



Психология пищевого поведения

Дата 28 сентября 2019 года – 19 января 2020 года

Количество часов
126 часов

Форма обучения
Очная/ онлайн-обучение

Расписание

Модуль 1. 28-29 сентября 2019
Модуль 2. 19-20 октября 2019
Модуль 3. 09-10 ноября 2019
Модуль 4. 30 ноября -01 декабря 2019
Модуль 5. 21-22 декабря 2019
Модуль 6. 18-19 января 2020

Удостоверение о повышении квалификации

О программе

Цель программы повышения квалификации является получение слушателями полной информации о современном научном видении проблемы нарушений пищевого поведения, подготовить их к самостоятельной работе (консультированию), сформировав практические навыки курирования клиентов/пациентов.

Программа включает в себя лекции и семинарские занятия, где чередуются обсуждение теоретической части с работой, направленной на формирование практических навыков курирования клиентов/пациентов (демонстрация и отработка технических приемов, упражнения, тренировочная практика), а также супервизии.

Особенности программы

- Глубокое современное изучение проблемы
- Разумный баланс теории и практики
- Мультифакториальный подход к диагностике и лечению
- Обучение в формате тренинга
- Отработка необходимых практических навыков
- Формирование уникальной авторской методики
- Супервизорское сопровождение на каждом занятии

Супервизия – очень важный элемент обучения. Она позволяет слушателям максимально интенсивно формировать опыт ведения пациентов в условиях индивидуальной и групповой работы. Это достигается не только расширением психотерапевтического пространства за счёт других участников группы, но и открытием новых – невидимых ранее – психологических и психопатологических частей, как клиента/пациента, так и терапевта. Такая обратная связь от преподавателя и других участников усиливает осознанность супервизанта, его профессиональную компетентность, выявляет сильные и слабые стороны в проведенной сессии.

Программа является составляющей основного курса «Консультант по коррекции веса и психологии пищевого поведения» и реализуется как в очном, так и в онлайн-форматах. В дистанционном формате

Наш адрес: г. Алматы, ул. Байзакова 279 А. Конт. телефон: 8701 369 89 99, 8705 127 12 13,



программа проходит в смешанной (очно-заочной) форме и рекомендован для иногородних слушателей, желающих получить удостоверение установленного в НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа» образца. Обучение осуществляется по соответствующему учебному плану, на базе электронной платформы, таким образом, обучающиеся изучают в удаленном режиме электронный курс, по итогам обучения все слушатели проходят итоговую аттестацию.

По итогам программы слушатели получают

- Исчерпывающие современные научные знания об этиологии, патогенезе, клинике и лечении расстройств приема пищи;
- Научитесь видеть за навязчивым аппетитом скрытые эмоции и желания;
- Обучитесь многофакторной диагностике недостаточности мотивации для снижения веса;
- Поймёте плюсы и минусы различных подходов к коррекции пищевых расстройств;
- Сформируете необходимые практические навыки для работы с пациентами;
- Приступите к формированию собственной уникальной авторской программы коррекции нарушений пищевого поведения будущих пациентов

По итогам обучения слушатели получают Удостоверение о повышении квалификации, установленного в НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа» образца.

Содержание программы:

Модуль 1. Введение в психосоматику. Обзор концепций и подходов к психосоматике

Введение в психосоматику. Обзор концепций и подходов к психосоматике. Причины психосоматических расстройств. Психосоматическая дуга. Психологические особенности клиентов с психосоматическими заболеваниями. Трудности психотерапевтической работы с такими клиентами.

Модуль 2. Психосоматика с точки зрения позитивной психотерапии. Нарушение пищевого поведения, как способ переработки конфликтов

Психосоматика с точки зрения позитивной психотерапии. Конфликты и способы их переработки. Первичный и вторичный смысл симптома. Нарушение пищевого поведения как способ переработки конфликтов. Разбор кейсов

Модуль 3. Введение в концепцию расстройств приёма пищи (РПП). Классификация. Этиология и патогенез. Подходы к терапии

Психология здорового пищевого поведения. Определение пищевого поведения. Физиологическое, психологическое, социальное значение еды. Роль питания как одного из важнейших регуляторов эмоциональной жизни человека. Современная классификация и клиническая картина РПП (МКБ-10, DSM - 5). Описание диагностических критериев, дифференциальная диагностика РПП. Признаки и особенности течения заболеваний. Причины возникновения и последствия расстройств пищевого поведения. Подходы к лечению. Психологический портрет лиц с РПП. Учет типичных психологических особенностей в процессе построения терапевтического альянса и планировании терапии в индивидуальном и групповом формате. Обсуждение практических техник, применяемых в работе с РПП. Супервизия клинического случая.

