

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное учреждение  
«Национальный медицинский исследовательский центр имени В.А. Алмазова»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России)

ИНСТИТУТ МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Института медицинского образования  
ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова»  
Минздрава России  
Е.В. Пармон  
«30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплина	<b>ПРАКТИКУМ ПО ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ</b> (наименование дисциплины)
	<b>магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология</b> (код специальности и наименование)
Профиль	<b>Кризисная психология и психотравматология</b>
Факультет	<b>лечебный</b> (наименование факультета)
Кафедра	<b>ПСИХОЛОГИИ</b> (наименование кафедры)

<b>Форма обучения</b>	<b>очная</b>
<b>Курс</b>	<b>2</b>
<b>Семестр</b>	<b>4</b>
<b>Занятия лекционного типа</b>	<b>8 час.</b>
<b>Занятия семинарского типа</b>	<b>24 час.</b>
<b>Всего аудиторной работы</b>	<b>32 час.</b>
<b>Самостоятельная работа (внеаудиторная)</b>	<b>40 час.</b>
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<b>зачет</b>
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>72/2 (час/зач.ед.)</b>

Санкт-Петербург  
2024

Рабочая программа дисциплины «Практикум по телесно-ориентированной терапии» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования — магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации «29» июля 2020 г. № 841 и учебным планом.

### СОСТАВИТЕЛИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, звание	Занимаемая должность	Место работы
1.	Щукина Мария Алексеевна	д.п.н.	И.о. заведующего кафедрой психологии	ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России
2.	Великанов Арсений Апетович	к.п.н.	Доцент кафедры психологии	ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России

### ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа дисциплины «Практикум по телесно-ориентированной терапии» рассмотрена и обсуждена на заседании кафедры психологии.

Рабочая программа дисциплины «Практикум по телесно-ориентированной терапии» рассмотрена и одобрена на заседании Учебно-методического совета Института медицинского образования ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России «17» января 2023 г., протокол № 01/2023.

Внесение изменений и дополнений в рабочую программу дисциплины «Практикум по телесно-ориентированной терапии» рассмотрены и одобрены на заседании учебно-методического совета Института медицинского образования ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России «27» августа 2024 г., протокол № 05/01/2024.



## **1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Цель изучения дисциплины:** сформировать у обучающихся представления о телесно-ориентированном подходе в работе психолога и применении телесно-ориентированных техник в оказании кризисной психологической помощи и психотравматологии.

**Задачи изучения дисциплины:**

1. Ознакомление обучающихся со сферой применения, основными формами и направлениями телесно-ориентированного подхода в работе психолога.

2. Рассмотреть механизмы телесно-ориентированного воздействия, применимыми при оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации.

3. Формирование у обучающихся опыта использования телесно-ориентированных техник и приемов в индивидуальной и групповой работе.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Дисциплина «Практикум по телесно-ориентированной терапии» относится к Части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана

**Междисциплинарные и внутродисциплинарные связи:**

Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

- «Этика и основы профессионального общения»;
- «Основы кризисной психологии и психотравматологии»;
- «Психологическая помощь в кризисных и чрезвычайных ситуациях»;
- «Психодиагностика кризисных и посттравматических состояний».

### 3.ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

Компетенция	Индикатор	Показатели достижения освоения компетенции	Оценочные средства
ОПК-5. Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	ОПК-5.3. Осуществляет с помощью базовых приемов психологическую помощь, развивающие и коррекционные технологии, методы индивидуальной и групповой работы	Знает: - основные формы и направления телесно-ориентированного подхода в работе психолога по оказанию психологической помощи	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - использовать при оказании психологической помощи телесно-ориентированные техники в индивидуальной и групповой форме	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-2. Применение разных видов и методов индивидуального, семейного, группового психологического консультирования в соответствии с возрастом, полом, индивидуальными особенностями и особенностями жизненной ситуации клиентов	ПК-2.1. Способен разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач	Знает: - принципы и этапы разработки программ оказания кризисной психологической помощи с использованием телесно-ориентированных приемов	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - выбирать телесно-ориентированные техники для разработки программ оказания кризисной психологической помощи, коррекции посттравматических состояний и посттравматической реабилитации	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	ПК-2.2. Способен оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций	Знает: - возможности и особенности использования телесно-ориентированных приемов для оказания психологической поддержки клиентам в трудных жизненных ситуациях	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций с использованием телесно-ориентированных приемов и техник	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ



	ПК-2.3. Способен разрабатывать новые формы и методы оказания психологической помощи клиентам	Знает: - принципы разработки и обоснования эффективности и безопасности новых телесно-ориентированных приемов и техник для оказания психологической помощи	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - разрабатывать новые телесно-ориентированные методические приемы оказания психологической помощи клиентам	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-4. Разработка и осуществление программ психологического обеспечения здоровьесбережения населения	ПК-4.1. Способен разрабатывать методы индивидуальной и групповой работы для обеспечения здоровьесбережения населения	Знает: - сферу применения и возможности телесно-ориентированного подхода в индивидуальной и групповой работе психолога	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - определять сферу применения и осуществлять обоснованный выбор телесно-ориентированных техник для обеспечения здоровьесбережения населения в ситуациях оказания кризисной психологической помощи	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	ПК-4.2. Способен применять на практике методы индивидуальной и групповой работы для обеспечения здоровьесбережения населения	Знает: - методы индивидуальной и групповой работы телесно-ориентированного подхода для обеспечения здоровьесбережения населения	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - использовать на практике методы индивидуальной и групповой работы телесно-ориентированного подхода для обеспечения здоровьесбережения населения	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	ПК-4.3. Способен оценивать эффективность оказания психологической помощи клиентам	Знает: - методы оценки эффективности телесно-ориентированных методик оказания психологической помощи клиентам	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
		Умеет: - использовать методы оценки эффективности телесно-ориентированных методик оказания психологической помощи клиентам	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ

