

СПИРАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ К ПРИМЕНЕНИЮ ГИПНОАНАЛЬГЕЗИИ

Синенко Ю.А.

Болгарская Ассоциация по гипнозу и гипнотерапии, e-mail: yuri.sinenko@yandex.ru,

АННОТАЦИЯ

Цель исследования – обоснование эффективности применения спиральной модели обучения в подготовке гипнотерапевтов на примере авторского курса по гипноанальгезии. В работе представлены результаты реализации образовательной программы, направленной на формирование устойчивых профессиональных компетенций у специалистов в области психотерапии. Материалом исследования послужил авторский курс «Гипноанальгезия», проведенный в 2024–2026 гг., в котором приняли участие 25 специалистов с базовой психологической и медицинской подготовкой. Обучение строилось по принципам спиральной модели с поэтапным возвращением к ключевым темам на новом уровне сложности. Использованы методы педагогического наблюдения, анализа научных источников и качественного анализа письменных отчетов участников о проведенных сессиях.

Результаты показали, что последовательное повторение и усложнение учебного материала способствовали более глубокому усвоению теоретических основ гипноза и формированию практических навыков гипноанальгезии. Обучающиеся продемонстрировали рост профессиональной уверенности, гибкость в выборе техник и способность к самостоятельному проведению сессий. Дополнительную роль сыграли супервизии, обеспечившие регулярную обратную связь и коррекцию ошибок.

Заключение. Спиральная модель обучения является эффективным инструментом профессиональной подготовки гипнотерапевтов, обеспечивающим интеграцию теоретических знаний и практических умений, а также устойчивое развитие профессиональных компетенций.

Ключевые слова: спиральная модель обучения, гипнотерапия, гипноанальгезия, профессиональная подготовка, педагогические технологии.

THE SPIRAL CURRICULUM IN TRAINING SPECIALISTS TO APPLY HYPNOANALGESIA

Sinenko Y.A.

Bulgarian Association for Hypnosis and Hypnotherapy, e-mail: yuri.sinenko@yandex.ru

ABSTRACT

The purpose of the study is to substantiate the effectiveness of the spiral learning model in the training of hypnotherapists using the example of an original course on hypnoanalgesia. The paper presents the results of implementing an educational program aimed at developing stable professional competencies in specialists in the field of psychotherapy. The study was based on the author's course "Hypnoanalgesia," conducted in 2024–2025, with the participation of 25 specialists who had prior training in psychology and medical practice. The training process was organized according to the principles of the spiral learning model, with systematic return to key topics at increasing levels of complexity. The research methods included pedagogical observation, analysis of scientific literature, and qualitative analysis of participants' written reports describing conducted sessions.

The results demonstrated that the последовательное repetition and gradual complication of the educational material contributed to deeper understanding of the theoretical foundations of hypnosis and the development of practical hypnoanalgesia skills. Participants showed increased professional confidence, flexibility in selecting techniques, and the ability to conduct independent sessions. Supervision sessions played an additional role by providing regular feedback and correction of mistakes.

Conclusion. The spiral learning model is an effective tool for the professional training of hypnotherapists, ensuring the integration of theoretical knowledge and practical skills, as well as the sustainable development of professional competencies.

Keywords: spiral learning model, hypnotherapy, hypnoanalgesia, professional training, pedagogical technologies.

Введение

Подготовка специалистов в области психотерапии и гипнотерапии в последние десятилетия приобретает всё более прикладной характер, что связано с возрастающим запросом на эффективные методы психологической и медицинской помощи [1, 2, с. 201-243]. Особое внимание уделяется формированию устойчивых профессиональных компетенций, включающих не только знание теоретических основ, но и развитие практических навыков,

позволяющих уверенно использовать техники гипноза в клинической и образовательной практике.

В педагогике всё более востребованными становятся образовательные модели, обеспечивающие постепенное и системное освоение материала. Одной из таких моделей является спиральная модель обучения, предложенная Дж. Брунером и получившая широкое распространение в подготовке специалистов различного профиля [3, с. 33-45]. Её ключевая особенность заключается в многократном возвращении к базовым темам на новом уровне сложности, что способствует углублению понимания и укреплению практических умений [4]. В медицинском образовании этот подход доказал свою эффективность при подготовке врачей и психологов, где необходима интеграция теории и практики [5, 6].

