

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ФОНД «ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Президент Образовательного  
учреждения Фонд  
«Педагогический университет  
«Первое сентября»»

  
Соловьев А.С.



**Программа**

**дополнительного профессионального образования  
(повышения квалификации)**

**Теория и практика саногенного (оздоравливающего) мышления в  
психологическом консультировании: рекомендации по использованию  
песочной терапии**

**Автор:**  
Кузнецова Елена Сергеевна  
руководитель психологической службы «Инсайт», практикующий психолог,  
логопед

**Москва**

**2020**

## Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

**1.1. Цель реализации программы:** совершенствование профессиональных компетенций обучающихся в области применения теории и практики саногенного (оздоравливающего) мышления в психологическом консультировании и в песочной терапии.

### Совершенствуемые компетенции

№	Компетенция	Направление подготовки <b>44.03.02 Психолого-педагогическое образование</b> <b>(уровень бакалавриата)</b> Код компетенции
1.	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК-6

### 1.2. Планируемые результаты обучения

Знать – уметь	Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (уровень бакалавриата)
	Код компетенции
<b>Знать:</b> основные принципы теории саногенного (оздоравливающего) мышления; <b>Уметь:</b> применять основные принципы теории саногенного (оздоравливающего) мышления в психологическом консультировании;	ОПК-6
<b>Знать:</b> основные направления песочной терапии и принципы ее использования в психологическом консультировании; <b>Уметь:</b> применять основные направления и методы песочной терапии в психологическом консультировании;	ОПК-6
<b>Знать:</b> возможности использования теории саногенного мышления и психолого-педагогическую технологию песочной терапии в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; <b>Уметь:</b> применять основные положения теории саногенного мышления и психолого-педагогическую технологию	ОПК-6

песочной терапии в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями.

**1.3. Категория обучающихся:** уровень образования ВО, направление подготовки – «Психолого-педагогическое образование»; область профессиональной деятельности – начальное, основное и среднее общее образование.

**1.4. Программа реализуется** с применением дистанционных образовательных технологий.

**1.5. Срок освоения программы: 72 ч.**

**Режим занятий** – 6 ч. в неделю.

## Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебно-тематический план программы направления дополнительного профессионального образования (повышения квалификации).

№	Наименование тем	Всего (час.)	Внеаудиторные учебные занятия, учебные работы		Формы контроля
			Лекции	Практические занятия	
Модуль 1. Практика саногенного (оздоравливающего) мышления в психологическом консультировании.					
Тема 1.1	Введение в теорию саногенного мышления	6	2	4	Онлайн тестирование
Тема 1.2.	Диагностика защитных форм рефлексии личности	6	2	4	Практическое задание 1.
Тема 1.3.	Психотерапевтические техники работы с обидой	6	2	4	Практическое задание 2.
Тема 1.4.	Психотерапевтические техники работы с чувством вины	6	2	4	Практическое задание 3.
Тема 1.5.	Психотерапевтические техники работы с чувством стыда и зависти	6	2	4	Практическое задание 4.
Тема 1.6.	Формирование умений и навыков конструктивной регуляции эмоциональных состояний	6	2	4	Практическое задание 5.
Модуль 2. Песочная терапия: практические рекомендации по использованию в контексте технологии саногенной рефлексии.					
Тема 2.1	Общее представление о саногенном мышлении и саногенной рефлексии	2	-	2	Практическое задание 6.
Тема 2.2	Песочная терапия: основные направления	6	2	4	Практическое задание 7.

Тема 2.3	Рабочее пространство в песочной терапии	6	2	4	Практическое задание 8.
Тема 2.4	Организация работы с песком в консультировании и терапии детей и взрослых	6	2	4	Практическое задание 9.
Тема 2.5	Организация работы с цветным песком в консультировании и терапии детей и взрослых	6	2	4	Практическое задание 10.
Тема 2.6	Приёмы работы с цветным песком в практике саногенной рефлексии	6	2	4	Практическое задание 11.
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>6</b>		<b>6</b>	Зачет на основании совокупности выполненных работ и результатов итогового тестирования
<b>ВСЕГО</b>		<b>72</b>	<b>22</b>	<b>46</b>	6

