

УТВЕРЖДЕНО

Ученым советом ФГБУ «НМИЦПН им. В.П. Сербского»
Минздрава России

«31 »января 2024 г., протокол № 1

Председатель Ученого совета, д.м.н.,




С.В. Шпорт

ПРОГРАММА

Мастер-класса/тренинга

«Краткосрочная психотерапия психосоматических расстройств»

(7 часов)

Автор: Канаева Л.С., Парпара М.А.

Целевая аудитория мастер – класса (кого обучаем): медицинские психологи, психотерапевты

Целевая аудитория (для кого предназначен мастер-класс/тренинг): для участников СВО с невротическими, психосоматическими, легкими аффективными расстройствами, в том числе с легкими когнитивными расстройствами, коморбидными зависимостями, получающими психиатрическую и наркологическую помощь, имеющими компенсированные соматические заболевания и проходящие реабилитацию, в том числе, протезирование

Методология: учитывая сложность группы, возможно, низкую мотивацию, снижение когнитивных возможностей, рекомендуется использовать психообразовательные, диалектико-поведенческие, принятие и ответственности техники, которые в то же время будут максимально эффективными

Техники: диалектико-поведенческие, когнитивно-поведенческие, из терапии принятия и ответственности, гештальт-техники, коммуникативные

Формат проведения: онлайн

Показания: невротические, психосоматические расстройства, нарушения сна, семейные трудности

Сеттинг: групповой, индивидуальный

План мастер класса:

№	Тема	Количество часов
1	Осознанность. Работа с кризисными эмоциями и психо-вегетативными симптомами при помощи осознанности.	1
2	Психообразовательный модуль Психосоматические заболевания, их происхождение, клиническая картина, когда стоит обратиться к врачу. Практика осознанности.	1
3	Психообразовательный модуль Психосоматические заболевания. Методы лекарственной и нелекарственной терапии. Практика осознанности. Гештальт-техники по снижению физических симптомов	1
4	Осознанность к эмоциям. Эмоции. Работа с подавленными эмоциями. Гештальт-техники для работы с эмоциями.	1
5	Осознанность в отношениях с людьми. Слепые зоны в отношениях и работа с ними. Коммуникативные навыки. Семейные и социальные проблемы и психосоматические заболевания.	1
6	Осознанность в жизни. Вторичная выгода. Возможные трудности от вторичных выгод. Мотивация и ценности. Поиск ценностей. Действие и гибкость. Расширение своих возможностей.	1
7	Работа с рецидивом психосоматических заболеваний. Поиск ресурсов и опоры	1