

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

«ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»

Утверждаю

Директор АНО ДПО

«ИНСТИТУТ КИНЕЗИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ»

Костарева С.В.

23.04.2024г.



Составитель: Костарева С.В.

**Программа
повышения квалификации**

**«Использование методов Нейроэнергетической
кинезиологии в работе с психоэмоциональным
состоянием человека-3»**

2024 год

1.АКТУАЛЬНОСТЬ

Система стресса, разработанная Г.Салье имеет 3 стадии. 1 стадия- это стадия «беги/ дерись». На этой стадии происходит выработка адреналина. Адреналин запускает реакции в организме: реакция борьба или бегство. Нервная система распознает стресс: будет бороться или убегать. Миндалевидное тело оценивает, прямые входы с гипоталамусом, а гипоталамус дает команду симпатической нервной системе. Симпатическая нервная система активирует соответствующие органы и надпочечники. А надпочечники производят выброс адреналина. Баланс системы «Кратковременный стресс» позволяет снять стресс с организма человека.

Мы на 70-80% состоим из воды и 2/3 воды- это внутриклеточная вода. Когда мы говорим про обезвоживание, по сути это не только про то, что мы хотим пить, а про то, что в наших клетках физически идет нехватка воды.

Центрумвентрикулярные структуры мозга отвечают за распознавание внутри нашего тела состояния обезвоживания. Жажда – это некий сигнал того, что надо попить воды, так как в организме нехватка воды.

Протокол системы «Жажда» помогает настроить нервную систему, чтобы водный обмен нормализовался.

Что такое сознание? Люди, которые идут по пути духовного развития частоспрашивают что такое сознание? Баланс системы «Сознания» - это возможность успокоить кору головного мозга, прийти к состоянию внутреннего спокойствия, состояние Самадхи. Самадхи есть то состояние, достигаемое медитацией, которое выражается в спокойствии сознания, снятии противоречий между внутренним и внешним мирами (субъектом и объектом)

После того, как человек не смог справиться с кратковременным стрессом, система переходит в стадию длительного стресса. На этой стадии стресса пучковая зона коры надпочечников производит выброс кортизола. Состояние человека ухудшается. Баланс системы «Долговременный стресс» позволяет организму человека высвободиться из «плена» стресса.

Баланс Системы «Абстиненция» позволяет нормализовать работу: ретикулярного паракрупноклеточного ядра, голубого пятна, прилежащего ядра подъязычного нерва, таламуса, коры, PAG(водопровод), миндалевидной железы, перегородки, ядро диагональной полосы Брокка, гиппокампа, мозжечка, паравентрикулярного ядра гипоталамуса, которые играют важную роль для снятия синдрома абстиненции.

Когда мы чего-то хотим – активизируется система поиска, увеличивается количество дофамина. Когда мы достигаем результат, я удовлетворен, и повышается уровень серотонина- и это говорит о том, что мне достаточно. И тогда понижается дофамин. Мы успокаиваемся. При зависимости этого не происходит. Баланс системы «Зависимости» позволяет нормализовать выработку дофамина и серотонина.

Когда наше тело обнаруживает отсутствие достаточных запасов энергии и нуждается в питании, оно отправляет Грелин (гормон) в гипоталамус, с указанием, что нам пора поесть. Далее гипоталамус выделяет гормон, отвечающий за чувство голода — Нейропептид Y.

И напротив, когда мы поели достаточно, наше тело должно сообщить мозгу, что мы больше не нуждаемся в питании и нужно прекратить есть. В процессе еды наше тело производит инсулин, который увеличивает производство гормона, называемого лептин. Лептин перемещается по крови до вентромедиального ядра гипоталамуса, и, дойдя до его рецептора, тормозит производство Нейропептида Y. Как только прекращается выделение Нейропептида Y, наступает сытость, и мы больше не испытываем чувство голода.

Но иногда мы можем наблюдать нарушения пищевого поведения: анорексия, булимия. Баланс системы «Питание» поможет отрегулировать процесс питания.

