

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:  
Директор института психологии,  
педагогике и социальной работы



Л.А. Байкова  
«31» августа 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»**

Уровень основной профессиональной образовательной программы:  
**бакалавриат**

Направление подготовки: **37.03.01 Психология**

Направленность (профиль) подготовки: **Психология**

Форма обучения: **очная**

Сроки освоения ОПОП: **нормативный (4 года)**

Факультет (институт): **Институт психологии, педагогики и социальной  
работы**

Кафедра **общей психологии**

Рязань, 2020

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целью дисциплины «Телесно-ориентированная психотерапия» является формирование у студентов компетенций в области телесно-ориентированных методов психотерапии.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

**2.1. Дисциплина Б1.В.ДВ.10.1 «Телесно-ориентированная психотерапия»** относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1.

**2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:**

- Общая психология,
- Введение в клиническую психологию,
- психологическая коррекция и реабилитация,
- Основы нейропсихологии,
- Специальная психология,
- Основы психотерапии,
- Теории и практика гештальттерапии, основы арттерапии

**2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:**

- Государственная итоговая аттестация

## 2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине. В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть (навыками)
1	ПК-3	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	Знать стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	Употреблять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	Владеть навыками стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП
2	ПК-6	способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности	Знать специфику психического функционирования человека, понимать особенности возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с позиции ТОП	Использовать на практике специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе опираясь на ТОП	Составить суждение и сравнить специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с точки зрения

					ТОП
3	<b>ПК-11</b>	способность к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека	Знать методы ТОП для прогноза изменений и динамики уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях	Использовать на практике методы ТОП для прогноза изменений и динамики уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях	Сформулировать возможные изменения и динамику уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях, опираясь на знания и практику ТОП

## 2.5 Карта компетенций дисциплины

<b>КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>					
<b>ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ</b>					
Целью дисциплины «Телесно-ориентированная психотерапия» является формирование у студентов основ гендерных знаний, практических умений и навыков, необходимых для внедрения принципов, методик и технологий гендерной социализации в практику психолого-педагогической деятельности					
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Формы оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
<b>ПК-3</b>	способность к осуществлению	Знать: Знать стандартные базовые процедуры оказания индивиду,	Лекции Семинары	- реферат - собеседование	<b>ПОРОГОВЫЙ</b>

	стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП Уметь: Употреблять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП Владеть: Владеть навыками стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	Интерактивные занятия Самостоятельная работа	-эссе - ИДЗ -зачет	- называть положения социогуманитарных наук, а также философии как основу анализа проблем ТОП - называть основные методологические положения ТОП; - интерпретировать основные проблемы гендерной психологии с точки зрения анализа социогуманитарных и философских источников их происхождения  <b>ПОВЫШЕННЫЙ</b> - уметь осуществлять анализ особенностей развития ребенка в контексте гендерной социализации - произвести оценку современного состояния изучения гендерной социализации с точки зрения анализа социогуманитарных и философских источников их происхождения
<b>ПК-6</b>	способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности	Знать: Знать специфику психического функционирования человека, понимать особенности возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с позиции ТОП Уметь: Использовать на практике специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его	Лекции Семинары Интерактивные занятия Самостоятельная работа	- реферат - собеседование -эссе - ИДЗ -зачет	<b>ПОРОГОВЫЙ</b> Перечислять и описывать основные положения ТОП относительно проблем гендерных отношений и взаимодействия  <b>ПОВЫШЕННЫЙ</b> - использовать методы гармонизации процесса гендерного развития и гендерного взаимодействия в ТОП; - уметь осуществлять анализ особенностей межличностных контактов с точки зрения гендерных

		<p>принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе, опираясь на ТОП</p> <p>Владеть: Составить суждение и сравнить специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с точки зрения ТОП</p>			различий в ТОП;
<b>ПК-11</b>	<p>способность к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека</p>	<p>Знать: Знать методы ТОП для прогноза изменений и динамики уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях</p> <p>Уметь: Использовать на практике методы ТОП для прогноза изменений и динамики уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических</p>	<p>Лекции Семинары Интерактивные занятия Самостоятельная работа</p>	<p>- реферат - собеседование -эссе - ИДЗ -зачет</p>	<p><b>ПОРОГОВЫЙ</b> - перечислить и охарактеризовать возможные изменения и динамику уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с точки зрения ТОП</p> <p><b>ПОВЫШЕННЫЙ</b> - спрогнозировать возможные изменения и динамику уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний,</p>

