

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»**

Утверждаю

Директор АНО ДПО

«ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»



Костарева С.В.

25.04.2024г.

Составитель: Костарева С.В.

**Программа**

**повышения квалификации**

**«Работа с психоэмоциональным состоянием  
человека через систему 5 элементов»**

2024 год

## **1.АКТУАЛЬНОСТЬ**

Суть теории традиционной китайской медицины заключается в том, что в здоровом теле существует правильный баланс Инь и Ян и энергия Ци.

В традиционной китайской медицине основным законом, который управляет меридианами, является закон 5 элементов.

5 элементов- это пять различных энергий, которые в целом составляют полный набор энергии. То есть, если Ци- это энергия, то ее можно разделить на 5 (они известны как элементы). Это означает, что вместе они составляют единое целое, и друг без друга они не существуют.

Термин У-Син чаще всего переводят как «пять элементов», «пять стихий», хотя более точный перевод звучит как «пять движений». Знание более точного перевода является очень важным для правильного понимания этой теории. Пять стихий это: вода, дерево, огонь, земля, металл.

И все они являются динамическими субстанциями, которые могут видоизменяться, переходить и питать друг друга, а также контролировать.

Каждую из этих энергий можно разделить на два компонента: Инь и Ян. Аспект Инь и Ян являются важными понятиями. Инь- это получение, Ян- это предоставление.

Ци – энергия жизни, и её поток в теле зависит от окружающей среды и того, что происходит с организмом. Баланс энергии Ци в разных частях тела зависит от течения разных видов Ци и жидкостей. Травмы, физические страдания, стрессы, хроническая усталость, неправильное питание приводят к недостатку или избытку Ци.

"Баланс 5 элементов" позволяют рассматривать и балансировать энергетическую структуру человеку на всех уровнях, включая физическое тело. Физическое тело человека - это последняя инстанция где мы можем ощущать и наблюдать нарушения в физическом и психическом здоровье человека.

Стресс, длительные нагрузки, эмоциональная нестабильность приводят к нарушению потока Ци в теле человека. Для устранения дисбаланса мы находим стресс на уровне 5 элементов, высвобождаем его при помощи нахождения эмоций, которые связаны с данным нарушением и используем определённый набор акупунктурных точек.

В системе 5 элементов мы рассматриваем цикл ШЕН (порождающая последовательность) и цикл КО (контролирующая последовательность). Нахождение нарушения течения энергии Ци (избытка / недостатка) в цикле ШЕН и КО, а также высвобождение стресса через работу с эмоциями и акупунктурными точками позволяет восстановить течение энергии (Ци).

На семинаре Баланс 5 элементов вы сможете познакомиться, освоить и использовать на практике техники по гармонизации: 5 элементов, цикла ШЕН, цикла КО, основных меридианов, 8 чудесных меридианов.

Этот метод изучают, как профессионалы, так и обычные люди для личного пользования. Программа проста в освоении и изложена в подробном методическом пособии.

Метод Нейроэнергетической кинезиологии, который заложен как основной в данной программе, разработан и предоставлен Х. Тобар с его разрешения, относится к методу самовосстановления, так как направлен не на устранение симптома, а на причину проблемы без применения химии и радикальных методов.

## **2.ОБЩЕЕ ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1.НОРМАТИВНО ПРАВОВАЯ ОСНОВА РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ**

2.1.1. федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273 «Об образовании в Российской Федерации».

2.1.2. федеральный закон от 21 ноября 2011 года №323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ».

2.1.3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

## **2.2. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Получение новых компетенций, необходимых для профессиональной деятельности специалистами разных профессий в работе с психоэмоциональным состоянием человека через методы Нейроэнергетической кинезиологии.

## **2.3. ЗАДАЧИ:**

2.3.1. познакомить с особенностями работы методами Нейроэнергетической кинезиологии в системе Y-син;

2.3.2. повысить уровень квалификации в области системы Y-син;

2.3.3. сформировать компетенции в области Нейроэнергетической кинезиологии при работе с психоэмоциональным состоянием человека через систему Y-син;

2.3.4. научить применять новые навыки, используя знания в области психологии, Нейроэнергетической кинезиологии и Традиционной китайской медицины в работе с детьми и взрослыми.

## **2.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:**

### **2.4.1. Слушатель должен знать:**

Основы Нейроэнергетической кинезиологии.  
Основы Традиционной китайской медицины.