Актуальность применения спиральной модели в подготовке гипнотерапевтов обусловлена спецификой данной профессии: для успешного ведения терапии специалист должен овладеть целым спектром техник, научиться адаптировать их к индивидуальным особенностям пациента и постепенно интегрировать в клинический процесс. При этом обучение требует поэтапного повторения и углубления ключевых тем, таких как индукция гипнотического состояния, управление болевыми ощущениями, формирование устойчивых терапевтических стратегий [7, с.84-114].

Несмотря на наличие исследований в области гипноза и педагогических технологий, вопросы систематизации образовательного процесса в подготовке гипнотерапевтов остаются малоразработанными. Настоящая статья направлена на восполнение данного пробела и представляет опыт реализации спиральной модели обучения в авторском курсе по гипноанальгезии.

Цель исследования

Целью настоящего исследования является обоснование эффективности применения спиральной модели обучения в подготовке гипнотерапевтов на примере авторского курса по гипноанальгезии, с акцентом на формирование практических навыков и развитие профессиональных компетенций у обучающихся.

Материалы и методы

Базой исследования послужил авторский курс «Гипноанальгезия», реализованный в 2024-2026 гг. [8, 9]. В обучении приняли участие 25 специалистов, имеющих базовую подготовку в области психологии и медицинской практики. Продолжительность курса составила 50 академических часа, включавших лекционные и практические занятия.

Программа строилась в соответствии с принципами спиральной модели обучения: каждое занятие содержало элементы повторения ранее освоенного материала и вводило новые задачи более высокого уровня сложности. Курс был разделён на четыре модуля:

1. введение в основы гипноза и гипноанальгезии;
2. освоение техник индукции и поддержания гипнотического состояния;
3. применение приёмов управления болевыми ощущениями;
4. интеграция навыков в самостоятельное ведение сессий.

Для анализа эффективности курса использовались следующие методы:

- изучение и обобщение литературных источников по теме;
- педагогическое наблюдение;
- анализ отчётов участников (65 письменных отчётов о проведённых ими сессиях гипноанальгезии).

Собранные материалы были подвергнуты качественному анализу с целью выявления динамики освоения навыков, трудностей, возникавших у курсистов, и оценивания практической ценности спиральной модели обучения в данном контексте.

Результаты и их обсуждение

Анализ реализации курса показал, что использование спиральной модели обучения позволило обеспечить постепенное и системное освоение техник гипноза и гипноанальгезии. Каждый новый модуль базировался на повторении и расширении ранее изученного материала, что соответствовало ключевым принципам спирального подхода [10, 11, с.76–104].

Модуль 1. Введение в основы гипноза и гипноанальгезии

На первом этапе обучающиеся знакомились с теоретическими основами гипнотических состояний и механизмами гипноанальгезии. Особое внимание уделялось пониманию роли внушения, концентрации внимания и регуляции восприятия боли. Курсисты отмечали, что повторение базовых понятий в разных форматах (лекция, дискуссия, демонстрация) способствовало их более прочному усвоению. Подобный результат согласуется с данными о необходимости многократного возвращения к ключевым концептам при формировании профессиональных компетенций [5, 7].

Модуль 2. Освоение техник индукции и поддержания гипнотического состояния

На втором этапе участники переходили к освоению практических техник: классические и модифицированные методы индукции, поддержание глубины транса, использование якорей. По данным отчётов, многие курсисты поначалу испытывали трудности в выборе подходящей техники, однако последовательное повторение и постепенное усложнение заданий привели к росту уверенности и гибкости в работе с пациентом. Это подтверждает, что спиральная модель создаёт условия для закрепления базовых навыков и их адаптивного применения [12].

Модуль 3. Применение приёмов управления болевыми ощущениями

Третий модуль был посвящён гипноанальгезии как прикладной технике. Участники отработывали навыки внушения снижения или трансформации болевых ощущений,

использования метафор и образов, направленных на изменение восприятия боли. Отчёты показали, что большинство курсистов смогли добиться у пациентов снижения интенсивности болевых переживаний, что свидетельствует о достаточно быстром освоении материала. Полученные данные согласуются с результатами современных исследований, подтверждающих эффективность гипноза в управлении болью [13].