## 2.2. Учебная программа

Темы	Содержание	Виды учебных работ
Модуль 1. Практика саногенного (оздоравливающего) мышления в психологическом консультировании.		
Тема 1.1. Введение в теорию саногенного мышления.	Общее представление о саногенном мышлении. Саногенное и патогенное мышление – в чем разница? Когнитивно-эмотивная терапия, рационально-эмотивная терапия и позитивная терапия – сравнительный анализ, примеры из практики для сравнения. Принципы технологии саногенного мышления. Роль когнитивно-эмотивной терапии как наиболее эффективной и кратковременной технологии успешной деятельности психолога.	Лекция, 2 ч.
	Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 1.2. Диагностика защитных форм рефлексии личности.	Характеристика основных защитных форм рефлексии личности. Возможность использования в практике психологического консультирования.	Лекция, 2 ч.
	Диагностика защитных форм рефлексии личности «Когнитивно-эмотивный тест» (Ю.М. Орлов, С.Н. Морозюк). Обсуждение и	Практическое занятие, 4 ч

	анализ полученных результатов.	
Тема 1.3. Психотерапевтические техники работы с обидой	Понятие «обида» с точки зрения технологии саногенного мышления. Функции обиды. Механизм возникновения обиды. Техники работы с обидой.	Лекция, 2 ч.
	Упражнения, направленные на работу с трансформацией эмоций, угашение отрицательных эмоций: «Сказка от лица», «Бабочка», «Мандала эмоций». Обучение работе с дневником «10 шагов исцеления от обиды». Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 1.4. Психотерапевтические техники работы с чувством вины	Понятие «вина» с точки зрения технологии саногенного мышления. Функции вины. Механизм возникновения вины. Связь обиды и вины. Три элемента запуска чувства вины по Ю. М. Орлову. Принципы и приемы работы с виной. Техники работы с чувством вины.	Лекция, 2 ч.
	Упражнения, направленные на работу связанную с ожиданиями других людей: «Карандаши», «Мухобойка», «Разведчики». Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 1.5. Психотерапевтические техники работы с чувством стыда и зависти.	Понятие «стыд» с точки зрения технологии саногенного мышления. Функции стыда. Механизм возникновения стыда. Связь стыда и Я-концепции. Стыд как созидающее начало в формировании и развитии личности, так и разрушающее начало. Приемы работы с чувством стыда. Техники работы с чувством стыда и зависти.	Лекция, 2 ч.
	Упражнения, направленные на работу с трансформацией эмоций: «Сказка от лица», нейрографика, работа с дневником. Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 1.6. Формирование умений и навыков конструктивной регуляции эмоциональных состояний	Развитие эмоциональной устойчивости и стрессоустойчивости личности. Технология саногенного мышления (СГМ) и саногенной рефлексии (СГР) как средство управления эмоциями путем осознания имеющихся умственных автоматизмов. Обучение технологии саногенного мышления.	Лекция, 2 ч.

	Игра «Мое послание миру» (работа с метафорами), авторская игра «Я и моя цель» (расстановки). Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Модуль 2. Песочная терапия: практические рекомендации по использованию в контексте технологии саногенной рефлексии.		
Тема 2.1. Общее представление о саногенном мышлении и саногенной рефлексии	Саногенная и патогенная рефлексия: в чем разница? Почему именно рефлексия? Принципы технологии саногенной рефлексии. Роль когнитивно-эмотивной терапии как наиболее эффективной и кратковременной технологии успешной деятельности психолога. Практическая часть: разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 2.2. Песочная терапия: основные направления	Общее представление о песочной терапии. История возникновения. Задачи песочной терапии. Направления песочной терапии. Почему именно песок? Как выбирать песок? Организация песочной терапии.	Лекция, 2 ч.
	Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 2.3.	Коллекция и категории миниатюр. Архетипы коллективного бессознательного (по К. Г. Юнгу). Пространственная символика песочного поля. Схема процесса песочной терапии.	Лекция, 2 ч.
	Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 2.4.	Правила работы с песком. Этапы и анализ построения на песочном ландшафте. Диагностика качества рефлексии клиента посредством песка. Работа с запросом клиента.	Лекция, 2 ч.
	Индивидуальная и групповая работа со взрослыми; игры в песке: «Мир детей-мир взрослых», «Страна любви», «Страхи в песке». Индивидуальная и групповая работа с детьми, игры в песке «Ручеек», «Дождик», «Угадай эмоцию». Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.
Тема 2.5.	Правила работы с цветным песком. Преимущества работы с цветным песком. Символика цвета. История зарождения цветного песка.	Лекция, 2 ч.
	Упражнения, направленные на работу с трансформацией эмоций. Разбор случаев из практики участников.	Практическое занятие, 4 ч.