		отклонениях Владеть: Сформулировать возможные изменения и динамику уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно- волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях, опираясь на знания и практику ТОП			личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях опираясь на ТОП какого-либо литературного или кинематографического героя
--	--	---	--	--	--

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		№8			
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)</b>	<b>55</b>	<b>55</b>			
В том числе:					
Лекции (Л)	22	22			
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	33	33			
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>53</b>	<b>53</b>			
В том числе					
<b>СРС в семестре</b>	<b>53</b>	<b>53</b>			
Курсовой проект (работа)	КП				
	КР				
<b>Другие виды СРС</b>					
Работа монографиями	6	6			
Выполнение заданий при подготовке к семинарским занятиям	8	8			
Изучение и конспектирование основной литературы	8	8			
Изучение и конспектирование дополнительной литературы	8	8			
Изучение и конспектирование периодических изданий	2	2			
Подготовка реферата	4	4			
Подготовка к эссе	4	4			
Подготовка презентации	3	3			
Выполнение индивидуальных домашних заданий	6	6			
Подготовка к зачету	4	4			
<b>СРС в период сессии</b>					
<b>Вид промежуточной аттестации</b>	зачет	3	3		
	экзамен				
<b>ИТОГО: общая трудоемкость</b>	часов	<b>108</b>	<b>108</b>		
	зач. ед.	<b>3</b>	<b>3</b>		

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов дисциплины

семестра №	раздела №	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
8	1.	Основные понятия телесно-ориентированной психотерапии (ТОП),	Структура ТОП. Модель личности в норме и патологии, здоровое личностное функционирование. Диагностические подходы. Психотерапевтические средства в работе с телесными моделями личностных паттернов.
8	2.	Специфика клиентской работы в ТОП.	Этические и организационные аспекты клиентской работы. Тактические и диагностические аспекты клиентской работы. Типы действий психотерапевта, способы осуществления физического контакта .
8	3.	Феноменологические и динамические подходы.	Подходы В.Райха, В.Баскакова, М.Фельденкрайза. Метафорический подход. Классификация паттернов дыхания . Моторные поля Д.Бояделлы. А.Лоуэн. Бодинамика Л.Марчер
8	4.	Работа с телом на языке тела и на языке сознания	Целенаправленное воздействие на мышечные блоки и зажимы. Работа с дыханием клиента. Получение нового телесного опыта. Осознание и изменение личностных паттернов в телесных моделях
8	5.	Основы практической ТОП	Идеология, стратегия и тактика. Этические правила работы с телом. Диагностика. Типы действий психотерапевта. Способы осуществления физического контакта. Требования к помещению для работы и внешнему виду.

### 2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	всего	
8	1.	Основные понятия телесно-ориентированной психотерапии (ТОП),	4	-	6	10	20	1 неделя – собеседование 2 неделя - реферат, собеседование
8	2.	Специфика клиентской работы	4	-	6	11	21	3 неделя -

		в ТОП.						эссе 4 неделя реферат, собеседование
8	3.	Феноменологические и динамические подходы.	4	-	6	10	20	5 неделя – собеседование 6 неделя - ИДЗ, собеседование
8	4.	Работа с телом на языке тела и на языке сознания	4	-	6	10	20	7 неделя – собеседование 8 неделя - эссе, собеседование
8	5.	Основы практической ТОП	6	-	9	12	27	9 неделя - собеседование 10 неделя реферат, собеседование 11 неделя - реферат
		<i>СРС в период сессии</i>						
		<b>ИТОГО</b>	<b>22</b>	<b>-</b>	<b>33</b>	<b>53</b>	<b>108</b>	<b>зачет</b>

### 2.3. Лабораторный практикум не предусмотрен

### 2.4. Примерная тематика курсовых работ.

Курсовые работы не предусмотрены

## 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

### 3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
8	1.	Основные понятия телесно-ориентированной психотерапии (ТОП)	Работа с монографиями	2
			Изучение и конспектирование основной литературы	2
			Изучение и конспектирование дополнительной литературы	2
			Изучение и конспектирование периодических изданий	2
			Подготовка реферата	2
8	2.	Специфика клиентской	Выполнение заданий при подготовке к семинарским занятиям	2