### **2.4.2. Слушатель должен уметь:**

Использовать полученные знания в индивидуальной, подгрупповой и групповой работе с детьми и взрослыми.

Организовывать кабинеты, кружки, клубы по работе с детьми и взрослыми, которые испытывают трудности в психоэмоциональном состоянии.

Разрабатывать программы по сопровождению детей и взрослых, которые испытывают трудности в психоэмоциональном состоянии.

Использовать балансы по Нейроэнергетической кинезиологии.

## **2.5. КАТЕГОРИЯ СЛУШАТЕЛЕЙ:**

На программу приглашаются специалисты с высшим психологическим и сопутствующим образованием (магистры и бакалавры психологи, педагоги-психологи, социальные педагоги), получившие его на факультетах психологии вузов), педагогическим и прочим высшим образованием., специалисты, имеющие средне-специальное профильное образование, имеющие образование психотерапевта, логопеда, дефектолога, кинезиолога, образование специалиста служб подбора персонала, слушатели и студенты старших курсов соответствующих факультетов.

## **2.6. СРОК ОБУЧЕНИЯ: 2 дня**

**2.7. ТРУДОЕМКОСТЬ:** нормативная трудоемкость по данной программе составляет 25 часа

**2.8. СТОИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ:** 16 000р.

**2.9. ФОРМА ОБУЧЕНИЯ:** дистанционное обучение- онлайн.

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование образовательных (профессиональных) модулей программы повышения квалификации	Всего часов	в том числе дистанционное обучение	
			Лекции	Самост. подготовка
1.	Модуль №1. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через систему 5 элементов. Система У-син. История. Характеристика. Значение.	5	4	1
2.	Модуль №2 Баланс элементов в системе У-син, цикла Шен и цикла Ко.	5	4	1
3.	Модуль № 3. Работа с 14 основными меридианами в системе 5 элементов.	5	4	1
4.	Модуль №4. Работа с 8 чудесными меридианами в системе 5 элементов.	5	4	1
5.	Модуль № 5 Написание реферата.			1
		<b>25</b>	<b>20</b>	<b>5</b>

#### 3.2. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН и СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Наименование модулей и тем	Содержание учебного материала	Объем часов теоретического обучения	Объем часов самостоятельной и практической подготовки
Модуль №1 Система У-син.	Общая теория китайской медицины и теория «5 элементов». Порождающая последовательность и контролирующая последовательность в системе 5 элементов. Три различные состояния Ци в меридианах. Избыток и	4	1

	недостаток энергии в меридианах и элементах. Изучение эмоций, которые сопровождают дисбаланс и устраняют его;		
Модуль №2 Работа с психоэмоциональным состоянием человека через систему балансов элемента, цикла Шен и цикла Ко.	Баланс элементов: Дерево, Огонь, Земля, Металл, Вода. Избыток и недостаток энергии. Протокол работы. Баланс цикла Шен и цикла Ко. Избыток и недостаток энергии. Протокол работы	4	1
Модуль № 3. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через работу с 14 основными меридианами в системе 5 элементов.	Меридианная система. Связь меридианов с системой Y-син. Соотношения элементов и меридианов. Система работы. Избыток и недостаток энергии. Влияние на эмоциональное состояние человека.	4	1
Модуль № 4. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через работу с 8 чудесными меридианами.	Система 8 чудесных меридианов. Соотношения элементов и меридианов. Система работы. Избыток и недостаток энергии. Влияние на эмоциональное состояние человека. Протокол работы. Особенности работы.	4	1
Модуль №5 Написание реферата	Темы для рефератов:  Модуль №1. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через систему 5 элементов. Система Y-син.  Модуль №2. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через систему балансов элемента, цикла Шен и цикла Ко.  Модуль № 3. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через работу с 14 основными меридианами в системе 5 элементов.  Модуль № 4. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через работу с 8 чудесными меридианами.  .		1

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИН

4.1. Слушатели пишут реферат по выбранным и утвержденным темам, связанным с успешным использованием методов Нейроэнергетической кинезиологии в работе с психоэмоциональным состоянием человека. Результаты оцениваются, как «зачтено», или

«не зачтено». Написание реферата, является основанием для выдачи Удостоверения о повышении квалификации.

4.2 Итоговая аттестация: написание реферата.

