

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ»**

Лицензия на осуществление образовательной деятельности рег. № Л035-01298-77/00737076 от 11.10.2023.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор  
ООО «Международный Университет  
Интегративной Психологии»

Протасова А.В.

«16» октября 2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ «ТЕЛЕСНО-  
ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ»**

**(нормативный срок обучения 560 ак. часов)**

**г. Москва-2023г.**

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

<b>№</b>	<b>Наименование раздела программы</b>	<b>Стр.</b>
1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	6
3	УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
4	РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ	8
5	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	24
6	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ	27
7	ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	28
8	МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	31

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Телесно-ориентированная терапия» (далее - программа) разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»,
- Приказа Минобрнауки России от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»,
- Приказа Министерства науки РФ от 29 июля 2020 г. № 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты от 18 ноября 2013г. № 682н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты от 24 июля 2015г. № 514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».

Программа по виду образования – дополнительное образование, подвид - дополнительное профессиональное образование, вид программы – профессиональная переподготовка.

**Цель обучения:** Формирование у слушателей компетенций, позволяющих использовать в своей дальнейшей деятельности знаний, умений и навыков, полученных при прохождении программы «Телесно-ориентированная терапия».

### **Задачи обучения:**

- обеспечение обучающихся знаниями о сформировавшихся в мировой психологии формах группового социально-психологического обучения;
- обеспечение обучающихся знаниями о механизмах и факторах, определяющих изменение личности в процессе телесно-ориентированной психотерапии;
- обеспечение обучающихся знаниями о методах воздействия телесно-ориентированной психотерапии;
- обеспечение обучающихся знаниями об организации и управлении процессами телесно-ориентированной психотерапии;
- обеспечение обучающихся знаниями о преимуществах телесно-ориентированной психотерапии как активной формы обучения не только профессионально- психологическому росту, но и различным аспектам общения;
- вооружить обучающихся приемами обучения психологическим знаниям сотрудников компаний, развитию необходимых коммуникативных и прочих навыков;
- обучить самостоятельному составлению и проведению телесно-ориентированной психотерапии;
- показать необходимость психологических знаний об индивидуальности человека;

- развить интерес к познанию и самопознанию; сформировать профессиональную познавательную мотивацию и сориентировать на постоянное самообразование в сфере своей деятельности.

### **Характеристика профессиональной деятельности выпускников:**

Разработанная программа позволяет выполнять профессиональную деятельность специалиста в области психологии:

- Образование и наука (в сферах: психолого-педагогической, консультативной и социальной помощи участникам образовательных отношений; основного общего образования, среднего общего образования, профессионального образования, дополнительного профессионального образования; научных исследований);

- Социальное обслуживание (в сферах: психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; консультативной помощи работникам социальных служб, социальной помощи семье и замещающим семьям; оказания психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию; просвещения и повышения психологической культуры населения);

- Связь, информационные и коммуникационные технологии (в сферах: психологического сопровождения информационно-коммуникационного безопасности информационной среды включая интернет-контент и средства массовой информации; связей с общественностью (PR));

- Обеспечение безопасности (в сфере научно-исследовательской, психодиагностической и консультативной деятельности в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и правопорядка);

- Сервис, оказание услуг населению (торговля, техническое обслуживание, ремонт, предоставление персональных услуг, услуги гостеприимства, общественное питание и прочие) в сфере индивидуального психологического консультирования и сопровождения лиц, нуждающихся в психологической помощи;

- Сквозные виды профессиональной деятельности в промышленности (в сферах: консультирования, управления коммуникацией, администрирования бизнес-процессов и обеспечения работы с персоналом).

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника.

В рамках освоения программы дополнительного профессионального образования выпускники могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: научно-исследовательский; организационный; просветительно-профилактический; диагностический; коррекционно-развивающий; реабилитационный; консультационный.

### **Планируемые результаты освоения программы:**

В результате освоения дополнительной профессиональной программы у выпускника должны быть сформированы следующие универсальные компетенции:

УК-1. Способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

УК-2. Способность определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

УК-3. Способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;

УК-4. Способность осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах);

УК-5. Способность воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах;

УК-6. Способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;

УК-7. Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

УК-8. Способность создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;

УК-9. Способность использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах;

УК-10. Способность принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности;

УК-11. Способность формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению.