		работы в ТОП.	Изучение и конспектирование основной литературы Подготовка реферата Подготовка презентации Индивидуальное домашнее задание	2 2 3 2
8	3.	Феноменологические и динамические подходы	Выполнение заданий при подготовке к семинарским занятиям Работа с монографиями Изучение и конспектирование основной литературы Подготовка к эссе Индивидуальное домашнее задание	2 2 2 2 2
8	4.	Работа с телом на языке тела и на языке сознания	Работа с монографиями Изучение и конспектирование основной литературы Изучение и конспектирование дополнительной литературы Подготовка к эссе Индивидуальное домашнее задание	2 2 2 2 2
8	5.	Основы практической ТОП	Выполнение заданий при подготовке к семинарским занятиям Изучение и конспектирование дополнительной литературы Подготовка к зачету	4 4 4
<b><i>СРС в период сессии</i></b>				
<b>ИТОГО в семестре</b>				<b>53</b>



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

#### Темы рефератов

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы рефератов
8	1.	Теоретико-методологические основы ТОП	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История возникновения и развития психотерапии как науки и практики.</li> <li>2. Сущностные особенности психотерапевтического процесса. Цели и задачи психотерапии, универсальные и специальные.</li> <li>3. Этапы психотерапевтического процесса. Структура психотерапевтической сессии. Сеттинг. Особенности психотерапевтического интервью.</li> <li>4. Диагноз в психотерапии</li> <li>5. Функциональная модель личности в норме и патологии, ее роль в психотерапевтической практике.</li> <li>6. Положения физиологической теории гипнотизма и фазы гипнотических состояний. Понятие и стадии гипноза в русской физиологической школе (В.М.Бехтерев, И.П. Павлов)</li> <li>7. Ритмы мозговой активности. Циркадные и ультрадианные ритмы. Хронобиология и психотерапия.</li> <li>8. Типы клиентов и их ориентация. Классификационные основания и подходы. Понятие о конструктивном клиентском запросе.</li> <li>9. Принцип процессуальности в психотерапии</li> <li>10. Эклектический подход в психотерапии.</li> <li>11. Понятие и методы групповой психотерапии, ее механизмы и преимущества.</li> <li>12. Основные понятия динамической теории личности. Топографическая и структурная модели личности по З. Фрейду. Понятие конфликта. Психодинамическая психотерапия: фокус, цели и технические приемы. Начало психоаналитического лечения. Диагностика и ее цели.</li> <li>13.</li> <li>14. Метод ассоциаций. Его применение в различных психотерапевтических направлениях.</li> <li>15. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: вытеснение, отрицание, формирование реакции (реактивное образование), сублимация.</li> <li>16. Сопротивление и защита. Специфические защитные</li> </ol>

			<p>механизмы: перемещение, обратное чувство, подавление, идентификация с агрессором.</p> <p>17. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: аскетизм, интеллектуализация, изоляция аффекта, всемогущество, идеализация.</p> <p>18. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: регрессия, расщепление, проекция, прожективная идентификация.</p> <p>19. Концепция трансфера, трансферное сопротивление. Виды трансфера. Контрперенос. Перенос и контрперенос как фактор психотерапевтического процесса. Важность отслеживания контрпереноса.</p> <p>20. Уровень личностных расстройств: невротический, пограничный, психотический. Психодинамическая оценка.</p> <p>21. Центральные понятия физиологии ВВД (возбуждение, торможение, ингибция, концепция рабочей доминанты Ухтомского).</p> <p>22. Типы организации личности (портреты): нарциссическая личность, психопатическая (антисоциальная личность). Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.</p> <p>23. Типы организации личности (портреты): обсессивно-компульсивная личность, шизоидная личность. Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.</p> <p>24. Типы организации личности (портреты): параноидальный тип, диссоциативный тип, Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.</p> <p>25. Типы организации личности (портреты): истероидная личность, циклоидная личность. Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.</p>
--	--	--	---

#### **4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонд оценочных средств)**

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине  
Рейтинговая система не используется

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1.	Бескова, И. А. Природа и образы телесности [Электронный ресурс] / И. А. Бескова, Е. Н. Князева, Д. А. Бескова. - Москва : Прогресс-Традиция, 2011. - 456 с. – Режим доступа: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=105243&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=105243&amp;sr=1</a> (дата обращения: 24.06.2020)	1-5	8	ЭБС	

