

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

"Красноярский государственный медицинский университет  
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Медико-психолого-фармацевтический факультет

Кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **"Телесно-ориентированный тренинг"**

уровень специалитета

очная форма обучения

срок освоения ОПОП ВО - 5,5 лет

2018 год

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Красноярский государственный медицинский университет  
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"  
Министерства здравоохранения Российской Федерации



25 июня 2018

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины «Телесно-ориентированный тренинг»

Для ОПОП ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология (специализация  
Патопсихологическая диагностика и психотерапия)

Уровень специалитета

Очная форма обучения

Срок освоения ОПОП ВО - 5,5 лет

Медико-психолого-фармацевтический факультет

Кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО

Курс - IV

Семестр - VII

Практические занятия - 40 час.

Самостоятельная работа - 32 час.

Зачет - VII семестр

Всего часов - 72

Трудоемкость дисциплины - 2 ЗЕ

2018 год

## **1. Вводная часть**

### **1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине**

Цель освоения дисциплины "Телесно-ориентированный тренинг" состоит в формировании у обучающихся научных психологических знаний в области телесно-ориентированной терапии и овладении приемами и техниками телесно-ориентированной терапии.

### **1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

1.2.1. Дисциплина «Телесно-ориентированный тренинг» относится к блоку Б1 - «Дисциплины (модули)».

#### **Психосоматика с практикумом**

**Знания:** Предмет, история развития, основные теоретические системы и методологические основы психосоматики; Природа психосоматических расстройств, их специфика, структура, феноменология, динамика, развитие.

**Умения:** Анализировать различные теоретические и методологические позиции; Формулировать на основе теоретических данных умозаключения относительно собственной позиции на природу человека.

**Навыки:** Анализа различных теоретических и методологических позиций; Изучения научной литературы и официальных статистических обзоров.

### 1.3. Требования к результатам освоения дисциплины

1.3.1. Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Общие сведения о компетенции ПСК-3.9	
Вид деятельности	специализация N 3 "Патопсихологическая диагностика и психотерапия"
Профессиональная задача	применение методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
Код компетенции	ПСК-3.9
Содержание компетенции	способностью и готовностью к применению методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
1	<p style="text-align: center;"><b>Знать</b></p> применение методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
1	<p style="text-align: center;"><b>Уметь</b></p> применять методики индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
1	<p style="text-align: center;"><b>Владеть</b></p> навыками применения методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
1	<p style="text-align: center;"><b>Оценочные средства</b></p> Вопросы по теме занятия
2	Тесты

Общие сведения о компетенции ПСК-3.10	
Вид деятельности	специализация N 3 "Патопсихологическая диагностика и психотерапия"
Профессиональная задача	Владение теоретическими основами и методами классических и современных направлений психотерапии
Код компетенции	ПСК-3.10
Содержание компетенции	способностью и готовностью к разработке и осуществлению личностно- и социально-ориентированных программ психотерапии, коррекции и реабилитации
1	<p style="text-align: center;"><b>Знать</b></p> владение теоретическими основами и методами классических и современных направлений психотерапии
1	<p style="text-align: center;"><b>Уметь</b></p> составлять личностно- и социально-ориентированных программ психотерапии, коррекции и реабилитации
1	<p style="text-align: center;"><b>Владеть</b></p> методиками индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
1	<p style="text-align: center;"><b>Оценочные средства</b></p> Вопросы по теме занятия

2	Ситуационные задачи
3	Тесты

<b>Общие сведения о компетенции ОК-7</b>	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ОК-7
Содержание компетенции	готовностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала
	<b>Знать</b>
	<b>Уметь</b>
1	дифференцировать понятия «мышечный панцирь», «мышечный зажим», «мышечный блок».
	<b>Владеть</b>
1	методами диагностики проблематики клиента в телесно-ориентированной терапии
	<b>Оценочные средства</b>
1	Вопросы к зачету
2	Вопросы по теме занятия
3	Ситуационные задачи
4	Тесты
5	Устные сообщения по темам
6	Эссе
7	Примерная тематика рефератов

<b>Общие сведения о компетенции ПК-13</b>	
Вид деятельности	проектно-инновационная деятельность Психологическое сопровождение инноваций, нацеленных на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
Профессиональная задача	выбор и применение клинико-психологических технологий, позволяющих осуществлять решение новых задач в различных областях профессиональной практики.
Код компетенции	ПК-13
Содержание компетенции	способностью выбирать и применять клинико-психологические технологии, позволяющие осуществлять решение новых задач в различных областях профессиональной практики
	<b>Знать</b>
1	психологическое сопровождение инноваций, нацеленных на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
2	выбор и применение клинико-психологических технологий, позволяющих осуществлять решение новых задач в различных областях профессиональной практики.
	<b>Уметь</b>
1	дифференцировать понятия «мышечный панцирь», «мышечный зажим», «мышечный блок».
2	использовать адекватные методы работы с проблемными паттернами дыхания и телесными блоками клиента

3	использовать телесно-ориентированные методы работы с базовыми личностными проблемами
	<b>Владеть</b>
1	методами диагностики проблематики клиента в телесно-ориентированной терапии
2	навыками отбора и применения целесообразных методов проведения телесно-ориентированного тренинга
	<b>Оценочные средства</b>
1	Вопросы к зачету
2	Вопросы по теме занятия
3	Ситуационные задачи
4	Тесты
5	Устные сообщения по темам
6	Эссе
7	Примерная тематика рефератов

## 2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

		Семестр
Вид учебной работы	Всего часов	VII
1	2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе	40	40
Лекции (Л)		
Практические занятия (ПЗ)	40	40
Из общего числа аудиторных часов - в интерактивной форме*	38 95%	38
Семинарские занятия (СЗ)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающегося (СР), в том числе:	32	32
Подготовка к тестированию	1	1
Практическая работа по освоению методики	2	2
Выполнение упражнений	10	10
Отработка практических навыков и умений	1	1
Проработка учебного материала	1	1
Библиографический обзор по тематике учебных занятий	12	12
Подготовка к занятиям	4	4
Подготовка к промежуточной аттестации	1	1
Вид промежуточной аттестации		Зачет
Контактная работа	40	
Общая трудоемкость час.	72.0	72
ЗЕ	2	2

