

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
Лаборатория идей, решений и новых технологий в психологии, психиатрии и  
психотерапии «Лабиринт П»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор АНО ДПО  
«Лабиринт П»  
\_\_\_\_\_ В.И. Лыков  
«01» 09 \_\_\_\_\_ 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Наименование программы: «Гипносуггестивная психотерапия в очном и  
дистанционном форматах: базовый курс»

Объем: 20 часов

Москва  
2025

## Разработчик курса:

Лыков Валерий Иванович — к.м.н, врач психиатр, психотерапевт, директор АНО ДПО «Лабиринт П»

## Рецензент:

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации утверждена на заседании утверждена на Общем собрании учредителей АНО ДПО «Лабиринт П»

**Целевая аудитория:** врачи психотерапевты, психиатры, неврологи, клинические и медицинские психологи.

**Особенности проведения:** обучение проводится дистанционно (онлайн) с использованием образовательных платформ в форме лекций, практических семинаров и тренингов, а также самостоятельных занятий. С расписанием занятий можно ознакомиться на сайте <https://лабиринтпкурсы.рф>

## Актуальность

Метод гипносуггестивной психотерапии был и остается базой образования любого психотерапевта. В настоящее время этот метод переживает не самый лучший этап в своей истории. Среди специалистов можно встретить полярные оценки ее значения и места в современной психотерапии. Одни ее пылко идеализируют, другие — не менее эмоционально отвергают, нивелируя эффективность метода до эффекта-плацебо. Предлагая данный курс, мы не питаем иллюзий, что нам удастся примирить эти два враждующих лагеря. Слишком много противоречий накопилось внутри самой психотерапии и подходах к ее научному (с доказательных позиций) осмыслению. Вместе с тем, настолько ли обоснованно некоторые наши коллеги спешат выбросить гипно-суггестивный подход на свалку истории? Не грешат ли их методы оценки эффективности серьезными методологическими пробелами? С другой стороны, будет ли правомочным все лечебные эффекты в психотерапии сводить к результату действия внушения и самовнушения? Ответы на эти и многие другие вопросы обучающиеся смогут найти в теоретической части нашего курса. Практическая же составляющая обучения позволит погрузиться в интересный и увлекательный мир гипносуггестивной психотерапии.

**Цель курса** Обучить приемам гипносуггестивной психотерапии и методологии последующего их применения в клинической практике в очном и дистанционном формате.

## Задачи курса

1. Предоставить для освоения необходимый теоретический материал, чтобы сформировать у обучающегося целостную картину гипносуггестивной терапии как отдельного направления психотерапии
2. Обучить базовым навыкам гипносуггестивной психотерапии (пробы на восприимчивость, установление раппорта и способы наведения трансовых состояний) в очном и дистанционных форматах
3. Наглядно продемонстрировать показания (противопоказания) и потенциал использования гипносуггестивной психотерапии в клинической практике

## Темы и разделы цикла

№ п/п (дни)	Наименования тем и разделов	Учебная нагрузка			Всего (час)
		лекции	практик а	самопо д- готовка	
1 день	Модуль 1. Общее представление о цикле,	1 час			

	история и этические вопросы связанные с применением гипносуггестивной психотерапией (ГСП)	40 мин			
	Основные понятия и определения, требования к личности психотерапевта				
	Этические вопросы применения гипносуггестивной психотерапии				
	Профилактика профессионального выгорания				
	Демонстрация сеанса релаксации		20 мин	1 час	
2 день	Модуль 2. Пропедевтика ГСП	1ч 30 мин			
	Современные концепции трансовых состояний и лечебного эффекта гипносуггестивной психотерапии				
	О разных уровнях восприятия и тестах на восприимчивость к гипносуггестивным воздействиям				
	О значении постановки речи в ГСП				
	Отработка приемов владения голосом		30 мин		
	Демонстрация отработка тестов на восприимчивость к гипносуггестивному воздействию в разных форматах				
	Просмотр учебных видео			1 час	
	Сценарии проведения тестов на восприимчивость				
3 день	К вопросу о стадиях (глубине) трансовых (гипнотических) состояний	1ч 30мин			
	Классификация внушений и варианты их построений				
	Общие принципы построения сеанса ГСП				
	Отработка тестов на восприимчивость к гипносуггестивному воздействию в разных форматах		30 мин		
	Просмотр учебных видео			1 час	
	Сценарий наведения релаксационного сеанса				
4 день	Модуль 3.Базовые принципы и практика использования гипносуггестивной психотерапии в клинической работе	1ч 30 мин			
	Показания к применению ГСП				
	Способы и техники наведения трансовых состояний				
	О приемах не явного наведения транса				

	Подготовка и проведение учебно-демонстрационного сеанса		30 мин		
	Просмотр учебных видео			1 час	
	Сценарий наведения сеанса через фиксацию взора или по выбору				
5 день	Практическая отработка навыков проведения сеансов ГСП		4 ч		
6 день	Практическая отработка навыков проведения сеансов ГСП		4 ч		
		6 часов 10 мин	9 часов 50 мин	4 часа	20 ч