Модуль 4. Патопсихология навязчивого аппетита. Работа с эмоциогенным и экстернальным пищевым поведением

Психология нормативного аппетита и патопсихология навязчивого аппетита. Определение понятий голод, аппетит, навязчивый аппетит, сытость, переедание. Факторы, влияющие на аппетит. Голландский опросник пищевого поведения (DEBQ). Психология эмоций. Основные функции и виды эмоций. Отличие эмоций от чувств и аффектов. Трудности дифференцировки эмоциональных состояний. Алекситимия: происхождение, диагностика, психотерапевтическая тактика. Взаимосвязь еды и эмоций. Порочный круг эмоциогенного переедания. Использование техник различных психотерапевтических направлений в работе с навязчивым аппетитом. Осознанное пищевое поведение. Импульсивность и осознанность в еде и в жизни.



Формирование навыка заботы о себе и своих потребностях непищевыми способами. Супервизия клинического случая

Модуль 5. *Работа с мотивацией и сопротивлением клиента при снижении веса и нормализации пищевого поведения. Исследование вторичных выгод*

Мотивация клиентов в процессе работы. Виды мотивации. Лестница мотивации. Что такое оптимум мотивации. Основные мотивы клиентов на снижение веса. Проблемы мотивации при снижении избыточного веса. Психология внешности и здоровья современного человека, актуальные вопросы, связанные с самооценкой. Антимотивационные факторы, препятствующие терапии избыточного веса. Стадии изменения пищевых привычек и образа жизни. Как определить готовность к изменениям у своего клиента. Как мотивировать клиента на каждой из стадий. Сопротивление клиента. Когда возникает сопротивление. Виды и формы проявления сопротивления. Тактики работы. Вторичные выгоды от болезни. Понятие вторичных выгод. Исследование вторичных выгод при снижении веса и нормализации пищевого поведения. Супервизия клинического случая

Модуль 6. *Отдельные проблемы нормализации пищевого поведения и снижения веса. Физиологические и психологические аспекты в клинической практике*

Этот модуль предусматривает краткое повторение основных тем и принципов психотерапии расстройств приёма пищи, а также включает отдельные, незатронутые ранее, проблемы, возникающие во время процесса нормализации пищевого поведения и снижения веса: причины остановки веса; так называемые феномены лени и недостатка силы воли, страх развития; депрессия, саморазрушительное поведение; закрепление достигнутого результата; тактика при рецидивах; позитивное подкрепление и другие физиологические и психологические аспекты клинической практики. Проверка практических навыков, проведения различных упражнений, усиливающих Эго пациента во время процесса коррекции пищевого поведения. Обсуждение авторских методик, формирующихся у слушателей, перспектив дальнейшей работы и тактики преодоления трудностей. Супервизия клинического случая

По итогам программы: тестовые задания, ситуационные задачи, написание отчетных работ, супервизия, зачет

Требования к слушателям:

Курс предназначен только для лиц, имеющих высшее психологическое, педагогическое, медицинское образование (психологи, педагоги-психологи, врачи) и иное высшее образование, ведущих практику в области коррекции веса и психологии пищевого поведения. Также принимаются студенты старших курсов вышеуказанных направлений подготовки.

Программа для:

- тех, кто сейчас является психологом, педагогом, педагогом-психологом, тренером, социальным работником, врачом-психиатром, врачом-психотерапевтом, врачом-диетологом, врачом-эндокринологом, врачом не лечебной специальности.
- практикующих мастеров с высшим образованием, желающих выйти на принципиально новый уровень
- специалистов, начинающие создавать свою практику в области психологии пищевого поведения или работающих в индустрии красоты и здоровья (фитнес-инструктор, специалист по телу, косметолог, консультанты медицинских центров и консультанты по питанию и др.), имеющих высшее профильное образование.



Стоимость обучения, льготы и скидки

Возможна оплата по модулям - **18 500 руб.** за 1 модуль (каждые 2-4 недели в зависимости от расписания)

1 модуль - 2 дня, сб и вс. Программа включает 6 модулей. Стоимость за весь период обучения при оплате по модулям – **111 000 рублей (18 500 руб. X6 модулей)**

При единовременной оплате действует скидка 7% - **103 230 руб.** за весь курс

Преподаватели

Кузнецова Ольга



Руководитель программы, клинический психолог, автор и организатор программ по коррекции веса в Российских и Европейских клиниках, сотрудник Института психологии и психотерапии, сотрудник Московского Института Психоанализа, Wellness Coach, Eating Psychology Coach

Более 10 лет занимается консультированием людей, страдающих нарушениями пищевого поведения, а также помогает разрешить вопросы, связанные с “эмоциональным перееданием” и “эмоциональным голодом”; проводит индивидуальное и семейное консультирование, открытием и организацией медико-психологических центров (центров эстетической медицины) в рамках сотрудничества с ведущими европейскими клиниками, в том числе: центр снижения веса “Доктор Борменталь” и клиника Доктора Гаврилова, персональной психологической помощью и поддержкой ключевых сотрудников, в совместной деятельности с компаниями в таких отраслях как: сфера услуг, частная медицина, банковский сектор.