**2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении**

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов дисциплины	Код формируемой компетенции	Коды индикаторов достижения компетенций
1	2	3	4	5
1.	Введение в ТОТ			
		Введение в телесно-ориентированную терапию Введение в ТОТ	ОК-7	ОК-7
		Обзор школ в современной телесно-ориентированной психотерапии	ОК-7	ОК-7
		Структура личности в ТОП. Виды телесности	ПК-13	ПК-13
		Диагностические подходы в телесно-ориентированной терапии	ПК-13	ПК-13
2.	Характерологический анализ В. Райха			
		Характерологический анализ В. Райха	ПК-13	ПК-13
		Методы распускания мышечного панциря	ПК-13	ПК-13
3.	Биоэнергетика А. Лоуэна			
		Биоэнергетический анализ А.Лоуэна	ПК-13	ПК-13
		Техники работы с телом в биоэнергетической терапии	ПК-13, ОК-7	ПК-13, ОК-7
		Диагностика и основные приемы биоэнергетического анализа	ПК-13, ПСК-3	ПК-13, ПСК-3.9
4.	Биосинтез Д.Боаделлы			
		Биосинтез Д.Боаделлы	ПК-13, ОК-7	ПК-13, ОК-7
		Техники реинтеграции, техники работы с моторными полями	ПК-13	ПК-13
		Биосинтез Д. Боаделла - методы интеграции жизненных энергетических потоков	ПК-13	ПК-13
		Биосинтез Д.Боаделлы: паттерны дыхания	ПК-13	ПК-13
5.	Трансовые техники в ТОТ			
		Трансовые техники ТОТ	ПК-13	ПК-13
		Детско-родительские отношения в телесно-ориентированной психотерапии	ПК-13	ПК-13
		Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты	ПК-13, ПСК-3	ПК-13, ПСК-3.10

		Телесная выраженность в представлении о собственных границах. Границы как возможности. Работа с осознанием личностных паттернов на их телесных моделях	ПК-13	ПК-13
		Супервизия в телесно-ориентированной психотерапии. Зачет.	ПК-13, ОК-7	ПК-13, ОК-7

### 2.3. Разделы дисциплины и виды учебной деятельности

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу (в часах)					
			Л	ЛР	ПЗ	СЗ	СР	Всего
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	7	Введение в ТОТ			8		4	12
2.	7	Характерологический анализ В. Райха			6		4	10
3.	7	Биоэнергетика А. Лоуэна			6		5	11
4.	7	Биосинтез Д.Боаделлы			10		3	13
5.	7	Трансовые техники в ТОТ			10		16	26
		Всего			40		32	72

## 2.4. Лекции

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

## 2.5. Тематический план практических/семинарских занятий

### 2.5.1. Тематический план практических занятий

4 курс

7 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
1	1	Введение в ТОТ [2.00]	<b>Введение в телесно-ориентированную терапию</b> (В интерактивной форме) Введение в ТОТ ОК-7	2
1	2	Введение в ТОТ [2.00]	<b>Обзор школ в современной телесно-ориентированной психотерапии</b>  ОК-7	2
1	3	Введение в ТОТ [2.00]	<b>Структура личности в ТОП. Виды телесности</b> (В интерактивной форме)  ПК-13	2
1	4	Введение в ТОТ [2.00]	<b>Диагностические подходы в телесно-ориентированной терапии</b> (В интерактивной форме)  ПК-13	2

2	5	Характерологический анализ В. Райха [2.00]	<b>Характерологический анализ В. Райха</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
2	6	Характерологический анализ В. Райха [2.00]	<b>Характерологический анализ В. Райха</b> (В интерактивной форме) ПК-13,ОК-7	2
2	7	Характерологический анализ В. Райха [2.00]	<b>Методы распускания мышечного панциря</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
3	8	Биоэнергетика А. Лоуэна [2.00]	<b>Биоэнергетический анализ А.Лоуэна</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
3	9	Биоэнергетика А. Лоуэна [2.00]	<b>Техники работы с телом в биоэнергетической терапии</b> (В интерактивной форме) ПК-13,ОК-7	2
3	10	Биоэнергетика А. Лоуэна [2.00]	<b>Диагностика и основные приемы биоэнергетического анализа</b> (В интерактивной форме) ПК-13,ПСК-3.9	2
4	11	Биосинтез Д.Боаделлы [2.00]	<b>Биосинтез Д.Боаделлы</b> (В интерактивной форме) ПК-13,ОК-7	2
4	12	Биосинтез Д.Боаделлы [2.00]	<b>Техники реинтеграции, техники работы с моторными полями</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2

4	13	Биосинтез Д.Боаделлы [2.00]	<b>Биосинтез Д. Боаделла - методы интеграции жизненных энергетических потоков</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
4	14	Биосинтез Д.Боаделлы [2.00]	<b>Биосинтез Д.Боаделлы: паттерны дыхания</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
4	15	Биосинтез Д.Боаделлы [2.00]	<b>Техники реинтеграции, техники работы с моторными полями</b> (В интерактивной форме) ПК-13,ОК-7	2
5	16	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Трансовые техники ТОТ</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
5	17	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Детско-родительские отношения в телесно-ориентированной психотерапии</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
5	18	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты</b> (В интерактивной форме) Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты ПК-13,ПСК-3.10	2
5	19	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Телесная выраженность в представлении о собственных границах. Границы как возможности. Работа с осознанием личностных паттернов на их телесных моделях</b> (В интерактивной форме) ПК-13	2
5	20	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Супервизия в телесно-ориентированной психотерапии. Зачет.</b> (В интерактивной форме) ПК-13,ОК-7	2

			<b>Всего за семестр</b>	<b>40</b>
			<b>Всего часов</b>	<b>40</b>

#### **2.5.2. Тематический план семинарских занятий**

**Данный вид работы учебным планом не предусмотрен**

#### **2.6. Тематический план лабораторных работ**

**Данный вид работы учебным планом не предусмотрен**

#### **2.7. Контроль самостоятельной работы**

**Данный вид работы учебным планом не предусмотрен**

**2.8. Самостоятельная работа**  
**2.8.1. Виды самостоятельной работы**

**4 курс**  
**7 семестр**

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Тема</b>	<b>Вид самост. работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
1	1	Введение в ТОТ [1.00]	<b>Введение в телесно-ориентированную терапию</b> Файлов нет  Введение в ТОТ ОК-7 Файлов нет	Подготовка к занятиям [1.00]	1
1	2	Введение в ТОТ [1.00]	<b>Обзор школ в современной телесно-ориентированной психотерапии</b> Файлов нет  ОК-7 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00]	1
1	3	Введение в ТОТ [1.00]	<b>Структура личности в ТОП. Виды телесности</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00]	1