*КВ – контрольные вопросы, ТЗ – тестовые задания, Д – темы для докладов*



#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ

##### 4.1 Объем дисциплины в академических часах, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную внеаудиторную работу обучающихся

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
	объем в академических часах (АЧ)	4
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>32</b>	<b>32</b>
В том числе:	-	-
Занятия лекционного типа	8	8
Занятия семинарского типа	24	24
<b>Самостоятельная внеаудиторная работа (всего)</b>	<b>40</b>	<b>40</b>
В том числе:	-	-
Подготовка к занятиям	12	12
Подготовка рефератов, докладов, подбор и изучение литературных источников, интернетресурсов	28	28
Промежуточная аттестация – зачет	-	-
Из них на практическую подготовку*	19	19
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>72</b>
	<b>зач.ед.</b>	<b>2</b>

\**Практическая подготовка (ПП)* - форма организации образовательной деятельности при освоении образовательной программы в условиях выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю соответствующей образовательной программы

##### 4.2 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий

Наименование темы	Контактная работа, академ.ч.		СР	Всего	Из них на практическую подготовку*
	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
Тема 1. Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии	2	4	10	16	3
Тема 2. Современные методы психологической работы с телом	2	8	10	20	7
Тема 3. Танце-двигательная терапия	2	4	10	16	3
Тема 4. Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации	2	8	10	20	6
<b>Зачет</b>					-
<b>Итого</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>40</b>	<b>72</b>	<b>19</b>

\**Практическая подготовка (ПП)* - форма организации образовательной деятельности при освоении образовательной программы в условиях выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю соответствующей образовательной программы



### 4.3 Тематический план занятий лекционного типа - всего 8 часов

№ темы	Наименование темы лекционного занятия	Часы	Содержание темы	Формируемые индикаторы компетенций	Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия
1.	Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии	2	Предмет, объект, цели и задачи телесно-ориентированной терапии. Телесно-ориентированная терапия в психокоррекции, психологическом консультировании, психопрофилактике, реабилитации.	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Мультимедийная аппаратура, презентации
2.	Современные методы психологической работы с телом	2	Приемы телесно-ориентированной психотерапии в современных психотерапевтических направлениях. Танец и движение как инструменты эмоциональной и физической интеграции индивида. Ценность символической активности и творческой экспрессии для освобождения и анализа неосознанных влечений в концепциях психоанализа. Тело как инструмент невербального взаимодействия. Методы психофизической саморегуляции. Роль дыхания в эмоциональном функционировании личности. Работа с дыханием в психотерапии.	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Мультимедийная аппаратура, презентации
3.	Танце-двигательная терапия	2	Разработки в области танце-двигательной терапии после второй мировой войны для работы с инвалидами, которые нуждались в физической и эмоциональной реабилитации. Применение танце-двигательной терапии для пациентов, которые не могут говорить и с которыми не применимо вербальное воздействие. Новаторские работы по танце-двигательной терапии Мэриан Чейс. Сфера применения, цели и основные приемы танце-двигательной терапии.	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Мультимедийная аппаратура, презентации
4.	Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной	2	Возможности, ограничения и особенности использования телесно-ориентированных техник для оказания	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3,	Мультимедийная аппаратура, презентации

психологической помощи и посттравматической реабилитации		психологической поддержки клиентам в трудных жизненных и кризисных ситуациях. Телесно-ориентированные приемы, применимые для вмешательства в ситуациях оказания кризисной психологической помощи, коррекции посттравматических состояний и посттравматической реабилитации. Принципы и этапы разработки программ оказания кризисной психологической помощи с использованием телесно-ориентированных техник. Методы оценки эффективности телесно-ориентированных методик оказания психологической помощи клиентам.	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	
----------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------	--

#### 4.4 Тематический план занятий семинарского типа - всего 24 часа

№ темы	Форма проведения занятия	Наименование темы занятия	Часы, в том числе на ПП*	Содержание темы занятия	Формируемые индикаторы компетенций	Формы и методы текущего контроля
1.	Практическое занятие	Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии	4 из них на ПП- 80%	Теоретические основания телесно-ориентированного подхода в работах В.Райха, И.Рольф, Г.Бойсен, Ф.М.Александера, М.Розен, А.Лоуэна.	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
2.	Практическое занятие	Современные методы психологической работы с телом	8 из них на ПП- 80%	Рольфинг. Техники прикосновений. Практика биообратной связи на осознание виртуального образа тела, расслабление тела и коррекцию стресса. Техника осознания мышц. Техника осознания кровообращения. Техники расслабления Процесс выработки навыков расслабления или невосприимчивости к регулярно действующим стрессогенным факторам. Техники регуляции дыхания. Метод Александера. Первичная терапия А.Янова. Метод М. Фильденкрайза.	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2., ПК-4.3	Д
3.	Практическое занятие	Танцевально-двигательная терапия	4 из них на ПП- 80%	Техника «тело — Эго» Сэлкина: целенаправленное физическое движение для усиления самоидентичности. Танцевально-двигательная	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д



				терапия П.Бернштейна: ритуал развития как средство коррекции неоконченного процесса (символическая ролевая игра) и выражение для исследования скрытых чувств и преодоления кризиса развития. Психомоторный тренинг Пессо: выражение эмоций через движение.		
4.	Практическое занятие	Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации	8 из них на ПП- около 80%	Телесно-ориентированные приемы для оказания психологической поддержки клиентам в периоды личностного кризиса. Телесно-ориентированные приемы, применимые для вмешательства в ситуациях оказания кризисной психологической помощи при утратах, пережитом насилии других экстремальных ситуациях. Телесно-ориентированные приемы и техники при работе с клиентами с заболеваниями с витальной угрозой, психосоматических расстройствами, при длительной госпитализации.	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
<b>Итого</b>			24 часа из них на ПП- 19 часов			

Д – доклады

\***Практическая подготовка (ПП)** - форма организации образовательной деятельности при освоении образовательной программы в условиях выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю соответствующей образовательной программы