Модуль 4. Интеграция навыков в самостоятельное ведение сессий

Заключительный этап курса был направлен на объединение ранее освоенных элементов в единый терапевтический процесс. Обучающиеся проводили самостоятельные сессии гипноанальгезии с реальными пациентами или в формате ролевых игр. Отчёты показали, что большинство участников смогли выстроить полноценную структуру сеанса: от установления контакта и проведения индукции до закрепления результата и обратной связи. Важно отметить, что при анализе письменных отчётов проявились индивидуальные различия: часть курсистов делала акцент на использовании классических формул внушения, другие – на образных и метафорических методах. Это отражает гибкость спиральной модели, которая позволяет адаптировать общий учебный план к личным стилям и предпочтениям обучающихся [4, 10].

Роль супервизий и онлайн-консультаций

Важным элементом курса стали регулярные супервизии и онлайн-консультации, проводившиеся после практических занятий и выполнения самостоятельных сессий. Они выполняли несколько функций:

1. коррекционная – курсисты получали обратную связь относительно выбранных техник, качества индукции и формулировки внушений;
2. поддерживающая – возможность обсуждения трудностей снижала тревожность у начинающих специалистов, повышала уверенность в собственных действиях;
3. методическая – супервизор предлагал альтернативные подходы и новые варианты метафор, помогая расширять репертуар техник.

Анализ отзывов участников показал, что именно благодаря супервизиям происходило ускоренное закрепление навыков. Например, одна из курсисток сообщала, что после консультации по поводу слишком быстрых темпов индукции ей удалось значительно улучшить контакт с клиентом, а сама процедура стала более плавной и результативной. Другой участник отмечал, что обсуждение с супервизором помогло осознать ценность «постепенного погружения» вместо жёсткого и директивного внушения. Таким образом, супервизии выполняли роль ключевого звена обратной связи в рамках спиральной модели: повторение и корректировка на каждом витке способствовали формированию устойчивых навыков.

Примеры клинических случаев из отчётов курсистов.

Приведённые ниже фрагменты иллюстрируют практические результаты применения гипноанальгезии курсистами [14].

- Хроническая боль в пояснице (лумбаго, мужчина 42 лет).

В начале сеанса пациент оценивал боль как 6 баллов по Visual Analogue Scale (VAS). После 25-минутной сессии показатель снизился до 3 баллов. В отчёте курсистка описывает, что клиент воспринимал боль как «глухую и замутнённую», что позволило ему расслабиться и спокойно уснуть. Эффект сохранялся до следующего утра (Отчет А.П.).

- Дисменорея (женщина 22 лет).

Пациентка обратилась с жалобой на сильные менструальные боли, по (VAS) = 8. После гипнотической сессии интенсивность снизилась до 4. В отчёте отмечено: «почувствовала слезы облегчения», что указывает не только на анальгетический, но и на эмоционально-разгрузочный эффект (Отчет Д.Д.).

- Мигрень с аурой (женщина 29 лет).

Во время сеанса интенсивность боли снизилась с 7 до 4 по VAS. Курсистка применила метафору «спокойного света», а также постгипнотическое внушение о возможности самостоятельно управлять симптомами. Пациентка отметила, что «приступ не достиг обычной силы» и что она впервые почувствовала контроль над состоянием (Отчет Е.В.).

- Стоматологический случай (самогипноз, женщина 33 лет, кариес).

Пациентка заранее обучилась технике самогипноза. Ожидаемая боль во время процедуры оценивалась ею на 7 баллов, фактическая – лишь на 2. В описании отмечено: «вместо боли почувствовала вибрацию». Случай демонстрирует потенциал самогипноза как инструмента дополнения или даже замены медикаментозной анестезии (Отчет М.К.).

- Предменструальный синдром (женщина 34 лет).

Гипнотерапевт предложил пациенту метафору «лунного света» и внушения тепла. Боль снизилась с 8 до 4 по VAS, параллельно улучшился сон и снизилась тревожность. Пациент отметила, что «чувствует себя спокойнее и увереннее» (Отчет Н.Е.).