1	4	Введение в ТОТ [1.00]	<b>Диагностические подходы в телесно-ориентированной терапии</b> Файлов нет  ПК-13, ПСК-3.9 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00]	1
2	5	Характерологический анализ В. Райха [1.00]	<b>Характерологический анализ В. Райха</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Подготовка к занятиям [1.00]	1
2	6	Характерологический анализ В. Райха [1.00]	<b>Характерологический анализ В. Райха</b> Файлов нет  ПК-13, ОК-7 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00]	1
2	7	Характерологический анализ В. Райха [2.00]	<b>Методы распускания мышечного панциря</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Подготовка к тестированию [1.00], Практическая работа по освоению методики [1.00]	2
3	8	Биоэнергетика А. Лоуэна [2.00]	<b>Биоэнергетический анализ А. Лоуэна</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [2.00]	2

3	9	Биоэнергетика А. Лоуэна [2.00]	<b>Техники работы с телом в биоэнергетической терапии</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Выполнение упражнений [1.00], Практическая работа по освоению методики [1.00]	2
3	10	Биоэнергетика А. Лоуэна [1.00]	<b>Диагностика и основные приемы биоэнергетического анализа</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00]	1
4	11	Биосинтез Д.Боаделлы [1.00]	<b>Биосинтез Д.Боаделлы</b> Файлов нет  ПК-13,ОК-7 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00]	1
4	12	Биосинтез Д.Боаделлы [2.00]	<b>Техники реинтеграции, техники работы с моторными полями</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Выполнение упражнений [1.00], Отработка практических навыков и умений [1.00]	2
5	13	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Трансовые техники ТОТ</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00], Выполнение упражнений [1.00]	2

5	14	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты</b> Файлов нет  ПК-13, ПСК-3.10 Файлов нет	Выполнение упражнений [1.00], Проработка учебного материала [1.00]	2
5	15	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты</b> Файлов нет  Телесные метафоры и метафорические ассоциативные карты ПК-13 Файлов нет	Выполнение упражнений [2.00]	2
5	16	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Телесная выраженность в представлении о собственных границах. Границы как возможности. Работа с осознанием личностных паттернов на их телесных моделях</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [2.00]	2
5	17	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Детско-родительские отношения в телесно-ориентированной психотерапии</b> Файлов нет  ПК-13 Файлов нет	Выполнение упражнений [2.00]	2

5	18	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Проективные методики в ТОП. Использование метафорических ассоциативных карт и рисуночных техник в телесно-ориентированной психотерапии</b> Файлов нет  ПК-13, ОК-7 Файлов нет	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [1.00], Выполнение упражнений [1.00]	2
5	19	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Супервизия в телесно-ориентированной психотерапии</b> Файлов нет  ПК-13, ОК-7 Файлов нет	Подготовка к занятиям [2.00]	2
5	20	Трансовые техники в ТОТ [2.00]	<b>Работа с осознанием личностных паттернов на их телесных моделях</b> Файлов нет  ПК-13, ОК-7 Файлов нет	Выполнение упражнений [1.00], Подготовка к промежуточной аттестации [1.00]	2
			<b>Всего за семестр</b>		<b>32</b>
			<b>Всего часов</b>		<b>32</b>

## 2.8.2. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	<a href="#">Кононенко И.О. Телесно-ориентированный тренинг : фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по специальности 37.05.01 Клиническая психология (очная форма обучения)</a> [Электронный ресурс]. - 2018.	ЭБС КрасГМУ
2	<a href="#">Телесно-ориентированный тренинг</a> [Электронный ресурс] : сборник методических указаний для обучающихся к внеаудиторной (самостоятельной) работе по специальности 37.05.01 Клиническая психология (очная форма обучения) / сост. И. О. Кононенко ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2017.	ЭБС КрасГМУ
3	<a href="#">Телесно-ориентированный тренинг</a> [Электронный ресурс] : сборник методических указаний для обучающихся к практическим занятиям по специальности 37.05.01 Клиническая психология (очная форма обучения) / сост. И. О. Кононенко ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2017.	ЭБС КрасГМУ
4	<a href="#">Телесно-ориентированный тренинг</a> [Электронный ресурс] : сборник методических рекомендаций для преподавателя к практическим занятиям по специальности 37.05.01 Клиническая психология (очная форма обучения) / сост. И. О. Кононенко ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2017.	ЭБС КрасГМУ

## 2.9. Оценочные средства, в том числе для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

### 2.9.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

7 семестр					
			Оценочные средства		
№ п/п	Виды контроля	Наименование раздела дисциплины	Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6
1	Для входного контроля				
		Введение в ТОТ			
			Эссе	1	По числу студентов
2	Для текущего контроля				
		Введение в ТОТ			
			Тесты	10	4
			Устные сообщения по темам	5	2
		Характерологический анализ В. Райха			
			Вопросы по теме занятия	По числу студентов	По числу студентов
			Тесты	10	4
			Устные сообщения по темам	4	4
		Биоэнергетика А. Лоуэна			
			Ситуационные задачи	3	5
			Тесты	10	4
		Биосинтез Д.Боаделлы			
			Вопросы по теме занятия	По числу студентов	По числу студентов
			Ситуационные задачи	3	5
			Устные сообщения по темам	5	2
		Трансовые техники в ТОТ			
			Ситуационные задачи	3	5
			Устные сообщения по темам	5	2
3	Для промежуточного контроля				

			Вопросы к зачету	10	4
			Ситуационные задачи	По числу студентов	По числу студентов
			Тесты	10	4

## 2.9.2. Примеры оценочных средств

### Входной контроль

#### Эссе

##### 1. Эссе "Основные направления в телесно ориентированной терапии"

1) Понятие энергии в телесно-ориентированной терапии. Оргонная («биопсихическая» или вегетативная) энергия, обеспечивающая личностное функционирование человека (по В.Райху). Понятие о биоэнергии (по А.Лоуэну). Законы течения и перераспределения энергии в теле человека. Понятие заземления в телесно-ориентированной терапии, как степень соответствия существующих в каждый момент времени мышечных напряжений выполняемой в тот же момент работе. Заземление как хорошее «укоренение» по А.Лоуэну. Представление о мышечном зажиме, как постоянном, фоновом напряжении одной конкретной мышцы. Представление о мышечных блоках – комбинации зажимов, которые приводят к затрудненному протеканию энергии на каком-то определенном участке тела. Понятие о характерном «мышечном» панцире – сугубо индивидуальной комбинации блоков на различных мышечных сегментах

ОК-7

##### 2. Психологический смысл телесных проявлений

###### 1) Характерологический анализ В.Райха

1) Вклад В.Райха в психоаналитическую теорию З.Фрейда. Природа и функции характера. Связь различных форм характерных сопротивлений со специфическими паттернами мускульного панциря. Три основных эмоциональных состояния, блокируемые хроническими мышечными зажимами: тревога, гнев и сексуальное возбуждение. Природа невроза. Структура личности по В.Райху: «поверхностный уровень» (притворно-социальный), «промежуточный уровень» (антисоциальный), «глубинный уровень» (ядро личности). 7 сегментов мышечного панциря, охватывающего тело: глазной, челюстной, горловой, грудной, диафрагмальный, брюшной, тазовый. Отличия «анализа характера» от непосредственного воздействия на защитную мускулатуру – «вегетотерапию». Вегетативные потоки, вегетативная терапия, вегетативный резонанс. Суть психотерапевтической идеи В.Райха. Методы телесной терапии по Райху.