#### 4.5 Внеаудиторная самостоятельная работа – всего 40 часов

Вид самостоятельной работы	Часы	Формируемые индикаторы компетенций
Подготовка к занятиям	12	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
Подготовка рефератов, докладов, подбор и изучение литературных источников, интернетресурсов	28	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3

##### 4.5.1 Самостоятельная проработка некоторых тем – не предусмотрена

### 5. ОРГАНИЗАЦИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

#### 5.1 Виды оценочных средств, используемых при текущем контроле и промежуточной аттестации

Формы контроля	Название раздела дисциплины	Общее количество оценочных средств		
		КВ	ТЗ	Д
Текущий контроль	Тема 1. Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии	-	-	10
	Тема 2. Современные методы психологической работы с телом	-	-	10

	Тема 3. Танце-двигательная терапия	-	-	10
	Тема 4. Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации	-	-	10
<b>Промежуточная аттестация по дисциплине – зачет</b>		20	20	-

*КВ – контрольные вопросы, ТЗ – тестовые задания, Д – темы для докладов*

## 5.2 Организация текущего контроля знаний

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Код контролируемого индикатора компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
2.	Современные методы психологической работы с телом	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
3.	Танце-двигательная терапия	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
4.	Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д

*КВ – контрольные вопросы, Д – темы для докладов*

## 5.3 Организация контроля самостоятельной работы

№ п/п	Вид работы	Код контролируемого индикатора компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Подготовка к занятиям	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
2.	Подготовка рефератов, докладов, подбор и изучение литературных источников, интернет-ресурсов	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д

*КВ – контрольные вопросы, Д – темы для докладов*

## 5.4 Организация промежуточной аттестации

**Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет**

**Этапы проведения промежуточной аттестации:**

Этапы	Вид задания	Оценочные материалы	Проверяемые индикаторы компетенций
1	Собеседование	КВ	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
2	Тестирование	ТЗ	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3

*КВ – контрольные вопросы, ТЗ – тестовые задания, Д – темы для докладов*

Критерии оценивания результата промежуточной аттестации:

«Зачтено» – при условии положительных результатов на 1, 2 этапе.

«Не зачтено» – при наличии одного или более неудовлетворительных результатов.



### Типовые оценочные средства

Примеры *типовых тем докладов* для проверки формирования индикаторов компетенций.

Темы для докладов	Проверяемые индикаторы компетенции
1. История становления телесно-ориентированного подхода. 2. Идеи К.Г.Юнга о символическом проявлении продукции бессознательного в движениях.	ОПК-5.3
3. Специфика использования телесно-ориентированных приемов в работе с клиентами различных возрастных групп. 4. Возможности использования телесно-ориентированных приемов в работе с клиентами при различных психических травмах.	ПК-2.1; ПК-2.2; ПК-2.3
5. Телесно-ориентированные техники в психокоррекционной работе в здравоохранении (при работе с психосоматическими заболеваниями). 6. Телесно-ориентированные техники в психокоррекционной работы в здравоохранении (при работе с детьми в ситуации длительной госпитализации).	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3.

Примеры *типовых контрольных вопросов* для проверки формирования индикаторов компетенций.

№ КВ	Контрольный вопрос и эталон (ключ) ответа	Проверяемые индикаторы компетенции
1	<b>Контрольный вопрос:</b> Опишите роль физического панциря в психическом функционировании человека согласно теории, В. Райха:	ОПК-5.3
	<b>Эталон ответа:</b> Физический панцирь, по мнению В. Райха, блокирует энергетические потоки, связанные с сильными эмоциями, и ограничивает выражение чувств	
2	<b>Контрольный вопрос:</b> Назовите два основных метода телесно-ориентированной терапии, позволяющих освободить тело и расширить возможности движения и осознания	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
	<b>Эталон ответа:</b> – двигательные упражнения, раскрывающие блоки, растягивающие мускулы и увеличивающие гибкость; – прикосновения, освобождающие спонтанные движения, которые являются выражением глубоких чувств	
3	<b>Контрольный вопрос:</b> Опишите три инструмента для разрушения мышечного панциря:	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
	<b>Эталон ответа:</b> 1) накопление в теле энергии с помощью глубокого дыхания; 2) прямое воздействие на хронически напряженные мышцы с целью их расслабления;	



	3) постоянное поддержание состояния сотрудничества с клиентом.	
--	----------------------------------------------------------------	--

Примеры *типовых тестовых заданий* для проверки формирования индикаторов компетенций

Тестовое задание	Эталон (ключ) ответа	Проверяемые компетенции
<p><b>1. Дополните предложение.</b>            Проработка панциря характера лежит в основе:            Ответ _____</p>	вегетотерапии	ОПК-5.3
<p><b>2. Выберите один правильный ответ.</b>            Какой механизм психотерапевтического воздействия скрывается под данным определением: «физиологический процесс снижения и нормализации возбуждения в патодинамической структуре инертного сверхвозбуждения, возникающего под действием психотравмы»:            а) катарсис            б) коррегирующий эмоциональный опыт            с) универсальность переживаний            д) эмпатия</p>	а	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3.
<p><b>3. Дополните ответ.</b>            Наиболее сложной критической ситуацией внутренней жизни по Ф. Василюку является:            Ответ _____</p>	кризис	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3.

**Оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине** (приложение № 1 к рабочей программе).

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

В ИМО создана и функционирует электронная информационно-образовательная среда (далее - ЭИОС), включающая в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы. ЭИОС обеспечивает освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся. Электронные библиотеки обеспечивают доступ к профессиональным базам данных, справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам.