### 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1.	Кондрашенко, В. Т. Общая психотерапия [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Т. Кондрашенко, С. А. Игумнов, Д. И. Донской. - Минск : Вышэйшая школа, 2012. - 496 с. – Режим доступа: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=135997&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=135997&amp;sr=1</a> (дата обращения: 24.06.2020)	1-5	8	ЭБС	
2.	Никитин, В. Н. Пластикодрама [Электронный ресурс] : новые направления в арттерапии / В. Н. Никитин. - Москва : Когито-Центр, 2003. - 193 с. – Режим доступа: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=56438&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=56438&amp;sr=1</a> (дата обращения: 24.06.2020)	1-3	8	ЭБС	

3.	Павлов, И.С. Психотерапия в практике [Электронный ресурс] / И. С. Павлов. - 3-е издание, перераб. и доп. - Москва : ПЕР СЭ, 2006. - 608 с. – Режим доступа: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=233336&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=233336&amp;sr=1</a> (режим доступа: 24.06.2020)	1-5	8	ЭБС	
4.	Самыгин, С. И. Психотерапия детей и подростков [Электронный ресурс] / С. И. Самыгин, Г. И. Колесникова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. - 288 с. - (Психологический практикум). - Режим доступа: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=271485&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=271485&amp;sr=1</a> (дата обращения: 24.06.2020)	4-5	8	ЭБС	
5	Грудницкая, Н. Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. Н. Грудницкая. – Ставрополь: СКФУ, 2014. – 209 с. – Режим доступа: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=457277&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=457277&amp;sr=1</a> (дата обращения: 24.06.2020)	1-5	8	ЭБС	

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. East View [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 30.08.2020).
2. Moodle [Электронный ресурс] : среда дистанционного обучения / Ряз. гос. ун-т. – Рязань, [Б.г.]. – Доступ после регистрации из сети РГУ имени С. А. Есенина из любой точки, имеющей доступ к Интернету. – Режим доступа: <http://e-learn.rsu.edu.ru> (дата обращения: 30.08.2020).
3. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 30.08.2020).
4. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 30.08.2020).
5. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим

доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 30.08.2020).

6. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. – Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 - . – Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. – Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 30.08.2020).

7. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 30.08.2020).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины**

1. Портал психологических изданий [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

2. Психологический навигатор [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psynavigator.ru/>, свободный (дата обращения: 30.08.2020).

3. Психология на русском языке [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psychology.ru/> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

4. Журнал «Вопросы психологии» [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

5. Московский психологический журнал [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://magazine.mospsy.ru/> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

6. Сибирский психологический журнал [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://journals.tsu.ru/psychology/> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

7. А. Я. Психология: описания психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://azps.ru> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

8. Электронный журнал «Психологическая наука и образование» [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psyedu.ru> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

9. Книги и статьи по психологии [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://litpsy.ru> , свободный (дата обращения: 30.08.2020).

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

**6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:** стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций – видеопроектор, экран настенный, др. оборудование или компьютерный класс.

**6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:** видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

**6.3. Требования к специализированному оборудованию:** отсутствуют.

## **7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

(Заполняется только для стандарта ФГОС ВПО)

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

<b>Вид учебных занятий</b>	<b>Организация деятельности студента</b>
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (перечисление понятий) и др.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму
Индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.

Реферат	Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Эссе	Сочинение небольшого объема и свободной композиции. Эссе выражает индивидуальные впечатления и соображения автора по конкретному поводу или предмету и не претендует на исчерпывающую или определяющую трактовку темы
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

**9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.**

1. Использование слайд-презентаций при проведении лекционных и практических занятий.
2. Использование дистанционных технологий обучения (система Moodle).
3. Проверка домашних заданий посредством электронной почты.
4. Применение средств мультимедиа в образовательном процессе (просмотр видеоматериалов).

**10. Требования к программному обеспечению учебного процесса  
Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)**

Название ПО	№ лицензии
Операционная система WindowsPro	Договор №65/2019 от 02.10.2019
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	Договор № 14-3К-2020 от 06.07.2020г.
Офисное приложение Libre Office	Свободно распространяемое ПО
Архиватор 7-zip	Свободно распространяемое ПО
Браузер изображений Fast Stone ImageViewer	Свободно распространяемое ПО
PDF ридер Foxit Reader	Свободно распространяемое ПО
Медиа проигрыватель VLC mediaplayer	Свободно распространяемое ПО
Запись дисков Image Burn	Свободно распространяемое ПО
DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in	Свободно распространяемое ПО

При реализации дисциплины с частичным применением дистанционных образовательных технологий используются: вебинарная

платформа Zoom (договор б/н от 10.10.2020 г.); набор веб-сервисов MS office365 (бесплатное ПО для учебных заведений <https://www.microsoft.com/ru-ru/education/products/office>); система электронного обучения Moodle (свободно распространяемое ПО).