ОК-7

##### 3. Психология телесности: проблемы и исследования

1) Исследование телесности является обязательным элементом проблемы человека во всех многообразных характеристиках его сущности и существования. Стратегия исследования телесности способствует систематическому выявлению всех ее аспектов в целом и методов ее постижения. Игнорирование тела, недооценка его сложнейших функций не только не позволили эффективно «лечить», психологические конфликты, но во многих случаях усилили их негативное влияние. Существенное место в психоаналитической психологии телесности занимает «патологический» контекст. З. Фрейд рассматривает образ Я в тесном единстве с телесными переживаниями: "Я прежде всего телесно, оно не только поверхностное существо, но даже является проекцией некоторой поверхности". Причем любые психические акты он выводит из биологической природы тела, указывая также на значимость для психического развития человека социальных связей и взаимодействия с другими людьми. А.Адлер, показал существование тесной связи между телесным образом Я и самооценкой. В частности, он утверждал, что некоторые типы человеческого поведения представляют собой попытку

компенсации истинной или воображаемой ущербности тела. Адлер пришел к отрицанию правомерности разделения личности на психическую и соматическую составляющую: он считал, что личность может быть понята только как целая, неделимая единица. Изучать человека, разлагая на атомы, значит не постигнуть полностью природу человека. По Адлеру вопрос стоит не "Как сознание воздействует на тело?", ни "Как тело воздействует на сознание?", а, скорее "Как личность использует тело и сознание при достижении целей?". Для современного человека его тело становится тем существенным условием, которое во многом определяет профессиональную, социальную и даже личностную успешность. Можно даже сказать, что представления о теле являются сегодня одним из аспектов социальных представлений о человеке и его месте в обществе.

ПК-13

### **Текущий контроль**

#### **Вопросы по теме занятия**

##### **1. Исторические корни ТОП**

ОК-7

##### **2. Дайте краткую характеристику вегетотерапии В.Райха**

ОК-7 , ПК-13

##### **3. Дайте краткую характеристику биоэнергетического анализа А.Лоуэна**

ОК-7

### **Ситуационные задачи**

**1. Ситуационная задача №1:** В биосинтезе предложены определенные пути терапевтической реинтеграции.. Среди них - центрирование как реинтеграция на эндодермальном потоке

1) Какими методами осуществляется данная реинтеграция

**Ответ 1:** Воздействие на паттерны дыхания, структурная работа с центром хара, структурная работа с агрессией, использование техник центрирования в специфических психотерапевтических ситуациях

ПК-13

**2. Ситуационная задача №2:** А. Лоуэн описывает случай с женщиной, которую он консультировал, и которая страдала шизофренией: "... пришла в мой врачебный кабинет по засыпанном снегом улицам, будучи обутой всего лишь в легкие шлепанцы. Стопы у нее напрочь замерзли и были натурального синего цвета, но она не чувствовала никакого холода или боли и не осознавала состояния своих конечностей. Ее бедные ноги заоченели, онемели и были почти безжизненными...":

1) Определите направление ТОП

2) Какие нарушения с точки зрения биоэнергетики демонстрирует данный случай

**Ответ 1:** Биоэнергетический анализ;

**Ответ 2:** Эта женщина была не заземлена, и у нее полностью отсутствовала связь с телом (сенсорные искажения, синэстезии, дизэстезии)

ОК-7 , ПК-13 , ПСК-3.10

**3. Ситуационная задача №3:** Паническая атака - это сильная тревога, которая выливается в ускоренное сердцебиение, потливость, слабость. Человек пугается этих ощущений, тревога нарастает, и они повторяются. Теперь он уже уверен, что у него сердечное заболевание, но врачи отрицают этот диагноз, и больной начинает искать у себя неизлечимые недуги, каждый раз запутываясь в своих страхах еще больше

1) Какие техники ТОП помогут в данной ситуации

2) В чем заключается разминка перед ТОП

**Ответ 1:** Человеку нужно помочь разорвать порочный круг, а для этого отлично подойдет аутотренинг и релаксация. Отлично работает в этом случае и ребефинг - это по сути сочетание специальной дыхательной техники и внушения. Однако, в отличие от аутотренинга, который можно выполнять дома, ребефинг может проводить только специалист

**Ответ 2:** Упражнения (разминка) в самом начале направлены на погружения в себя. Осознание телесных ощущений в данный момент

ПК-13

## Тесты

### 1. ТЕЛЕСНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ СВЯЗЫВАЕТ ВОЕДИНО ПОНЯТИЯ

1) душа и тело

2) сознание и подсознание

**3) сознание и тело**

4) мысли и чувства

Правильный ответ: 3

ПСК-3.10

### 2. В СООТВЕТСТВИИ С КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКИМИ ТРАДИЦИЯМИ ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ ХАРАКТЕРНО

**1) дуалистичность духовного и телесного**

2) синтония духовного и телесного

3) антагонизм духовного и телесного

4) синергия духовного и телесного

Правильный ответ: 1

ПСК-3.10

### **3. ПРОБЛЕМЫ БАЗОВОГО ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО КОНФЛИКТА «ДУША-ТЕЛО» НА УРОВНЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ ОБУСЛОВЛЕННЫ**