### **6.1 Программное обеспечение, профессиональные базы данных, информационные справочные системы, ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины**

#### **Программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:**

Операционная система семейства Windows

Пакет OpenOffice

Пакет LibreOffice

Microsoft Office Standard 2016

NETOP Vision Classroom Management Software

Образовательный портал ФГБУ «НМИЦ им. В. А. Алмазова» Минздрава России

<http://moodle.almazovcentre.ru/>



САБ «Ирбис 64» - система автоматизации библиотек. Электронный каталог АРМ «Читатель» и Web-Ирбис

## **6.2. Профессиональные базы данных, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:**

Электронная библиотечная система «Медицинская библиотека «MEDLIB.RU» ([www.medlib.ru](http://www.medlib.ru))

Электронная медицинская библиотека «Консультант врача» ([www.rosmedlib.ru](http://www.rosmedlib.ru))

ЭБС «Букап» (<https://www.books-up.ru/>)

ЭБС «Юрайт» (<https://urait.ru/>)

Электронная библиотека Профи-Либ «Медицинская литература издательства "Спецлит"» (<https://speclit.profy-lib.ru/>)

Всемирная база данных статей в медицинских журналах PubMed <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/>

Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>

## **6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины:**

Поисковые системы Yandex (<http://www.yandex.ru/>)

Мультимедийный словарь перевода слов онлайн Мультитран (<http://www.multitrans.ru/>)

Университетская информационная система РОССИЯ (<https://uisrussia.msu.ru/>)

Публикации ВОЗ на русском языке (<https://www.who.int/ru/publications/i>)

Международные руководства по медицине (<https://www.guidelines.gov/>)

Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ) (<http://www.femb.ru>)

Боль и ее лечение ([www.painstudy.ru](http://www.painstudy.ru))

US National Library of Medicine National Institutes of Health ([www.pubmed.com](http://www.pubmed.com))

Русский медицинский журнал ([www.rmj.ru](http://www.rmj.ru))

Министерство здравоохранения Российской Федерации ([www.rosminzdrav.ru](http://www.rosminzdrav.ru))

КиберЛенинка — это научная электронная библиотека (<https://cyberleninka.ru>)

Российская государственная библиотека ([www.rsl.ru](http://www.rsl.ru))

## **6.4. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.**

Обучение по дисциплине «Практикум по телесно-ориентированной терапии» включает контактную работу, состоящую из лекций, семинаров, самостоятельной работы и промежуточной аттестации. Лекционные занятия проводятся с использованием демонстрационного материала в виде мультимедийных презентаций.

Семинарские занятия проходят в учебных аудиториях. В ходе занятий слушатели разбирают и обсуждают вопросы по соответствующим разделам и темам дисциплины, выполняют теоретические и практические задания.

В учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий (использование интернет-ресурсов для подготовки к занятиям, групповые дискуссии и др.) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Главными условиями правильной организации учебного процесса являются:

- планирование времени, необходимого на изучение данной дисциплины;
- регулярное повторение пройденного материала;
- подготовка к текущему тематическому контролю успеваемости и промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа включает в себя проработку лекционных материалов, практических материалов и задач, которые разбирались на занятиях или были рекомендованы для самостоятельного решения, изучение рекомендованной учебной литературы, изучение



информации, публикуемой в научной периодической печати и представленной в сети «Интернет» и написание реферата по предложенной теме.

Для самостоятельной работы в течение всего периода обучения имеется индивидуальный неограниченный доступ к электронной информационно-образовательной среде Центра Алмазова из любой точки, в которой есть доступ к сети «Интернет», как на территории Центра Алмазова, так и вне ее.

## **6.5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:**

### **Основная литература:**

1. Психологическая помощь: практическое пособие / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина; под редакцией Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — Текст : электронный // URL: <https://urait.ru/bcode/492876>
2. Шарапов, А. О. Кризисная психология: учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — Текст : электронный // URL: <https://urait.ru/bcode/495888>
3. Прикосновение. Глубинная психология и телесная терапия / Мак-Нили, Дэлдон; пер. с англ. - 2-е изд. - Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2020. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785731209700.html>

### **Дополнительная литература:**

1. Кадыров, Р. В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): учебник и практикум для вузов / Р. В. Кадыров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — Текст : электронный // URL: <https://urait.ru/bcode/496121>
2. Мищенко, Л. В. Психическая травма: практическое пособие / Л. В. Мищенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — Текст : электронный // URL: <https://urait.ru/bcode/493929>
3. Открытие тела. Путеводитель по методам телесно-ориентированной терапии / под ред. С. А. Римского - Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2018. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785731209267.html>
4. Свободное тело. Хрестоматия по телесно-ориентированным практикам / Сост. и ред. В. Ю. Баскаков - Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2016. - Текст : электронный // URL : <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785941938094.html>

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ:**

7.1. Учебно-методические материалы для обучающихся: Методические материалы для обучающихся по дисциплине «Практикум по телесно-ориентированной терапии»

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Практикум по телесно-ориентированной терапии» программы высшего образования - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология Центр Алмазова располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных учебной дисциплиной.

Для проведения занятий по дисциплине «Практикум по телесно-ориентированной



терапии» специальные помещения имеют материально-техническое и учебно-методическое обеспечение:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа – укомплектована специализированной (учебной) мебелью, набором оборудования для демонстрации презентаций.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические занятия и все формы его проведения) - укомплектована специализированной (учебной) мебелью.

Учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций - укомплектована специализированной (учебной) мебелью.

Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации - укомплектована специализированной (учебной) мебелью.

Помещение для самостоятельной работы – укомплектовано специализированной (учебной) мебелью, оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду организации.

## **9. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Состав и квалификация научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине «Практикум по телесно-ориентированной терапии» соответствует требованиям ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология.

## **10. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины «Практикум по телесно-ориентированной терапии» инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:
- размещение в местах доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:
- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:
- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

При освоении программы дисциплины обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература и специальные технические средств обучения коллективного и индивидуального пользования, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.