- Травма у ребёнка (мальчик 12 лет, перелом руки).

В условиях острой боли (по VAS = 8) применена техника «Волшебная рукавичка». Ребёнок описал, что его рука «как онемевшая и теплая», а боль снизилась до 3 баллов, став «поносимой». Это позволило спокойно дождаться медицинской помощи и облегчило наложение гипса (Отчет П. Д.).

Обобщённые результаты

Сравнительный анализ отчётов показал, что среднее снижение боли у клиентов составляло от 40 до 70 % в зависимости от исходного состояния. Наиболее выраженные результаты

отмечались при использовании образных метафор и техник «сенсорной замены» (замена боли на тепло, вибрацию или свет). Постгипнотические внушения повышали устойчивость эффекта и помогали пациентам справляться с повторными приступами.

Отдельное внимание заслуживает влияние мотивации и доверия клиента: в случаях, где установление раппорта происходило быстро, эффект был более выраженным. Напротив, при высоком уровне тревожности у пациентов эффект проявлялся слабее и требовал повторных сессий.

Обсуждение в контексте спиральной модели

Приведённые примеры подтверждают, что ключевой фактор успеха заключался в поэтапном закреплении навыков: от теоретических основ к простым индукциям, от локального снятия боли – к комплексным терапевтическим сессиям. Супервизии и онлайн-консультации играли роль «обратных витков» спирали, позволяя возвращаться к базовым ошибкам и улучшать технику. Таким образом, спиральная модель обучения показала свою эффективность не только как метод педагогической организации, но и как инструмент профессиональной социализации начинающих гипнотерапевтов.

Динамика развития профессиональных навыков

Обобщённый анализ всех этапов показал, что у участников наблюдалась устойчивая положительная динамика. Курсисты отмечали рост уверенности в применении техник, уменьшение тревожности перед самостоятельным проведением сеансов и более глубокое понимание теоретических основ. Повторение ключевых тем на разных уровнях сложности воспринималось как наиболее ценное свойство программы, позволяющее «погружаться в материал постепенно и без перегрузки». Такой подход соответствует данным о положительном влиянии спиральной модели на формирование когнитивных и практических компетенций в медицинском образовании [7, 12].

Обсуждение результатов в контексте литературы

Полученные данные согласуются с международными исследованиями, в которых показано, что спиральная организация учебного процесса способствует ускоренному формированию умений и улучшает перенос знаний в практическую деятельность [1, 6]. В частности, акцент на постоянном возвращении к ключевым навыкам напоминает о концепции «осознанной практики» Э. Эрикссона [7, 84-114], где успех определяется постепенным усложнением заданий и получением регулярной обратной связи.

Особое значение имеет подтверждение практической эффективности гипноанальгезии: даже после относительно короткого курса обучающиеся смогли достичь результатов в снижении болевых ощущений у пациентов, что соответствует современным данным клинических исследований [13].

Таким образом, опыт реализации курса подтвердил эффективность спиральной модели обучения в подготовке гипнотерапевтов. Она обеспечивает сочетание теоретической базы и практической направленности, позволяет учитывать индивидуальные различия обучающихся и способствует формированию устойчивых профессиональных компетенций.

Заключение

Реализация авторского курса по гипноанальгезии показала, что применение спиральной модели обучения является эффективным инструментом подготовки специалистов в области гипноанальгезии. Последовательное возвращение к ключевым темам с постепенным расширением и усложнением материала обеспечило более глубокое усвоение теоретических основ и формирование устойчивых практических навыков у обучающихся.

Анализ отчётов участников курса подтвердил, что спиральный подход способствует ускоренному развитию профессиональной уверенности, повышению качества проводимых сессий и формированию индивидуального стиля работы. Важно отметить, что модель позволяет учитывать различия в темпе освоения материала и способствует гибкой адаптации образовательной программы к потребностям конкретной группы слушателей.

Результаты исследования согласуются с современными данными о преимуществах спиральной организации образовательного процесса в медицинской и психологической подготовке. Практическая значимость работы заключается в возможности широкого применения данного подхода для обучения специалистов, работающих с гипнотическими техниками и методами психотерапии.