1) культурно-историческими условиями

**2) результатом, определенным образом выстроенного, воспитания и образования**

3) традициями

4) экономической ситуацией

Правильный ответ: 2

ПК-13

#### **Устные сообщения по темам**

##### **1. История возникновения телесно - ориентированной психотерапии**

1) Телесные практики как инструмент познания человеком себя и мира берут свое начало в глубокой древности. Телесная терапия, направленная на достижение и поддержание здоровья, существовала задолго до научного или структурного подхода к ней в рамках таких сфер, как боевые искусства, шаманизм, целительство, танец, сексуальные отношения, религиозные и бытовые ритуалы. Замечательно, что основоположники систем телесной психотерапии, получивших в XX веке развитие в странах западного мира, были практически знакомы с древними, большей частью, восточными моделями работы с телом и адаптировали принципы восточных учений к современному миру, создавая преемственность древних знаний. В рамках современной медицины акцент на использовании тела для излечения наиболее выражен в мануальной терапии, рефлексотерапии. В рамках личностного роста и управления восприятием сейчас разрабатываются новые и адаптируются древние телесные психотехники. В контексте психотерапии существуют около 50 различных телесно-ориентированных лечебных систем, среди которых наиболее широко известны райхианская терапия, биоэнергетический психоанализ по Лоуэну, система Фельденкрайза, техники Александера, рольфинг, розен-метод, Биосинтез, биодинамический психоанализ. Телесная психотерапия (телесно-ориентированная, соматическая терапия) - сравнительно молодое и перспективное направление психологии, ориентированное на осознание и "освобождение" тела, познание его биологических и социально обусловленных реакций, возврат к собственному телу и открытие в себе первичных импульсов, работу через изменения тела с состояниями сознания, достижение целостности в реагировании и проживании настоящего момента. На развитие телесно-ориентированной терапии сильное влияние оказала аналитическая психология К. Юнга. "Тело без души нам ни о чем не говорит, так же как - позволим себе встать на точку зрения души - душа ничего не может значить без тела..." (Юнг). К. "Душа и тело - не отдельные сущности, а одна и та же жизнь" (Фрегер Р., Фейдимен Д.). Также на развитие телесно-ориентированной терапии повлияла психоаналитическая теория, в частности, взгляды Вильгельма Райха на характер человека как защитный панцирь, сдерживающий инстинктивные сексуальные или агрессивные проявления человека. Райх полагал, что каждое проявление характера имеет соответствующую ему физическую позу, и, что характер индивидуума выражается в его теле в виде мышечной ригидности и зажимов. По Райху, человек, освободившись с помощью специальных физических упражнений от мышечного панциря, познает свое тело, осознает свои внутренние побуждения и принимает их. Это ведет к развитию в человеке способности к саморегуляции и гармоничной жизни в соответствии с его глубинными стремлениями чувствами, иначе говоря, к физическому и психологическому росту.

ПК-13

## 2. Биоэнергетический анализ Александра Лоуэна

1) Биоэнергетика направлена на восстановление так называемой «первичной сути» человека посредством достижения свободы самовыражения и мобилизации энергетического потенциала тела. По Лоуэну, чуткое отношение к потребностям собственного тела приближает человека к его «первичной сути» и уменьшает свойственное большинству людей отчуждение от себя и других (Лоуэн, 1996–2000). Биоэнергетика уходит корнями в техники работы с телом Вильгельма Райха. Однако для современников идеи В. Райха были слишком необычными, чтобы получить всеобщее признание. А Лоуэн использовал более приемлемые термины, нежели Райх, например «биоэнергия» вместо «оргона». Кроме того, Лоуэн не разделял взгляды В. Райха на сексуальную природу неврозов, и потому его работа встречала большее понимание в обществе (Сергеева, 2000).

ОК-7

3. Основные понятия телесно - ориентированной психотерапии (оргонная энергия, биоэнергия, заземление, мышечный зажим, мышечный блок, мышечный (характерный) панцирь)

1) Основными понятиями телесно-ориентированной психотерапии являются энергия, мышечная броня и заземление (почва под ногами) (Рудестам, 1998). Энергия. Для члена психокоррекционной группы вступить в оптимальные отношения с собственным телом означает активизировать спонтанный поток энергии, распространяющейся по всему организму. На самочувствие влияет все, что нарушает ход энергетических процессов в любой части тела - от мышц до внутренних органов. Считается, что невротические личности не могут совладать с сильным возбуждением и поэтому плохо переносят как боль, так и удовольствие. Большая часть их энергии уходит на поддержание в рабочем состоянии психологических защитных механизмов, которые предохраняют их от влияния как реальных внутренних ощущений и внешних воздействий, так и воображаемых страхов. Свободная циркуляция естественной жизненной энергии является необходимым условием здоровья - как физического, так и психического. Второй принципиальной концепцией телесной психотерапии является представление о мышечной броне (Райх, 1997, 1999) (см. раздел 1.1 главы 1). По Райху, энергия движется (течет) снизу вверх, и любые заторы (зажимы) на ее пути ведут к проблемам. Мышечный панцирь полностью соответствует психологической блокировке чувств, эмоций, переживаний. Работа с семью блоками мышечного панциря ведется следующим образом.

ОК-7, ПК-13

## **Промежуточный контроль**

### **Вопросы к зачету**

#### **1. Методы диагностики в ТОТ (В.Райх, М.Фельденкрайз, Р.Лаббан и т.д.)**

1) По идее В. Райха, оргонная энергия в норме беспрепятственно протекает по нашему телу, исключительно для совершения каких-то определенных действий, адекватных реальным внешним условиям. Но ее нормальное движение осложняется тем, что в нашем теле существуют три биологических возбуждения, проявления которых являются нежелательными с точки зрения социума и потому всеми возможными способами блокируются. Начиная с раннего детства, под воздействием родителей и прочих значимых взрослых человек привыкает к тому, что эти три возбуждения - гнев (и его вариации - ярость, раздражение, агрессия и пр.), тревожность (страх, испуг, ужас и пр.) и сексуальное возбуждение необходимо всячески сдерживать, не позволяя им проявляться. В результате всего этого в теле человека формируются, по мнению В.Райха,

мышечные блоки, состоящие из мышечных зажимов. Они и становятся фокусом в диагностике. Р.Лаббан предложил исследовать паттерны движения тела в пространстве (кинесфера). По идее Фельденкрайза, для гармоничного существования человек должен понять, как действует его тело, научиться жить в соответствии со своей естественной конституцией и способностями. Вслед за В.Бехтеревым он полагал, что каждый паттерн движения самым полным образом отражает специфику и состояние нервной системы человека. Каждое даже самое «высокоинтеллектуальное» действие включает мышечную деятельность – смотрение, говорение, слушание. Поэтому, в результате обострения процесса осознания собственных движений и последующего их осознанного многократного повторения с целью эффективной трансформации двигательных паттернов, человек обретает целостную способность к свободному личностному функционированию. Фельденкрайз говорит о факте множественных искажений свободных движений и необходимости их возврата к природной форме. При должном уровне осознания собственных движений их неэффективность, совершенно необоснованное участие в выполнении «лишних» мышц, неоправданно большое количество энергии, затрачиваемой на выполнение этих движений, становятся очевидными для клиента и обуславливают дальнейшее направление работы с собственным телом.