**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«ПРАКТИКУМ ПО ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ»**  
(наименование дисциплины)

**Магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология**

**Профиль:** Кризисная психология и психотравматология

Квалификация (степень) выпускника: Магистр

Форма обучения: очная

**Срок освоения ОПОП ВО:** 2 года

*(нормативный срок обучения)*

**ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
по дисциплине «ПРАКТИКУМ ПО ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ»**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями: ОПК-5, ПК-2, ПК-4**

**1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций в процессе изучения дисциплины**

Индикатор	Показатели достижения освоения компетенции	Оценочные средства
ОПК-5. Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций		
ОПК-5.3. Осуществляет с помощью базовых приемов психологическую помощь, развивающие и коррекционные технологии, методы индивидуальной и групповой работы	Знает: - основные формы и направления телесно-ориентированного подхода в работе психолога по оказанию психологической помощи	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - использовать при оказании психологической помощи телесно-ориентированные техники в индивидуальной и групповой форме	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-2. Применение разных видов и методов индивидуального, семейного, группового психологического консультирования в соответствии с возрастом, полом, индивидуальными особенностями и особенностями жизненной ситуации клиентов		
ПК-2.1. Способен разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач	Знает: - принципы и этапы разработки программ оказания кризисной психологической помощи с использованием телесно-ориентированных приемов	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - обоснованный выбор телесно-ориентированных техник для разработки программ оказания кризисной психологической помощи, коррекции посттравматических состояний и посттравматической реабилитации	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-2.2. Способен оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций	Знает: - возможности и особенности использования телесно-ориентированных приемов для оказания психологической поддержки клиентам в трудных жизненных ситуациях	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций с использованием телесно-ориентированных приемов и техник	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-2.3. Способен разрабатывать новые формы и методы оказания психологической помощи клиентам	Знает: - принципы разработки и обоснования эффективности и безопасности новых телесно-ориентированных приемов и техник для оказания психологической помощи	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - разрабатывать новые телесно-ориентированные методические приемы оказания психологической помощи клиентам	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-4. Разработка и осуществление программ психологического обеспечения здоровьесбережения населения		



ПК-4.1. Способен разрабатывать методы индивидуальной и групповой работы для обеспечения здоровьесбережения населения	Знает: - сферу применения и возможности телесно-ориентированного подхода в индивидуальной и групповой работе психолога	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - определять сферу применения и осуществлять обоснованный выбор телесно-ориентированных техник для обеспечения здоровьесбережения населения в ситуациях оказания кризисной психологической помощи	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-4.2. Способен применять на практике методы индивидуальной и групповой работы для обеспечения здоровьесбережения населения	Знает: - методы индивидуальной и групповой работы телесно-ориентированного подхода для обеспечения здоровьесбережения населения	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - использовать на практике методы индивидуальной и групповой работы телесно-ориентированного подхода для обеспечения здоровьесбережения населения	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
ПК-4.3. Способен оценивать эффективность оказания психологической помощи клиентам	Знает: - методы оценки эффективности телесно-ориентированных методик оказания психологической помощи клиентам.	Для текущего контроля: Д  Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ
	Умеет: - использовать методы оценки эффективности телесно-ориентированных методик оказания психологической помощи клиентам	Для текущего контроля: Д Для промежуточной аттестации: КВ, ТЗ

*КВ – контрольные вопросы, ТЗ – тестовые задания, Д – доклад*

## 2. Организация текущего контроля

№ п/п	Наименование темы (раздела) Дисциплины	Код контролируемого индикатора компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
2.	Современные методы психологической работы с телом	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
3.	Танце-двигательная терапия	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д
4.	Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	Д

*Д – доклад*

### Критерии оценивания докладов:

1. Раскрытие актуальности темы
2. Раскрытие содержания темы
3. Современная оценка предмета изложения
4. Выводы по материалу
5. Устное выступление

## 3. Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет.



#### 4. Этапы проведения промежуточной аттестации:

Этапы	Вид задания	Оценочные материалы	Проверяемые индикаторы компетенций
1	Собеседование	КВ	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
2	Тестирование	ТЗ	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3

*КВ – контрольные вопросы, ТЗ – тестовые задания*

#### 5. Критерии оценивания заданий промежуточной аттестации (для зачета):

Вид задания	«Не зачтено»	«Зачтено»
Собеседование по контрольным вопросам	Имеет фрагментарные, не систематизированные знания по предмету. Неправильное использование основных научных понятий и терминов. Множественные, существенные ошибки. ответе на вопросы. Отсутствие ответов на дополнительные вопросы.	Имеет глубокие, систематизированные знания по предмету. Дает четкие и развернутые ответы на вопросы. Демонстрирует знание взаимосвязи основных понятий дисциплины. Демонстрирует способность применения полученных знаний на практике.
Выполнение тестовых заданий	70% и менее верных ответов	Более 70% верных ответов

#### Критерии оценивания результата промежуточной аттестации:

При проведении контроля в форме зачета используется следующая шкала оценки: зачтено/не зачтено:

«Зачтено» – при условии положительных результатов на 1, 2 этапе.

«Не зачтено» – при наличии одного или более неудовлетворительных результатов.

### ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

#### Тема 1. Теоретические основы телесно-ориентированного подхода в психологии.

##### Темы докладов

Темы для докладов	Проверяемые индикаторы компетенции
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Модель личности в современных методах телесно-ориентированной психотерапии.</li> <li>2. Диагностические походы в телесно-ориентированной психотерапии.</li> <li>3. Механизм формирования и принцип строения «защитного панциря» по В. Райху. Принципы характеро-аналитической вегетотерапии В.Райха.</li> <li>4. Теоретические основания телесно-ориентированного подхода в работах Г.Бойсен</li> <li>5. Биоэнергетические принципы в психотерапии по А. Лоуэну.</li> <li>6. Теоретические основания телесно-ориентированного подхода в работах М.Розен.</li> <li>7. Теоретические основания телесно-ориентированного подхода в работах И.Рольф.</li> <li>8. Основные принципы метода А.Александера.</li> <li>9. Основные принципы метода М.Фельденкрайза.</li> <li>10. Терапевтическое обоснование релаксационных методов психотерапии.</li> </ol>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3



