность и энергетические возможности, необходимые специалисту БЭСТ.
- понять основные мишени работы с неврологическими пациентами,
- освоить алгоритмы и методы БЭСТ для достижения оздоровительного эффекта на физическом и психологическом уровнях,
- расширить и усовершенствовать собственные профессиональные навыки в области БЭСТ.

### **Учебно-тематический план:**

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
<b>Практика Био-энерго-системо-терапии (БЭСТ): пролонгированный курс подготовки специалистов</b>	72	18	54	Супервизия

## Календарный учебный график:

объем ОП (кол-во ак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
72	9	дд.мм.гг начала программы – дд.мм.гг окончания программы	<b>Все дни</b> 10:00 – 11:20 11:30 – 13:00 <b>или</b> 10:30 – 11:50 12:00 – 13:30 <b>или</b> 14:30 – 15:50 16:00 – 17:30	8	48	1	дд.мм.гг, супервизия

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

## Учебная программа:

- История формирования и теоретические аспекты БЭСТ.
- Психофизиологические механизмы и закономерности, лежащие в основе метода.
- Сходство и различие с основными направлениями телесно-ориентированной терапии.
- Взаимодействие с клиентом в БЭСТ: контакт и контракт, обратная связь, активный диалог, динамический транс, управление вниманием, образное моделирование, вегетативный резонанс.
- Телесные метафоры: модальности, особенности интерпретации и трансформации.
- Трансовые состояния: возникновение, генерирование, коррекция телесных метафор внутри трансовых состояний.
- Требования к специалисту в области БЭСТ: техника безопасности, оборудование, рабочее место, одежда, упражнения для подготовки к работе, самонастройка и самокоррекция.
- Базовые приемы и техники БЭСТ: релаксация, растяжки (горизонтальные и вертикальные статические, индивидуальные и групповые, динамические и Х-растяжки), вербальная и невербальная суггестия.
- Базовые массажные техники: отличие от классического массажа, специфика выполнения, работа с болевыми синдромами, взаимосвязь гистаминных и психоэмоциональных блоков, поиск и деблокировка.
- Приемы с опорой на прессуру: понятие о меридианах, связь энергетических центров с нервной и эндокринной системой, комбинированный точечный массаж аккумулятивного действия, перевод телесного воздействия в психотерапевтическое.
- Приемы мануальной терапии: суггестиво-мануальные техники, геральдическое древо.
- «Хилерские» техники: приемы локального воздействия, эффект биоэнергетического поля, область применения, психотерапевтический эффект.
- Общий протокол работы, продолжительность сеанса и курса в БЭСТ.
- Взаимосвязь социальных, психических и физиологических механизмов возникновения и развития болезней.
- Популярные теоретические модели психосоматики: психодинамические, психофизиологические, соматоцентрированные.
- БЭСТ как технология работы с психосоматозом.
- Глубинная диагностика психосоматических расстройств средствами БЭСТ.
- Углубленная проработка состояния специалиста в области БЭСТ:

- развитие чувствительности рук:
  - развитие общей чувствительности,
  - практикум-ликбез экстрасенса,
  - энергетические практики, набор и управление энергией,
  - развитие третьей позиции в БЭСТ, настройка «наблюдателей»,
  - техники безопасности и защиты для терапевта и пациента.
- Снятие психомоторного возбуждения. Трансовые состояния: возникновение, генерирование, использование в лечебных целях.
  - Протокол и приемы работы с головой в БЭСТ. «Помыть голову снаружи и изнутри». Аурикулотерапия.
  - Техники воздействия при коррекции фобий, панических атак, тревожных расстройств. «Чистка чердака». Идеомоторика в БЭСТ.
  - Глубокий биоэнергетический дренаж грудной клетки и органов грудной полости: дыхательные техники возбуждения и торможения, коррекция хронического стресса и затяжных депрессивных состояний.
  - Коррекция сердечно-сосудистых расстройств методами БЭСТ.
  - Нормализация активности эндокринной системы в БЭСТ.
  - Выявление и дезактивация глубинных дисбалансов и внутриличностных конфликтов.
  - Роллинги (откатывание) в коррекции эмоциональных проблем, психосоматических синдромов.
  - Понятие о неврологическом поражении у детей и взрослых.
  - Дифференциальная диагностика неврозов и неврологических поражений.
  - Психологический фон, сопутствующий поражениям различного генеза.
  - Занятия с психотерапевтом-психологом и задания для самостоятельной работы.
  - Роль терапевта и роль пациента, контракт.
  - Методики и алгоритмы БЭСТ для больных с неврологическими поражениями (параличи, парезы, травмы, осложнения ДЦП).
  - Телесные метафоры, соответствующие различным неврологическим синдромам.
  - Выявление, фиксация и динамика метафор.
  - Интерпретация цветовых метафор.
  - Образ тела при неврологическом поражении.
  - Методика выявления и коррекции искажений образа тела.
  - Техники БЭСТ для восстановления целостности образа тела.
  - Болевые симптомы неврологического происхождения.
  - Правила, техники и методики работы с болью в БЭСТ.
  - Дозированные болевые воздействия и их роль в формировании нормального движения и образа тела.
  - Методики психологической реабилитации, направленные на коррекцию образа тела.
  - Бесконтактные техники: области применения и назначение, приемы использования.
  - «Круги гармонизации»: гармонизация психоэнергетического состояния бесконтактными методами.
  - «Энергетический каркас»: диагностика и коррекция искажений в образе тела контактными и бесконтактными техниками.
  - Возможности интеграции БЭСТ с другими подходами.

**Формы работы:** мини-лекции, демонстрации приемов и техник, групповые и индивидуальные упражнения для отработки навыков, методические анализы и разборы, дидактические сеансы психотерапии.