ПК-13

## **2. Классификация проблемных паттернов дыхания (по А.Выховски)**

1) Дышать по А. Выховски означает: «строить связи с миром, наводить мосты. Там, где мостов нет, дыхание угасает. Осознав, как много миров дыхание связывает между собой, мы можем еще острее ощутить его богатство – и, прежде всего, связь бессознательного с сознанием. Процесс дыхания произволен и бесконечен, «оно» дышит нами, пока мы живы. В то же время мы можем произвольно управлять дыханием, сознательно формировать его. Кроме того, диафрагма соединяет верхнюю часть тела с нижней, а также спину с передней частью тела. Идет обмен импульсов между областью сердца и точкой «хара» (в восточных телесных практиках – некий энергетический центр организма, источник жизненной силы), между двигательной сферой и сферой чувств, при условии, что мы позволяем этот обмен.

ПК-13

## **3. Понятие сверхконтроля в ТОТ. Основные методы работы со сверхконтролем в ТОТ**

1) Дышать по А. Выховски означает: «строить связи с миром, наводить мосты. Там, где мостов нет, дыхание угасает. Осознав, как много миров дыхание связывает между собой, мы можем еще острее ощутить его богатство – и, прежде всего, связь бессознательного с сознанием. Процесс дыхания произволен и бесконечен, «оно» дышит нами, пока мы живы. В то же время мы можем произвольно управлять дыханием, сознательно формировать его. Кроме того, диафрагма соединяет верхнюю часть тела с нижней, а также спину с передней частью тела. Идет обмен импульсов между областью сердца и точкой «хара» (в восточных телесных практиках – некий энергетический центр организма, источник жизненной силы), между двигательной сферой и сферой чувств, при условии, что мы позволяем этот обмен.

ОК-7

## **Ситуационные задачи**

**1. Ситуационная задача №1:** Известно, что А.Лоуэн начал разработку своего направления, в том числе и исходя из собственного опыта личной терапии у В.Райха. Сам он так говорит: "Он был моим учителем с 1940 по 1952 г. и моим аналитиком с 1942 по 1945 г. Я встретил Райха в Новой школе Социальных исследований в Нью-Йорке, где он читал курс характерного анализа. Я

был заинтригован кратким описанием курса, в котором делалась ссылка на функциональную идентичность характера человека с положением его тела. При всех формах хронического мышечного напряжения формируется так называемый мышечный панцирь, который служит для защиты индивидуума от боли и угрожающих эмоциональных переживаний. Броня защищает человека как от опасных импульсов внутри самой личности, так и от нападков извне. За много лет до моей встречи с Райхом я занимался исследованиями взаимоотношений между психикой и телом..."

1) Назовите направление, разработанное В.Райхом

2) Перечислите сходства в принципиальных положениях биоэнергетической терапии Лоуэна и терапии Райха

**Ответ 1:** Вегетотерапия

**Ответ 2:** а) личность и характер отражаются в теле, неврозы проявляются физическом облике, т.е. строении тела и движениях; б) ощущения испытываемые человеком от собственного тела, проявляются в движениях, которые служат ключом к пониманию эмоционального состояния; в) для воссоединения сознания и тела необходимо избавиться от помех, препятствующих самопроизвольному освобождению тела от напряжения

ПК-13

**2. Ситуационная задача №2:** Целью психотерапии биосинтеза является воссоздание целостности личности (реинтеграция), охватывающее определенные задачи или отдельные направления психотерапевтической работы

1) Перечислите эти задачи

2) Поясните каждую из них

**Ответ 1:** Состояние мышечного аппарата; дыхание; контроль эмоций; переработка; межличностные отношения; устранение сознательно-подсознательного конфликта

**Ответ 2:** Состояние мышечного аппарата (устранение нарушений мышечного тонуса, коррекция движений и позы тела); дыхание (создание гармоничного паттерна дыхания, работа с «тонкими» или «энергетическими» телесными ощущениями); контроль эмоций (проработка вытесненных чувств); переработка опыта (как символического, связанного с языком, так и образных матриц опыта, связанных с воображением); межличностные отношения; устранение сознательно-подсознательного конфликта (контакт сознания с «грубым self»)

ОК-7 , ПК-13 , ПСК-3.10

**3. Ситуационная задача №3:** Взаимосвязь тела («сомы») и психики всегда двусторонняя. Как все соматические расстройства имеют свои психологические «корни», так и любые психологические проблемы всегда приносят психосоматические «плоды». Разница только в том, какая именно сторона внутриспсихического конфликта - душевная или соматическая - выходит на первый план, какая из них имеет более выраженные внешние проявления. И точно так же, как исцеление от телесных недугов может быть достигнуто путем проработки породивших их психологических причин, в равной степени справедливо и обратное. Через телесные проявления психологических проблем можно прямым путем, минуя лабиринты логики, дойти до глубин души человека, разгадать символические «загадки» подсознания, добраться до скрытого в них смысла.

1) В чем состоит суть телесной психотерапии

2) Каков механизм результативности ТОП

**Ответ 1:** Суть телесной психотерапии состоит в том, чтобы наиболее естественным, надежным и простым способом помочь пациенту вступить в сознательный диалог с собственным подсознанием на его «родном» языке - языке тела; научить пациента избегать подобных проблем впредь

**Ответ 2:** ТОП помогает пациенту получить доступ к каналу общения с собственным подсознательным «Я», складывающегося из: ◊ телесного самонаблюдения, идентификации текущего психоэмоционального состояния, анализа невербальных, телесных сигналов подсознания (сенсорного осознания); ◊ адресации к подсознательным ресурсам и воссоздания ресурсных состояний с помощью саморегуляции (воспроизведения определенных наборов телесных ощущений, или психосоматических паттернов); ◊ обратной связи или подсознательно-интуитивного отклика в виде телесных сигналов

ПК-13

## Тесты

### 1. НА КАКОМ УРОВНЕ ПРОЯВЛЯЮТСЯ НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ В КАЖДОМ ИЗ "ПАНЦИРЕЙ"

- 1) психическом и органическом
- 2) соматическом и психическом**
- 3) духовном, психическом и соматическом
- 4) органическом, психическом и духовном

Правильный ответ: 2

ПК-13

### 2. ОПРЕДЕЛИТЕ ТЕЛЕСНЫЙ ФОКУС, СВЯЗАННЫЙ С НАРУШЕНИЕМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ МЕЖДУ ЧУВСТВАМИ И ДЕЙСТВИЯМИ

- 1) между головой и позвоночником
- 2) между головой и туловищем
- 3) между позвоночником и внутренними органами**
- 4) между позвоночником и мышечной системой

Правильный ответ: 3

ПК-13

### 3. ТЕРМИН "БИОСИНТЕЗ" ОЗНАЧАЕТ

- 1) аккумуляция жизни
- 2) интеграция жизни**
- 3) дезинтеграция жизни
- 4) коллапс жизни