## **11. Иные сведения**

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

*Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине для промежуточного контроля успеваемости*

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Основные понятия телесно-ориентированной психотерапии (ТОП)	ПК-3, ПК-6, ПК-11	Зачет
2.	Специфика клиентской работы в ТОП.	ПК-3, ПК-6, ПК-11	Зачет
3.	Феноменологические и динамические подходы	ПК-3, ПК-6, ПК-11	Зачет
4.	Работа с телом на языке тела и на языке сознания	ПК-3, ПК-6, ПК-11	Зачет
5.	Основы практической ТОП	ПК-3, ПК-6, ПК-11	Зачет

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
<b>ПК 3</b>	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	<b>знать</b>	
		1. Знать стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	ПК-3 31
		<b>уметь</b>	
		1. Употреблять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	ПК-3 У1
		<b>владеть</b>	
		1. Владеть навыками стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	ПК-3 В1
<b>ПК-6</b>	способность к постановке профессиональных	<b>Знать</b>	
		1. Знать специфику психического функционирования человека, понимать	ПК-6 31

	задач в области научно-исследовательской и практической деятельности	особенности возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с позиции ТОП		
		2. принципы эффективного гендерного взаимодействия, в том числе основы толерантной культуры;	ПК-6 32	
		3. основы социальной перцепции, в том числе влияние гендерных различий	ПК-6 33	
		<b>Уметь</b>		
		1. организовывать эффективное взаимодействие в смешанной или однородной по гендеру группе детей;	ПК-6 У1	
		2. осуществлять сопровождение и взаимодействие в гетерогенной по признаку пола среде;	ПК-6 У2	
		3. воспринимать гендерные различия во всем их многообразии	ПК-6 У3	
		<b>владеть</b>		
		1. приемами и технологиями командной работы;	ПК-6 В1	
		2. методами и приемами оценки особенностей межличностного восприятия;	ПК-6 В2	
		3. навыками взаимодействия в гетерогенной по признаку пола поликультурной среде (толерантностью и социальной мобильностью);	ПК-6 В3	
		4. навыками эффективного применения гендерных знаний в психолого-педагогической деятельности.	ПК-6 В4	
<b>ПК-11</b>	способность к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека	<b>Знать</b>		
		1. знать методические и организационные основы взаимодействия младших школьников друг с другом, родителями, педагогами и другими взрослыми;	ПК-11 31	
		<b>Уметь</b>		
		1. уметь планировать формы и содержание группового взаимодействия младших школьников с учетом пола;	ПК-11 У1	
		<b>Владеть</b>		
		1. владеть технологиями развития эмоционально-волевой сферы младшего школьника с учетом пола;	ПК-11 В1	

**КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ  
(ЗАЧЕТ)**

Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1. Расскажите историю возникновения телесно – ориентированной психотерапии.	ПК-3 З1, ПК-6 З1, ПК-6 У2
2. Перечислите классификацию базовых личностных проблем в телесно – ориентированной психотерапии (по В.Баскакову).	ПК-3 З1, ПК-6 З1, ПК-6 З2, ПК-6 У1, ПК-6 У2, ПК-6 У3, ПК-6 У1, ПК-11 З1
3. Сформулируйте и сравните этические принципы работы с клиентом в ТОП (этические правила европейской ассоциации телесных психотерапевтов ЕАВР и кодекс этических норм ассоциации телесно-ориентированных психотерапевтов).	ПК-3 З1, ПК-6 З1, ПК-6 З2, ПК-6 У2, ПК-6 У3, ПК-6 В1, ПК-6 В3, ПК-6 У1, ПК-11 З1, ПК-11 У1, ПК-11 В1
4. Сформулируйте организационные аспекты клиентской работы в ТОП.	ПК-3 З1, ПК-6 З1, ПК-6 З2, ПК-6 З3, ПК-6 У3, ПК-6 В1, ПК-6 В3, ПК-6 У1, ПК-11 З1
5. Объясните понятие контакта в ТОП. Перечислите виды контактов.	ПК-3 З1, ПК-6 З1, ПК-6 З2, ПК-6 З3, ПК-6 У1, ПК-6 У3, ПК-6 В1, ПК-6 В3, ПК-11 З1
6. Расскажите о теории вегетотерапии В. Райха.	ПК-3 З1, ПК-6 З1
7. Сформулируйте и сравните основные понятия телесно – ориентированной психотерапии (оргонная энергия, биоэнергия, заземление, мышечный зажим, мышечный блок, мышечный (характерный) панцирь).	ПК-3 З1, ПК-6 З1, ПК-6 З3, ПК-6 У2, ПК-6 В1, ПК-6 У1, ПК-11 З1
8. Расскажите о биоэнергетическом анализе Александра Лоуэна.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
9. Расскажите о методе Ф. Александера.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
10. Расскажите о методе М. Фельденкрайза «осознание через движение».	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
11. Расскажите о методе структурной интеграции «рольфинг».	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
12. Расскажите о методе чувственного сознания. Основные положения и методы работы.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
13. Проанализируйте теорию биосинтеза Д.Боаделлы. Основные положения и методы работы.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
14. Опишите первичную терапию А.Янова. Основные положения и методы работы.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
15. Опишите танатотерапия В.Баскакова. Основные положения и методы работы.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
16. Сформулируйте танцевально – двигательную психотерапию (цели, основные понятия и методы).	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 У1, ПК-6 У2, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
17. Проанализируйте методы диагностики в	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 У1,

ТОП (Райх, Фельденкрайз, Лобан и т.д.).	ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
18. Классифицируйте проблемные паттерны дыхания (по А.Выховски)	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
19. Сформулируйте понятие сверхконтроля в ТОП. Сравните основные методы работы со сверхконтролем в ТОП.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 У1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
20. Дайте определение понятию границ в ТОП. Систематизируйте виды нарушения границ. Оцените основные методы работы с нарушенными границами в ТОП.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 У2, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
21. Дайте определение понятию сексуальности в ТОП. Сравните основные методы работы.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
22. Дайте определение понятию опор и «заземления» в ТОП. Сравните основные методы работы.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
23. Объясните работу с телом на языке тела: работа с целенаправленным воздействием на мышечные блоки и зажимы (В.Райх, А.Лоуэн)	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
24. Подготовьте работу с проблемными паттернами дыхания клиента.	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
25. Объясните работу с телом на языке сознания и метафоры (цели, показания к применению, упражнения).	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4
26. Объясните работу с голосом в ТОП (цели, показания к применению, упражнения).	ПК-3 З1, ПК-3 У1, ПК-3 В1, ПК-6 В2, ПК-6 В3, ПК-6 В4

## **ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ на зачете**

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются по шкале «зачтено» - «не зачтено». В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине «Телесно-ориентированная психотерапия» » (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

**«Зачтено»** – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач;

- оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения

при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения;

- оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

**«Не зачтено»** - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»**

Утверждаю:  
Директор института психологии,  
педагогике и социальной работы



Л.А. Байкова

«31» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»**

Направление подготовки  
**37.03.01 Психология**

Направленность (профиль)  
**Психология**

Квалификация  
**бакалавр**

Форма обучения  
**очная**

Рязань, 2020

### 1. Цель освоения дисциплины

Целью дисциплины «Телесно-ориентированная психотерапия» является формирование у студентов компетенций в области телесно-ориентированных методов психотерапии.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Телесно-ориентированная психотерапия» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 (Б1.В.ДВ.10.1).

Дисциплина изучается на 4 курсе (8 семестр).

3. **Трудоемкость дисциплины:** 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

### 4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине. В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть (навыками)
1	ПК-3	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	Знать стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	Употреблять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП	Владеть навыками стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП
2	ПК-6	способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности	Знать специфику психического функционирования человека, понимать особенности возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его	Использовать на практике специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и	Составить суждение и сравнить специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов

			принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с позиции ТОП	факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе опираясь на ТОП	развития и факторов риска, его принадлежности гендерной, этнической, профессиональной и другой социальной группе с точки зрения ТОП
3	ПК-11	способность к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека	Знать методы ТОП для прогноза изменений и динамики уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях	Использовать на практике методы ТОП для прогноза изменений и динамики уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях	Сформулировать возможные изменения и динамику уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях, опираясь на знания и практику ТОП

## 5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения Зачет (8 семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.