## Тема 2. Современные методы психологической работы с телом

### Темы докладов

Темы для докладов	Проверяемые индикаторы компетенции
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Современные направления телесно-ориентированной психотерапии.</li><li>2. Танец и движение как инструменты эмоциональной и физической интеграции индивида.</li><li>3. Символическая активность и творческая экспрессия в концепциях психоанализа.</li><li>4. Роль дыхания в эмоциональном функционировании личности</li><li>5. Методы психофизической саморегуляции.</li><li>6. Техника рольфинг.</li><li>7. Техники прикосновения.</li><li>8. Техника осознания мышц.</li><li>9. Техники расслабления.</li><li>10. Техники регуляции дыхания.</li></ol>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3

## Тема 3. Танце-двигательная терапия

### Темы докладов

Темы для докладов	Проверяемые индикаторы компетенции
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Основные приемы танце-двигательной терапии.</li><li>2. Танце-двигательный терапевт.</li><li>3. Специфика разработки танце-двигательных программ с клиентами различных возрастных групп.</li><li>4. Ограничения применения метода танце-двигательной терапии.</li><li>5. История развития танце-двигательной терапии в психореабилитационной практике.</li><li>6. Преимущества применения танце-двигательной терапии.</li><li>7. Значение работ по танце-двигательной терапии Мэриан Чейс.</li><li>8. Техника «тело — Эго» Сэлкина.</li><li>9. Танцевально-двигательная терапия П. Бернштейна.</li><li>10. Психомоторный тренинг Пессо.</li></ol>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3

## Тема 4. Телесно-ориентированные приемы в оказании кризисной психологической помощи и посттравматической реабилитации.

### Темы докладов

Темы для докладов	Проверяемые индикаторы компетенции
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Телесно-ориентированные приемы для оказания психологической поддержки клиентам в периоды личностного кризиса.</li><li>2. Телесно-ориентированные приемы для оказания психологической помощи людям, пережившим насилие.</li><li>3. Телесно-ориентированные приемы, применимые для вмешательства в ситуациях оказания кризисной психологической помощи при утратах.</li><li>4. Телесно-ориентированные приемы, применимые при работе с пациентами с психосоматическими расстройствами.</li><li>5. Телесно-ориентированные приемы и техники при работе с клиентами с заболеваниями с витальной угрозой.</li><li>6. Телесно-ориентированные приемы и техники при работе с самоотношением клиента.</li></ol>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1., ПК-4.2, ПК-4.3

<p>7. Телесно-ориентированные приемы и техники для гармонизации психо-эмоциональных состояний.</p> <p>8. Телесно-ориентированные приемы, применимые для коррекции посттравматических состояний и посттравматической реабилитации.</p> <p>9. Телесно-ориентированные программы для людей с приобретенной инвалидностью.</p> <p>10. Телесно-ориентированные программы для пожилых людей.</p>	
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

## ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### Контрольные вопросы

№ КВ	Контрольный вопрос и эталон (ключ) ответа	Проверяемые индикаторы компетенции
1	<p><b>Контрольный вопрос:</b> Раскройте понятие "телесность" в телесно-ориентированной психотерапии</p> <p><b>Эталон ответа:</b> - Телесность отражает способность человека воспринимать, ощущать и выражать свои эмоции, потребности и опыт через тело. - В телесно-ориентированной психотерапии внимание уделяется работе с телесностью как способу исследования и регулирования психических состояний, а также как инструменту для достижения гармонии и целостности.</p>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-4.3
2	<p><b>Контрольный вопрос:</b> Опишите основные принципы телесно-ориентированной психотерапии:</p> <p><b>Эталон ответа:</b> - акцент на работе с телесными ощущениями и процессами; - реализация телесных выражений эмоций; - исследование отражения травм и эмоциональных конфликтов в теле; - интеграция работы с телом и разумом.</p>	ОПК-5.3, ПК-4.1, ПК-4.2
3	<p><b>Контрольный вопрос:</b> Опишите механизм психокоррекционного воздействия в телесно-ориентированной терапии:</p> <p><b>Эталон ответа:</b> - неразрешенные эмоции и травмы могут отражаться в теле через физиологические механизмы психологической защиты; - через исследование телесных состояний терапевт может помочь клиенту осознать и принять вытесненные аспекты личности, интегрировать их и достичь более гармоничного состояния</p>	ОПК-5.3, ПК-2.2, ПК-2.3
4	<p><b>Контрольный вопрос:</b> Перечислите на какие группы разделил все психосоматические расстройства Ф. Александер</p> <p><b>Эталон ответа:</b> - истерическая конверсия; - вегетоневрозы; - психосоматические заболевания</p>	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
5	<p><b>Контрольный вопрос:</b> Перечислите основные принципы вегетотерапии В. Райха:</p> <p><b>Эталон ответа:</b> - переход от анализа симптомов к анализу характера пациента; - концепция "характерного панциря" как механизма подавления эмоций; - понятие вегетативной энергии как основы здоровья.</p>	ПК-2.1, ПК-4.1, ПК-4.2