4.3. Темы для написания реферата:

Темы для рефератов:

Модуль №1. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через систему 5 элементов. Система Y-син.

Модуль №2. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через систему балансов элемента, цикла Шен и цикла Ко.

Модуль № 3. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через работу с 14 основными меридианами в системе 5 элементов.

Модуль № 4. Работа с психоэмоциональным состоянием человека через работу с 8 чудесными меридианами.

## **5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

5.1. Методическое пособие Баланс 5 элементов Тобар Х. 2019г.

### **6. ДОКУМЕНТ О КВАЛИФИКАЦИИ:**

Удостоверение о повышении квалификации АВТОНОМНОЙ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ» установленного законодательством образца.

## **7. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

7.1. Кадровое обеспечение.

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими подготовку по профилю программы. Систематически занимающимися научной и научно-методической деятельностью, а также владеющие навыками интерактивной работы. Условием допуска к участию в программе является наличие у преподавателя методических разработок, а также владение активными формами и методами обучения. Все преподаватели имеют ученую степень, или опыт деятельности в соответствующей профессиональной области. Руководитель Программы вместе с преподавателями поддерживают высокий квалификационный уровень за счет регулярного повышения квалификации преподавателей, участия в конференциях и методических семинарах.

7.2. Материально техническое и программное обеспечение реализации программы.

Для обеспечения обучения и проведения итоговой аттестации слушателей, АНО ДПО «ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ» располагает следующей материально – технической базой:

- аудиторией, оборудованной видео проекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющей выход в Интернет.

- дистанционное обучение осуществляется по средствам следующего программного обеспечения:

- Контр Толк

## 8. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

### 8.1. Основная литература:

1. Джованни Мачоча Основы китайской медицины. Рид Элсивер М.2011г. Том 1.
2. Джованни Мачоча Основы китайской медицины. Рид Элсивер М.2011г. Том 2.
3. Джованни Мачоча Основы китайской медицины. Рид Элсивер М.2011г. Том 3.
4. Джон Ти, Д.Х, Мэтью Ти,М.Пед Целебное прикосновение .Полный курс Институт кинезиологии М. 2017г.
5. Кребс Ч., Таня ОНил МакГоуар Энергетическая кинезиология Принципы и практическое применение. Институт кинезиологии. М. 2018г.
6. Мачочоа Джованни Психика в китайской медицине М. 2013.
7. Тобар Х. Баланс 5 элементов 2023г.

### 8.2 Дополнительная литература:

1. Ванденко В.А. Категория Традиционной китайской медицины «Цзин». Часть 1.Выпуск №2 2024.
2. В
2. Леш Маттиас, Фердер Габриэлу Кинезиология От стресса к гармонии. В.Р. 2009.
3. Начатой В.Г. Традиционная китайская медицина. Н.2014.
4. Вай Чен, Рубникович И.Э. Теория пяти элементов и психосоматические заболевания. Н. 2015.

### 8.3. Интернет ресурсы.

<https://minobrnauki.gov.ru/> - официальный сайт Министерства науки и высшего образования РФ

<https://udmedu.ru/> официальный сайт Министерства образования и науки УР

<https://minzdrav.gov.ru/> - официальный сайт Министерства здравоохранения РФ

<https://здоровое-питание.рф/>

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Единое окно доступа к образовательным ресурсам (раздел «Здоровье, физическая культура и спорт»);

## 9. АВТОР ПРОГРАММЫ

**Костарева Светлана Владимировна:**

Клинический психолог, кинезиолог;

Директор ИНО ДПО ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ

Действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги России;

Действительный член Профессиональной Ассоциации Кинезиологов;

Преподаватель Российская академия народного хозяйства и государственной службы (РАНХиГС);

Преподаватель Национальный центр укрепления общественного здоровья "АРИОН";

Международный сертифицированный инструктор: Целебного прикосновения 1-4, Гимнастики мозга 101, Гимнастики мозга 104, Ресет-1,2, Баланса Энергии, Кругов зрения, Принципы кинезиологии 1-4, Форматирования мозга, Форматирования физиологии, NEPS-1, NEPS-2, NEPS-3, NEPS-4, Голограммы основных чакр, Голограмма чакр 4, Голограмма малых чакр, Голограммы Небесных чакр, Метафоры чакр, Баланс 5 элементов, Техника суставного якоря -1.