Правильный ответ: 2

ПК-13

**2.10. Примерная тематика курсовых работ (проектов)**  
**Данный вид работы учебным планом не предусмотрен**

## 2.11. Перечень практических умений/навыков

4 курс

7 семестр

№ п/п	Практические умения
1	2
1	<b>Составлять лично- и социально-ориентированных программ психотерапии, коррекции и реабилитации</b> Файлов нет Уровень: Уметь ПСК-3.10
2	<b>Дифференцировать понятия «мышечный панцирь», «мышечный зажим», «мышечный блок».</b> Файлов нет Уровень: Уметь ПК-13,ОК-7
3	<b>Методами диагностики проблематики клиента в телесно-ориентированной терапии</b> Файлов нет Уровень: Владеть ПК-13,ОК-7
4	<b>Использовать адекватные методы работы с проблемными паттернами дыхания и телесными блоками клиента</b> Файлов нет Уровень: Уметь ПК-13
5	<b>Использовать телесно-ориентированные методы работы с базовыми личностными проблемами</b> Файлов нет Уровень: Уметь ПК-13
6	<b>Навыками отбора и применения целесообразных методов проведения телесно-ориентированного тренинга</b> Файлов нет Уровень: Владеть ПК-13
7	<b>Применять методики индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач</b> Файлов нет Уровень: Уметь ПСК-3.9
8	<b>Методиками индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач</b> Файлов нет Уровень: Владеть ПСК-3.10

9	<p><b>Навыками применения методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач</b></p> <p>Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть</p> <p>ПСК-3.9</p>
---	--

## 2.12. Примерная тематика рефератов (эссе)

4 курс

7 семестр

№ п/п	Темы рефератов
1	2
1	<b>Связи телесных блоков с психосоматическими заболеваниями.</b> Файлов нет  ПК-13
2	<b>Телесно-ориентированная терапия в работе с травмой и кризисными состояниями</b> Файлов нет  ПК-13
3	<b>Связи базовых личностных проблем в ТОП с наиболее типичными психологическими проблемами (запросами) клиентов.</b> Файлов нет  ПК-13
4	<b>Психология телесности: проблемы и исследования</b> Файлов нет  ПК-13,ОК-7
5	<b>Психологический смысл телесных проявлений</b> Файлов нет  ПК-13
6	<b>Изучение образа тела, внешности, интрацептивного опыта</b> Файлов нет  ПК-13,ОК-7
7	<b>Embodiment как поле междисциплинарного научного поиска.</b> Файлов нет  ПК-13
8	<b>Телесно-ориентированный тренинг детско-родительских отношений</b> Файлов нет  ПК-13

9	<b>Телесно-ориентированный тренинг в психосоматике</b> Файлов нет  ПК-13
10	<b>Психология телесности в практике психологического консультирования.</b> Файлов нет  ПК-13

## 2.13. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 2.13.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Колесник, Н. Т. <a href="#">Клиническая психология</a> : учебник для вузов / Н. Т. Колесник, Е. А. Орлова ; ред. Г. И. Ефремова. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 359 с. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://urait.ru/viewer/klinicheskaya-psihologiya-510634#page/1">https://urait.ru/viewer/klinicheskaya-psihologiya-510634#page/1</a>	ЭБС Юрайт

### 2.13.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Петрушин, С. В. <a href="#">Психологический тренинг в многочисленной группе (методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек)</a> / С. В. Петрушин. - Москва : Академический проект, 2020. - 220 с. - Текст : электронный. - URL: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829128210.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829128210.html</a>	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
2	Акимова, А. Р. <a href="#">Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности</a> : монография / А. Р. Акимова. - 3-е изд., стер. - М. : Флинта, 2019. - 119 с. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976520615.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976520615.html</a>	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
3	Фопель, К. <a href="#">Технология ведения тренинга: теория и практика</a> / К. Фопель ; пер. с нем. М. Полякова. - 2-е изд. (эл.). - Москва : Генезис, 2016. - 265 с. - Текст : электронный. - URL: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785985634303.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785985634303.html</a>	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)

### 2.13.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

<b>Порядковый номер</b>	1
<b>Наименование</b>	Понимание телесности в XXI веке embodiment подход
<b>Вид</b>	Интернет-ресурс
<b>Форма доступа</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3Dp2e_PuyDuBg">https://www.youtube.com/watch?v=3Dp2e_PuyDuBg</a>
<b>Рекомендуемое использование</b>	Использование во время занятия

<b>Порядковый номер</b>	2
<b>Наименование</b>	Телесная осознанность
<b>Вид</b>	Интернет-ресурс
<b>Форма доступа</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3D-CTR2HGbVaA">https://www.youtube.com/watch?v=3D-CTR2HGbVaA</a>
<b>Рекомендуемое использование</b>	Самостоятельное изучение при подготовке к занятию

<b>Порядковый номер</b>	3
<b>Наименование</b>	Техника центрирования тела
<b>Вид</b>	Интернет-ресурс
<b>Форма доступа</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3DI0TQu9uK458">https://www.youtube.com/watch?v=3DI0TQu9uK458</a>
<b>Рекомендуемое использование</b>	Просмотр при подготовке к занятиям (СРС)

<b>Порядковый номер</b>	4
<b>Наименование</b>	В.Баскаков. Демонстрация фрагмента сеанса телесной терапии
<b>Вид</b>	Интернет-ресурс
<b>Форма доступа</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3D4bDHbYrCCk">https://www.youtube.com/watch?v=3D4bDHbYrCCk</a>
<b>Рекомендуемое использование</b>	Просмотр при подготовке к занятиям (СРС)

<b>Порядковый номер</b>	5
<b>Наименование</b>	Психосоматические расстройства и заболевания: коррекция и психотерапия
<b>Вид</b>	Интернет-ресурс
<b>Форма доступа</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3DNyaRK1T95u4%26t%3D3185s">https://www.youtube.com/watch?v=3DNyaRK1T95u4%26t%3D3185s</a>
<b>Рекомендуемое использование</b>	Просмотр при подготовке к занятиям (СРС)

<b>Порядковый номер</b>	6
<b>Наименование</b>	В.Райх
<b>Вид</b>	Интернет-ресурс
<b>Форма доступа</b>	<a href="http%3A%2F%2Flibros.am%2Fbook%2Fread%2Fid%2F111648%2Fslug%2Fanaliz-kharaktera">http%3A%2F%2Flibros.am%2Fbook%2Fread%2Fid%2F111648%2Fslug%2Fanaliz-kharaktera</a>
<b>Рекомендуемое использование</b>	самостоятельное изучение при подготовке к занятию

**2.13.4. Карта перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем по специальности 37.05.01 Клиническая психология (специализация Патопсихологическая диагностика и психотерапия) для очной формы обучения**