В результате освоения дополнительной профессиональной программы у выпускника должны быть сформированы следующие общепрофессиональные компетенции:

ОПК-1. Способность осуществлять научное исследование в сфере профессиональной деятельности на основе современной методологии;

ОПК-2. Способность применять методы сбора, анализа и интерпретации эмпирических данных в соответствии с поставленной задачей, оценивать достоверность эмпирических данных и обоснованность выводов научных исследований;

ОПК-3. Способность выбирать адекватные, надежные и валидные методы количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики;

ОПК-4. Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования;

ОПК-5. Способность выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера;

ОПК-6. Способность оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам;

ОПК-7. Способность поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией;

ОПК-8. Способность выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры.

**Требования к обучающимся:** к освоению дополнительных профессиональных программ допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

**Нормативный срок (трудоемкость) обучения:** 560 часов.

**Форма обучения:** очная, очно-заочная и заочная.

**Итоговый документ** - лицам, успешно освоившим соответствующую дополнительную профессиональную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке.

## 2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	Период обучения
1.	Базовые положения телесно-ориентированной терапии	110	1-3 неделя обучения
2.	Работа с телом в различных подходах телесно-ориентированной терапии	114	4-6 неделя обучения
3.	Применение различных техник в работе с телом	128	7-10 неделя обучения
4.	Способы работы с мышечным напряжением	102	11-13 неделя обучения
5.	Специфика работы с ТОТ	102	14-16 неделя обучения
6.	Итоговая аттестация	4	17 неделя обучения
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	

### 3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/ п	Наименование модулей	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		Форма контроля	Форма проведения контроля
			ЛЗ	ПЗ		
1.	Базовые положения телесно-ориентированной терапии	110	110	-	Зачет	Устный опрос
2.	Работа с телом в различных подходах телесно-ориентированной терапии	114	69	45	Зачет	Устный опрос
3.	Применение различных техник в работе с телом	128	52	76	Зачет	Устный опрос
4.	Способы работы с мышечным напряжением	102	51	51	Зачет	Устный опрос
5.	Специфика работы в ГОТ	102	57	45	Зачет	Устный опрос
6.	Итоговая аттестация	4	-	4	Экзамен	Тестирование
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>339</b>	<b>221</b>		

*ЛЗ - лекционные занятия, ПЗ - практические занятия*

## 4. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧИХ ПРОГРАММ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

### 4.1 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 1. БАЗОВЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ

#### 1.1. Цель изучения учебного модуля:

- формирование и развитие психологических знаний в области телесно-ориентированной терапии.

#### 1.2. В результате освоения учебного модуля обучающийся должен Знать:

- общие и специфические цели и методы телесно-ориентированного направления в психотерапии.

#### Уметь:

- самостоятельно формулировать практические и исследовательские задачи, проводить психотерапию, составлять программы психотерапевтической и консультативной работы на основе телесно-ориентированного подхода.

#### Владеть:

- теоретическими основами и базовыми приемами психотерапии в рамках телесно-ориентированного подхода.

#### 1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы модуля:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 110 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 110 часов, из них лекционные – 110 часов.

#### 1.4. Промежуточная аттестация - зачет.

### 2. Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	<b>Базовые положения телесно-ориентированной терапии</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	-	-
1.1.	Концепция мышечного панциря В. Райха	22	22	-	-
1.2.	Биоэнергетический подход А. Лоуэна	22	22	-	-
1.3.	Структура терапевтической сессии в телесно-ориентированной терапии	22	22	-	-
1.4.	Противопоказания работы с клиентами в телесно-ориентированной терапии	10	10	-	-
1.5.	Феноменологические подходы к категоризации проблематики и диагностики в психотерапевтической работе с телом	23	23	-	-



1.6.	Этика телесно-ориентированного психолога	10	10	-	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

### 3. Содержание рабочей программы учебного модуля

#### **Тема 1.1. Концепция мышечного панциря В. Райха**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Краткий обзор направлений телесной-ориентированной психологии. Теория В. Райха. Понятие мышечной брони, методика «Распускание панциря». Центрирование тела. Явление резонанса в консультировании.