В данный момент участвует в разработке и проведении программ по коррекции веса (пищевого поведения) в рамках сотрудничества с ведущими клиниками: EAC-clinic, Центр Косметологии, с клубом восточных практик Yoga Class, Школой Идеального Тела #SEKTA, Школой Системной Нормализации Веса REформа.

Действительный член ЕАК (Европейская Ассоциация Психологического консультирования), ЕАТА (European Association for Transactional Analysis),

СОТА (Санкт-Петербургская Организация Транзактного Анализа).

Регулярно участвует в конференциях, Международных фестивалях и форумах.

Яловега Евгений



Психотерапевт, клинический психолог. Ведущий специалист и разработчик программ по коррекции веса и пищевого поведения в российских и европейских клиниках.

С 2005 года занимается психокоррекцией пищевого поведения.

Является одним из разработчиков программ по коррекции веса и пищевого поведения в рамках сотрудничества с ведущими российскими и европейскими клиниками, в том числе: медицинская клиника «Первая частная клиника», «Биоинтермед», «Западно-Сибирская психотерапевтическая компания», «Доктор Борменталь».

Участвует в международных конференциях. Является автором и соавтором книг и методических пособий по вопросам нормализации пищевого поведения.

Целью программы является формирование у слушателей профессиональных компетенций, обеспечивающих эффективное решение практических задач в области проблем нарушения пищевого поведения, подготовить их к самостоятельной работе (консультированию), сформировать практические навыки курирования клиентов/пациентов.

Учебный план

программы повышения квалификации

«Психология пищевого поведения»

№	Наименование раздела	Всего часов	В том числе:		Форма итогового контроля
			Ауд. час	Самост. работа	
1.	<u>Модуль 1. Введение в психосоматику. Обзор концепций и подходов к психосоматике</u>	20	20	-	-
2.	<u>Модуль 2. Психосоматика с точки зрения позитивной психотерапии. Нарушение пищевого поведения, как способ переработки конфликтов</u>	22	20	2	-
3.	<u>Модуль 3. Введение в концепцию расстройств приёма пищи (РПП). Классификация. Этиология и патогенез. Подходы к терапии</u>	20	20	-	-



4.	<u>Модуль 4. Патопсихология навязчивого аппетита. Работа с эмоциогенным и экстернальным пищевым поведением</u>	20	20	-	-
5.	<u>Модуль 5. Работа с мотивацией и сопротивлением клиента при снижении веса и нормализации пищевого поведения. Исследование вторичных выгод</u>	22	20	2	-
6.	<u>Модуль 6. Отдельные проблемы нормализации пищевого поведения и снижения веса. Физиологические и психологические аспекты в клинической практике</u>	22	20	2	-
7.	Итоговая аттестация (в форме итогового зачета)	-	-	-	зачет
	ИТОГО	126	120	6	-

№	Наименование раздела	Всего часов	В том числе:		Форма итогового контроля
			Ауд. часы	Сам. раб.	
1.	<u>Модуль 1. Введение в психологическое консультирование по вопросам сексуальной сферы. Теория и базовые консультативные навыки</u>	50	20	30	-
2.	<u>Модуль 2. Сексуальная коммуникация. Сексуальные отношения: норма и девиация?</u>	50	20	30	-
3.	<u>Модуль 3. Психологическое консультирование и психокоррекция сексуальной сферы. Улучшение супружеских отношений</u>	50	20	30	-
4.	<u>Модуль 4. Психологические и психотерапевтические методы работы с сексуальной сферой</u>	50	20	30	-
5.	<u>Модуль 5. Возраст и сексуальность. Психологические и психотерапевтические методы</u>	50	20	30	-



	<u>работы с сексуальной сферой</u>				
6.	<u>Модуль 6. Гендерные проблемы: методы, подходы, практика</u>	50	20	30	-
7.	<u>Модуль 7. Модуль практического опыта. Практикум по работа с нарушениями в сексуальной сфере</u>	50	20	30	-
8	Итоговая аттестация: междисциплинарный экзамен	-	-	-	экзамен
	ИТОГО	350	140	210	-