6	<b>Контрольный вопрос:</b> Опишите роль физического панциря в психическом функционировании человека согласно теории В. Райха:	ОПК-5.3, ПК-4.3, ПК-2.1
	<b>Эталон ответа:</b> Физический панцирь, по мнению В. Райха, блокирует энергетические потоки, связанные с сильными эмоциями, и ограничивает выражение чувств; освобождение от заблокированных эмоций происходит только через их глубокое переживание.	
7	<b>Контрольный вопрос:</b> Назовите в чем суть и основная цель рольфинга:	ПК-2.1, ПК-4.1, ПК-4.2
	<b>Эталон ответа:</b> - Рольфинг - это физическое вмешательство через глубокие вытягивания мускульных фасций и прямое воздействие, направленное на психологическую модификацию личности; - основная цель - достижение лучшего мышечного равновесия и соответствия линиям тяжести, что ведет к улучшению позы и эффективности движений.	
8	<b>Контрольный вопрос:</b> Опишите преимущества и суть техники "холотропное дыхание"	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-4.2
	<b>Эталон ответа:</b> - Особенность техники "холотропное дыхание" заключается в использовании специального типа дыхания, направленного на изменение состояния сознания и достижение глубоких переживаний; Преимущества: - возможность глубокой психотерапевтической работы; - раскрытие скрытых эмоциональных блоков; - трансформации личности через переживание различных уровней сознания.	
9	<b>Контрольный вопрос:</b> Дайте определение понятию «катарсис»:	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
	<b>Эталон ответа:</b> Катарсис – это физиологический процесс снижения и нормализации возбуждения в патодинамической структуре инертного сверхвозбуждения, возникающего под действием психотравмы.	
10	<b>Контрольный вопрос:</b> Раскройте теорию вегетативной энергии В. Райха:	ПК-2.2, ПК-4.1, ПК-4.2
	<b>Эталон ответа:</b> Согласно теории, В. Райха, патологические состояния и болезни (неврозы, психосоматические заболевания, некоторые психические расстройства), рассматриваются как результат нарушения нормального протекания вегетативной энергии, т.е. дисбаланса между накоплением и расходом этой энергии. Это теория о связи между эмоциями, мышечным тонусом и вегетативной энергией.	
11	<b>Контрольный вопрос:</b> Перечислите основные сегменты, которые составляют мышечный панцирь согласно классификации В. Райха:	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-4.2
	<b>Эталон ответа:</b> Мышечный панцирь согласно В. Райху состоит из семи основных сегментов: глаза, рот, шея, грудь, диафрагма, живот и таз. Каждый из этих сегментов блокирует определенные эмоциональные состояния.	
12	<b>Контрольный вопрос:</b> Перечислите противопоказания к применению метода Телесно-ориентированной терапии:	ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2



	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- малообщительный человек, который стремится к телесной психотерапии, чтобы избежать необходимости совершенствовать свои навыки традиционного общения;</li> <li>- люди с патологической потребностью в физическом контакте и даже в причинении боли другим.</li> </ul>	
13	<p><b>Контрольный вопрос:</b></p> <p>Опишите три инструмента для разрушения мышечного панциря:</p>	ПК-4.1, ПК 4.2, ПК-4.3
	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) накопление в теле энергии с помощью глубокого дыхания;</li> <li>2) прямое воздействие на хронически напряженные мышцы с целью их расслабления (давление, пощипывание и т. д.);</li> <li>3) постоянное поддержание состояния сотрудничества с клиентом, открытое обсуждение с ним каждого случая возникновения эмоционального сопротивления или напряженности.</li> </ol>	
14	<p><b>Контрольный вопрос:</b></p> <p>Назовите два основных метода телесно-ориентированной терапии, позволяющих освободить тело и расширить возможности движения и осознания.</p>	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательные упражнения, раскрывающие блоки, растягивающие мускулы и увеличивающие гибкость;</li> <li>- прикосновения, освобождающие спонтанные движения, которые являются выражением глубоких чувств.</li> </ul>	
15	<p><b>Контрольный вопрос:</b></p> <p>Назовите причины, по которым телесно-ориентированная терапия требует дополнительных и более четких этических стандартов, чем вербальное консультирование и психотерапия</p>	ОПК-5.3, ПК-2.3, ПК-4.2
	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в телесно-ориентированной терапии есть специфика природы прикосновения и личных границ;</li> <li>- вследствие способности телесных подходов преодолевать «полезные» защиты, что часто вызывает реакцию более мощную и драматическую, чем в других случаях.</li> </ul>	
16	<p><b>Контрольный вопрос:</b></p> <p>Перечислите качества, которыми должен обладать телесно-ориентированный терапевт:</p>	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Интуитивное ощущение и сознательное понимание здорового развития человека.</li> <li>2. Понимание различных аспектов неразрешенных конфликтов, появляющихся на разных стадиях роста и развития личности, и знание их специфических хронических проявлений.</li> <li>3. Способность к системному восприятию и специфическая чувствительность к взаимовлиянию сигналов тела и феноменов психодинамики переноса, контрпереноса, сопротивления.</li> </ol>	
17	<p><b>Контрольный вопрос:</b></p> <p>Раскройте суть и цели метода «Биоэнергетика»:</p>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-4.1
	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Биоэнергетика - это форма терапии, сочетающая работу с телом и «умом», с целью помочь людям в разрешении их эмоциональных проблем и реализации потенциала для получения удовольствия, и радости жизни.</li> <li>- Фундаментальный тезис биоэнергетики – тело и «ум» неразрывно связаны.</li> </ul>	
18	<p><b>Контрольный вопрос:</b></p> <p>Опишите два принципа в работе с телом:</p>	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-4.2
	<p><b>Эталон ответа:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) любое ограничение подвижности является результатом неразрешенных</li> </ol>	



	в прошлом конфликтов и в то же время – причиной эмоциональных нарушений в повседневной жизни, где необходима взрослая целостная реакция; 2) любое ограничение естественного дыхания является как результатом, так и причиной тревожности. Тревога ребенка отражается в паттерне дыхания. Если тревожные ситуации продолжительны, они закрепляются в виде грудного и брюшного мышечного напряжения.	
19	<b>Контрольный вопрос:</b> Назовите области применения танцевальной терапии  <b>Эталон ответа:</b> Выделяют три области применения: – лечение больных (клиническая танцтерапия) – используется как вспомогательная терапия, наряду с лекарственной; – терапия людей с психологическими проблемами (танцевальная психотерапия); – для развития личности и самосовершенствования.	ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2
20	<b>Контрольный вопрос:</b> Перечислите основные понятия телесно-ориентированной терапии:  <b>Эталон ответа:</b> - энергия - мышечная броня - заземление	ОПК-5.3, ПК-4.1, ПК-4.3