На программе «Использование методов Нейроэнергетической кинезиологии в работе с психоэмоциональным состоянием человека-2» у вас есть возможность познакомиться с системой определения эмоций в рамках неврологии Йаака Панкsepпа, которую Хьюго Тобар взял за основу при работе с нашими бессознательными эмоциями и усовершенствовал ее, добавив в нее форматирование. Этот метод работы с эмоциями будет полезен как профессионалам, так и обычным людям 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;
- 2.3.2. повысить уровень квалификации в области Нейроэнергетической кинезиологии;
- 2.3.3. сформировать компетенции в области Нейроэнергетической кинезиологии при работе с психоэмоциональным состоянием человека;
- 2.3.4.научить применять новые навыки, используя знания в области психологии, Нейроэнергетической кинезиологии в работе с детьми и взрослыми.

2.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

2.4.1.Слушатель должен знать:

Основы Нейроэнергетической кинезиологии.
Основы психологии эмоций.

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: 3 дня

2.7. ТРУДОЕМКОСТЬ: нормативная трудоемкость по данной программе составляет 35 часов

2.8. СТОИМОСТЬ ОБУЧЕНИЯ: 24 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 Система «Кратковременный стресс»	5	4	1
2.	Модуль №2. Система «Долговременный стресс»	5	4	1
3.	Модуль № 3 системы «Зависимость» и «Абстиненция».	5	4	1
4.	Модуль № 4. Системы «ДМТ» и «Сознание».	5	4	1
5.	Модуль № 5.Системы «Питание» и «Жажда»	5	4	1
6.	Модуль № 6 Процедура баланса для нейромедиаторов: серотонина, глутамата и аспартата.	5	4	1

7.	Модуль № 7. Написание реферата	5	4	1
		35	28	7

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 «Кратковременный стресс»	Система «Кратковременный стресс». Три стадии стресса по Г.Селье. Системная процедура. Протокол работы.		
Модуль №2. Система «Долговременный стресс»	Система «Долговременный стресс». Три стадии стресса по Г.Селье. Системная процедура. Протокол работы.		
Модуль № 3 Системы «Зависимость» и «Абстиненция».	Системы «Зависимость» и «Абстиненция». Психология зависимости и абстиненции. Системная процедура. Протокол работы.		
Модуль № 4. Системы «ДМТ» и «Сознание».	Системы «ДМТ» и «Сознание». Психология ДМТ и Сознания. Системная процедура. Протокол работы.		
Модуль № 5 Системы «Питание» и «Жажда»	Системы «Питание» и «Жажда». Психология насыщения. Булемия, анорексия. Системная процедура. Протокол работы.		
Модуль № 6 Процедура баланса для нейромедиаторов: серотонина, глутамата и аспартата.	Характеристика нейромедиаторов, их функции. Процедура баланса для нейромедиаторов: серотонина, глутамата и аспартата.		
Модуль №7 Написание реферата			

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:

Модуль №1. Система «Кратковременный стресс»

Модуль № 2. Система «Долговременный стресс»

Модуль № 3. Системы «Зависимость» и «Абстиненция».

Модуль № 4. Системы «ДМТ» и «Сознание».

Модуль № 5. Системы «Питание» и «Жажда».

Модуль № 6 Нейромедиаторы: серотонина, глутамат и аспартат.

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

5.1. Методическое пособие Нейронные каналы эмоций-3 Тобар Х. 2023г.

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:

- Яндекс Телемост.
- WPS Office
- Мой офис
- PDF reader
-

8. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

8.1. Основная литература:

1. Закурдаев В.С. Албука чувств К.2015.
2. Кэррол.Э.Изард Психология эмоций П. 2006г.
3. Мачочоа Джованни Психика в китайской медицине М. 2013.
- 4.Тобар Х Нейронные каналы эмоций-3 Тобар Х. 2023г.
5. Эмоциональные системы по Яаку Панксеппу М. 2023.
6. Яак Панксепп Археология сознания. М. 2017.

8.2 Дополнительная литература:

1. Амен Даниэль Измените свой мозг- изменится и жизнь! М.2014.
- 2.Захаров А.И. Дневные и ночные страхи. С-П 2000.
- 3.Леш Маттиас, Фердер Габриэлу Кинезиология От стресса к гармонии. В.Р. 2009.

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/>

<https://www.takzdorovo.ru/>

<https://znopr.ru/>

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, Резет-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.