Перспективными направлениями дальнейшей работы могут стать расширение программы курса за счёт интеграции клинических кейсов, использование цифровых образовательных технологий, а также проведение сравнительных исследований эффективности различных моделей обучения гипнотерапевтов.

Список литературы

1. Jensen M.P., Patterson D.R. Hypnotic approaches for chronic pain management: clinical implications of recent research findings // *American Psychologist*. – 2015. – Vol. 70(7). – P. 620–631. DOI: 10.1037/a0039821.
2. Yapko M.D. *Trancework: An Introduction to the Practice of Clinical Hypnosis*. – 5th ed. – New York: Routledge, 2019. – 660 p.
3. Bruner J. *The Process of Education*. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 2017. – 141 p.
4. Harden R.M., Stamper N. What is a spiral curriculum? // *Medical Teacher*. – 2018. – Vol. 40(5). – P. 497–499. DOI: 10.1080/0142159X.2018.1424273.
5. Murtonen M., Balloo K. *Redefining Learning Theories for the Digital Era*. – Cham: Springer, 2020. – 280 p.
6. Schmidt H.G., Rotgans J.I., Yew E.H.J. The process of problem-based learning: what works and why // *Medical Education*. – 2019. – Vol. 53(10). – P. 945–956. DOI: 10.1111/medu.13815.

7. Ericsson K.A., Pool R. Peak: Secrets from the New Science of Expertise. – Boston: Mariner Books, 2016. – 336 p.
8. Курс по Хипнотична Аналгезия – 15 март – 20 септември 2025 гр. София [Электронный ресурс] // Българска Асоциация по Хипноза и Хипнотерапия. – Режим доступа: <https://bahh.org/%d0%ba%d1%83%d1%80%d1%81-%d0%bf%d0%be-%d1%85%d0%b8%d0%bf%d0%bd%d0%be%d1%82%d0%b8%d1%87%d0%bd%d0%b0-%d0%b0%d0%bd%d0%b0%d0%bb%d0%b3%d0%b5%d0%b7%d0%b8%d1%8f-15-%d0%bc%d0%b0%d1%80%d1%82-20-%d1%81/1283>
9. Курс по Хипнотична Аналгезия гр. Пловдив – 6 Декември 2025 г. – 7 Февруари 2026 гр. Пловдив [Электронный ресурс] // Българска Асоциация по Хипноза и Хипнотерапия. – Режим доступа: <https://bahh.org/%d0%ba%d1%83%d1%80%d1%81-%d0%bf%d0%be-%d1%85%d0%b8%d0%bf%d0%bd%d0%be%d1%82%d0%b8%d1%87%d0%bd%d0%b0-%d0%b0%d0%bd%d0%b0%d0%bb%d0%b3%d0%b5%d0%b7%d0%b8%d1%8f-%d0%b3%d1%80-%d0%bf%d0%bb%d0%be%d0%b2%d0%b4>
10. Maltagliati A.J., et al. Development and evaluation of a pre-clerkship spiral curriculum: a quasi-experimental study // Medical Education Online. – 2023. – Vol. 28(1). – Article 2167258. DOI: 10.1080/10872981.2023.2167258.
11. Schön D.A. The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action. – London: Routledge, 2017. – 384 p.
12. Yardley S., Teunissen P.W., Dornan T. Experiential learning: Transforming theory into practice in medical education // Medical Teacher. – 2019. – Vol. 34(2). – P. 161–164. DOI: 10.3109/0142159X.2012.643264.
13. Thompson, T. The effectiveness of hypnosis for pain relief: A systematic review and meta-analysis of 85 controlled experimental trials / T. Thompson, D. B. Terhune, C. Oram [и др.] // Neuroscience and Biobehavioral Reviews. – 2019. – Vol. 99. – P. 298–310. – DOI: 10.1016/j.neubiorev.2019.02.013.
14. Синенко Ю. Clinical Case Series on Hypnoanalgesia. Applications in Medical and Psychological Practice [Электронный ресурс] / Ю. Синенко. – Geneva : Zenodo, 2026. – DOI: 10.5281/zenodo.18278416. – Режим доступа: <https://zenodo.org/records/18278416>