### Тестовые задания

Тестовое задание	Эталон (ключ) ответа	Проверяемые компетенции
<b>1. Дополните ответ</b> Способность человека воспринимать, ощущать и выражать свои эмоции, потребности и опыт через тело – это: Ответ _____	телесность	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.2, ПК-4.3
<b>2. Дополните предложение.</b> Теория о связи между эмоциями, мышечным тонусом и вегетативной энергией: Ответ _____	теория вегетативной энергии	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1., ПК-4.3
<b>3. Дополните ответ</b> Проработка панциря характера лежит в основе: Ответ _____	вегетотерапии	ОПК-5.3 ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<b>4. Выберите один правильный ответ</b> Одним из основателей телесно-ориентированного подхода в психотерапии является: а) А. Ф. Александер; б) Б. З. Фрейд; в) В. К. Ясперс; г) И.П. Павлов.	а	ОПК-5.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<b>5. Дополните ответ</b> Метод самосовершенствования известный как «соматическое обучение» Ответ _____	метод Фельденкрайза	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3
<b>6. Дополните ответ.</b> Принцип реальности в теории А. Лоуэна является функцией: Ответ _____	эго	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<b>7. Дополните ответ.</b> Принцип наслаждения в теории А. Лоуэна является функцией:	Ид	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3

Ответ _____		
<p><b>8. Дополните определение</b>          Физиологический процесс снижения и нормализации возбуждения в патодинамической структуре инертного сверхвозбуждения, возникающего под действием психотравмы – это:          Ответ _____</p>	катарсис	ОПК-5.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<p><b>9. Дополните определение</b>          Специальный тип дыхания, направленный на изменение состояния сознания и достижение глубоких переживаний – это:          Ответ _____</p>	холотропное дыхание	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2
<p><b>10. Дополните ответ</b>          Двигательные упражнения, раскрывающие блоки, и прикосновения, освобождающие спонтанные движения являются основными методами:          Ответ _____</p>	телесно-ориентированной терапии	ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<p><b>11. Дополните ответ</b>          Количество сегментов, которые составляют мышечный панцирь согласно классификации, В. Райха:          Ответ _____</p>	семь	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<p><b>12. Дополните ответ</b>          Тело и «ум» неразрывно связаны – это фундаментальный тезис:          Ответ _____</p>	биоэнергетики	ПК-2.1, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2
<p><b>13. Выберите несколько правильных ответов</b>          Основные понятия телесно-ориентированной терапии:          а) энергия          б) мышечная броня          в) заземление          г) метафора</p>	а, б, в	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1
<p><b>14. Выберите один правильный ответ</b>          У клиента трудности в ситуации прохождения собеседования. У него качественно составлено резюме, но перед собеседованием у него высокий уровень тревоги. Выберите технологию для коррекции эмоционального состояния:          а) упражнения на координацию          б) растягивающие упражнения.          в) дыхательные упражнения          г) упражнение «Учебная азбука»</p>	в	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-4.2, ПК-4.3
<p><b>15. Выберите один правильный ответ</b>          У клиента трудности в общении. Ему трудно устанавливать контакт. Он чувствует себя одиноким даже в процессе общения. Выберите технологию психологической помощи:          а) дыхательные практики          б) упражнения на развитие телесной подстройки          в) упражнения на развитие «Заземления»          г) упражнения на развитие равновесия</p>	б	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2
<p><b>16. Выберите один правильный ответ</b>          У супругов конфликтные отношения. Вы в процессе работы исследовали причины конфликтов. Нашли способы их урегулирования. Но супругам трудно следовать выработанным в процессе консультирования стратегиям, так как оба слишком эмоционально реагируют на действия друг друга. Выберите технологию для повышения стресс устойчивости супругов.          а) дыхательные практики, например, «Обретение центра»</p>	а	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1



<p>b) упражнения из метафорического подхода, например «Скульптура конфликта»</p> <p>c) упражнения на развитие равновесия</p> <p>d) упражнения на координацию</p>		
<p><b>17. Выберите один правильный ответ</b></p> <p>На тренинге «Развития телесной компетенции» на этапе создания работоспособности выясняется, что для многих участников труден телесный контакт. Выберите технологию для преодоления телесных барьеров в группе</p> <p>a) «Телесный Образ себя»</p> <p>b) «Походка Победителя»</p> <p>c) «Броуновское движение»</p> <p>d) «Упражнение учебная азбука»</p>	с	ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
<p><b>18. Выберите один правильный ответ</b></p> <p>На тренинге «Развития коммуникативной компетенции» на этапе изменений Вы решили использовать техники телесно-ориентированной терапии. Выберите технологию психологической помощи:</p> <p>a) упражнения динамического подхода</p> <p>b) дыхательные практики</p> <p>c) <b>групповые упражнения</b></p> <p>d) упражнение на развитие «Заземления»</p>	с	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-4.2, ПК-4.3
<p><b>19. Выберите один правильный ответ</b></p> <p>На тренинге, на этапе изменений, усилилась конфронтация между двумя участниками группы. Вы решили использовать техники телесно-ориентированной терапии для коррекции ситуации. Выберите технологию работы с группой:</p> <p>a) <b>парные упражнения на подстройку</b></p> <p>b) дыхательное упражнение на остановку мысленного диалога</p> <p>c) упражнения из динамического подхода</p> <p>d) упражнение «Учебная азбука»</p>	а	ОПК-5.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.2
<p><b>20. Выберите один правильный ответ</b></p> <p>В группе детей старшего школьного возраста, участвующих в командных соревнованиях, проводится тренинг формирования команды. Выберите технологию на этапе создания работоспособности:</p> <p>a) <b>упражнения из метафорического подхода «Скульптура группы»</b></p> <p>b) упражнение из техник Фельденкрайза</p> <p>c) упражнение «Учебная азбука»</p> <p>d) упражнение на развитие «Заземления»</p>	а	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2