№ п/п	Вид	Наименование	Режим доступа	Доступ	Рекомендуемое использование
1	2	3	4	5	6
1.	Видеоуроки практических навыков	-/-	-/-	-/-	-/-
2.	Видеолекции	-/-	-/-	-/-	-/-
3.	Учебно-методический комплекс для дистанционного обучения	-/-	-/-	-/-	-/-
4.	Программное обеспечение	-/-	-/-	-/-	-/-
5.	Информационно-справочные системы и базы данных	ЭБС Консультант студента ВУЗ ЭБС Айбукс ЭБС Букап ЭБС Лань ЭБС Юрайт ЭБС MedLib.ru НЭБ eLibrary БД Web of Science БД Scopus ЭМБ Консультант врача Wiley Online Library Springer Nature ScienceDirect (Elsevier) СПС КонсультантПлюс СПС Консультант Плюс	<a href="http://www.studmedlib.ru/">http://www.studmedlib.ru/</a> <a href="https://ibooks.ru/">https://ibooks.ru/</a> <a href="https://www.books-up.ru/">https://www.books-up.ru/</a> <a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a> <a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a> <a href="https://www.medlib.ru">https://www.medlib.ru</a> <a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a> <a href="http://webofscience.com/">http://webofscience.com/</a> <a href="https://www.scopus.com/">https://www.scopus.com/</a> <a href="http://www.rosmedlib.ru/">http://www.rosmedlib.ru/</a> <a href="http://search.ebscohost.com/">http://search.ebscohost.com/</a> <a href="http://onlinelibrary.wiley.com/">http://onlinelibrary.wiley.com/</a> <a href="http://journals.cambridge.org/">http://journals.cambridge.org/</a> <a href="https://rd.springer.com/">https://rd.springer.com/</a> <a href="https://www.sciencedirect.com/">https://www.sciencedirect.com/</a> <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>	По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю, по IP-адресу По логину/паролю, по IP-адресу По IP-адресу По логину/паролю По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

**2.13.5. Материально-техническая база дисциплины, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине "Телесно-ориентированный тренинг" по специальности 37.05.01 Клиническая психология (специализация Патопсихологическая диагностика и психотерапия) (очное, высшее образование, 5,50) для очной формы обучения**

№ п/п	Наименование	Кол-во	Форма использования
1	2	3	4
	<b>Тренинговая аудитория 206</b>		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	ноутбук	1	
2	видеопроектор	1	
3	экран	1	
	<b>Читальный зал НБ</b>		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации, для самостоятельной работы Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Клавиатура со шрифтом Брайля	13	
3	Экран	1	
4	Ноутбук	1	
5	Персональный компьютер	18	
6	Сканирующая и читающая машина CARA CE	1	
7	Столы	30	
8	Посадочные места	43	
9	Индукционная система Исток С1и	1	
10	Головная компьютерная мышь	1	
11	Клавиатура программируемая крупная адаптивная	1	
12	Джойстик компьютерный	1	
13	Принтер Брайля (рельефно-точечный)	1	

14	Специализированное ПО: экранный доступ JAWS	1	
15	Ресивер для подключения устройств	1	

#### **2.14. Образовательные технологии**

Используемые образовательные технологии при изучении данной дисциплины: традиционные, контекстного обучения, личностно-ориентированные, интерактивные. 95 % интерактивных часов от объема аудиторных часов. В рамках изучения дисциплины проводятся следующие разновидности аудиторных (практических) занятий: - практические занятия: упражнения, ролевая образовательная игра, тренинг, работа в малых группах. Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающихся включает следующие виды учебной деятельности: работа с учебниками и монографиями, конспектирование, упражнения, решение задач, подготовка ответов на вопросы, подготовка презентации, эссе.

## 2.15. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

№ п/п	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин				
		1	2	3	4	5
1	Телесно-ориентированная психотерапия	+	+	+	+	+
2	Психологическая супервизия		+	+	+	+

## 2.16. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Обучение складывается из аудиторных занятий (40 час.), включающих практические занятия, и самостоятельной работы (32 часа). Основное учебное время выделяется на практическую работу по освоению методов проведения телесно-ориентированного тренинга. Занятия проводятся в виде тренинговых занятий в традиционной и интерактивной форме с использованием ролевых игр, решения ситуационных задач, ответов на тестовые задания, элементов квазипрофессиональной деятельности. В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий: дискуссии, деловые игры, обсуждение результатов исследования. Общий объем интерактивных занятий в учебном процессе составляет 95%. Самостоятельная работа обучающихся подразумевает подготовку к практическим занятиям и включает конспектирование первоисточников, подготовку к собеседованию. Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине «Телесно-ориентированный тренинг» и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС). Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам университета и кафедры. По каждому разделу учебной дисциплины разработаны методические указания для обучающихся и методические рекомендации для преподавателей. Включение обучающихся в телесно-ориентированный тренинг способствует воспитанию у них навыков общения с клиентом с учетом этико-психологических норм, способствует формированию корректного поведения, аккуратности, дисциплинированности. Исходный уровень знаний обучающихся определяется написанием эссе, текущий контроль усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, решением ситуационных задач по ТОП и тестов, устными сообщениями. В конце изучения учебной дисциплины проводится промежуточный контроль знаний в форме зачета с использованием вопросов к зачету, тестового контроля и решением ситуационных задач.

## 2.17. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

### 1. Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

по заявлению обучающегося кафедрой разрабатывается адаптированная рабочая программа с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающегося.

### 2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

#### 1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими;
- присутствие преподавателя, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

#### 2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

#### 3) 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. В случае невозможности беспрепятственного доступа на кафедру организовывать учебный процесс в специально оборудованном помещении (ул. Партизана Железняка, 1, Университетский библиотечно-информационный центр: электронный читальный зал (ауд. 1-20), читальный зал (ауд. 1-21).

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

### 4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Оборудование	Формы
С нарушением слуха	1. Индукционная система Исток с1и	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	1. Сканирующая и читающая машина SARA CE; 2. Специализированное ПО: экранный доступ JAWS; 3. Наклейка на клавиатуру со шрифтом Брайля; 4. Принтер Брайля (рельефно-точечный);	- в печатной форме (по договору на информационно-библиотечное обслуживание по межбиблиотечному абонементу с КГБУК «Красноярская краевая специальная библиотека - центр социокультурной реабилитации инвалидов по зрению» №2018/2 от 09.01.2018 (срок действия до 31.12.2022) - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

С нарушением опорно-двигательного аппарата	1. Специализированный стол; 2. Специализированное компьютерное оборудование (клавиатура программируемая крупная адаптивная, головная компьютерная мышь, джойстик компьютерный);	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
1. Ресивер для подключения устройств.		