Тема 2.6.	Работа с мандалами: символика, виды. Нейрографика. Диагностика качества рефлексии посредством цветного песка.	Лекция, 2 ч.
	Индивидуальная и групповая работа со взрослыми, игры с цветным песком: «Мандала», «Нейрографика». Разбор случаев из практики.	Практическое занятие, 4 ч.
Итоговая аттестация	Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку работ и результатов итогового тестирования.	Итоговое онлайн тестирование, Зачет, 4 ч.

### Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Формы текущего контроля: выполнение практических заданий по темам образовательной программы.

Текущий контроль включает в себя выполнение практических заданий, включающих, в том числе, решение ситуационных задач.

*Требования к практическим занятиям.*

Ответы на практические задания оформляются в печатном виде: шрифт: Times New Roman, размер шрифта – 12 pt, положение на странице – по ширине текста, отступы с каждой стороны страницы – 2 см., междустрочный интервал – 1,15 pt..

Все учебные материалы размещаются на странице курса на сайте Университета. Слушатель получает результат проверки работ на странице курса в разделе «Обучение».

Взаимодействие слушателей с администрацией и преподавателями Университета осуществляется через Личный кабинет. Здесь можно задать вопросы и узнать результаты оценивания выполнения практических заданий.

*Критерии оценки выполнения практических занятий.*

Оценка «зачтено» ставится, если слушатель выполнил работу в полном объеме; использованы основные и дополнительные источники информации для выполнения практических задания; подготовлены в ходе выполнения задания документы, соответствующие требованиям по смыслу и содержанию; представлены обоснованные выводы.

Оценка «не зачтено» ставится, если слушатель выполнил работу не полностью или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов; не использованы основные и дополнительные источники информации; используемые в ходе выполнения задания документы, не соответствуют требованиям по смыслу и/или содержанию.

**Итоговая аттестация** осуществляется, в том числе, на основании совокупности практических работ, выполненных на положительную оценку и результатов онлайн-тестирования.

*Критерии оценивания результатов тестирования.*

Для успешной сдачи тестирования необходимо набрать не менее 66 % по каждому тесту. Если по одному из них тестируемый получил менее 66 %, он имеет право еще раз пройти повторное тестирование по данному тесту.

**Оценка:** зачтено / не зачтено. Обучающийся считается аттестованным, если: - оценка за выполнение практических заданий – зачтено; - результат итогового тестирования – 66 и более % выполнения заданий.

#### **Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.**

##### **4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

###### **Рекомендованная литература**

1. Вебер М., Ремен Р. Работа с песочницей // Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии / Под ред. А. А. Бадхена, В. Е. Кагана. – М.: Смысл, 1997.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по песочной терапии. – СПб.: Речь, 2002.
3. Морозюк С.Н. Саногенный стиль мышления. Управление эмоциями: модульно-кодированное учебное пособие к циклу курсов по бесконфликтной адаптации к саморазвитию / С.Н. Морозюк. – М.:Слайдинг,2005. – 90 с.
4. Орлов Ю. М. Саногенное (оздоравливающее) мышление / Ю. М. Орлов. – М.: Слайдинг, 2006.
5. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности / Ю. М. Орлов. – М.: Просвещение, 1991.
6. Ратникова Е.В. Игры на песке. Работа с семьей и детьми / Е.В. Ратникова, А.В. Гаврик. – СПб.: Речь, 2013.
7. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь,2008.
8. Штейнхард Л. Юнгианская песочная терапия. – СПб.: Питер,2001.
9. Юнг К. Г. Практика психотерапии. – Минск: Харвест, 1998.
10. Юнг К. Г. Человек и его символы. – М.: Серебряные нити, 2002.

##### **4.2. Материально-технические условия реализации программы.**

- техническое обеспечение: ПК, локальная сеть, выход в Интернет;
- программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows 7, пакет программ Microsoft Office 2010, браузер Google Chrome или Mozilla Firefox.