#### **Тема 1.2. Биоэнергетический подход А. Лоуэна**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Заземление, телесные вибрации, изучение структур характера; телесные практики, контакт. Диагностика с использованием арт-терапевтических методик: рисунок человека, метафорические портрет Шизоидная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Оральная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Комплекс упражнений Дианы Куест «Антистресс». Нарцистическая структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Мазохистская структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Работа с гневом. Ригидная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Пограничная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности.

#### **Тема 1.3. Структура терапевтической сессии в телесно-ориентированной терапии**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Алгоритм телесно-ориентированной сессии. Первая сессия с клиентом: выявление запроса. Вербальная и невербальная коммуникация. Синтез методов в консультировании. Сильные и слабые стороны. Технология работы психолога при выборе метода. Методы диагностики. Считывание симптомов. Практические упражнения по работе с симптомами. Формирование основных и вторичных запросов. Выстраивание гипотезы. Информирование пациента о его состоянии. Контроль выполнения упражнений. Коучинг. Смена запроса на работу с причинами. Завершение работы и контрактование. Разработка стратегии работы телесно-ориентированного психотерапевта.

#### **Тема 1.4. Противопоказания работы с клиентами в телесно-ориентированной терапии**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Противопоказания в телесно-ориентированной психотерапии: острые состояния, обострение хронических состояний, прием препаратов (алкоголь, наркотики и др.), онкология, психические заболевания и др.

#### **Тема 1.5. Феноменологические подходы к категоризации проблематики**

## **и диагностики в психотерапевтической работе с телом**

### **Содержание лекционных занятий:**

Феноменология телесности в психологии. Феномены телесности у взрослого человека. Категоризация проблематики и диагностика в психотерапевтической работе с телом.

### **Тема 1.6. Этика телесно-ориентированного психолога**

#### **Содержание лекционных занятий:**

Профессиональные навыки телесного психотерапевта. Расширение телесного осознания. Границы в телесно-ориентированной психотерапии.

#### **Промежуточная аттестация.**

**Зачет.**

### **4. Контроль и оценка освоения учебного модуля**

Образовательная организация, реализующая подготовку по учебному модулю, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Формы и методы текущего контроля по учебному модулю самостоятельно разрабатываются образовательной организацией и доводятся до сведения обучающихся в начале обучения.

Для промежуточного контроля образовательной организацией создаются фонды оценочных средств (ФОС).

Освоение учебного модуля заканчивается зачетом в форме устного опроса с присвоением каждому обучающемуся результата «зачет / незачет».

**Оценивание ответа на промежуточном зачете осуществляется следующим образом:**

**Оценка «зачтено»** выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложенный, содержательный и аргументированный ответ, подкрепленный знанием литературы и источников по теме вопроса, умение отвечать на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы.

**Оценка «незачтено»** выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, или полное отсутствие логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение более трех ошибок в содержании задания, а также более трех неточностей при аргументации своей позиции, полное незнание литературы и источников по теме вопроса, отсутствие ответов на дополнительно заданные вопросы.

**Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному**

## **модулю**

1. Структура терапевтической сессии.
2. Противопоказания в работе телесного психотерапевта.
3. Биоэнергетический подход А. Лоуэна
4. Понятие телесно-ориентированной психотерапии. Базовые понятия.

## 4.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 2. РАБОТА С ТЕЛОМ В РАЗЛИЧНЫХ ПОДХОДАХ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ

### 1.1. Цель изучения учебного модуля:

- Формирование связного комплекса теоретико-практических знаний в области телесно-ориентированного подхода;
- повысить уровень компетентности слушателей в сфере психологического консультирования;
- сформировать базовые представления о практике использования методик телесно ориентированной терапии [ТОТ].

### 1.2. В результате освоения учебного модуля обучающийся должен **Знать:**

- базовые понятия ТОТ;
- принципы работы в ТОТ;
- базовые техники ТОТ;

#### **Уметь:**

- выявлять и анализировать проблемы клиента;
- применять техники ТОТ в индивидуальной работе;
- использовать методы ТОТ для самопомощи.

#### **Владеть навыками:**

- рефлексивного анализа и обратной связи;
- выявления телесных маркеров психологических проблем у клиента;
- опыт использования методов релаксации и саморегуляции.

**1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы модуля:** максимальной учебной нагрузки обучающегося 114 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 114 часов, из них лекционные – 69 часов, практические 45 часов.

**1.4. Промежуточная аттестация - зачет.**

## 2. Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	<b>Работа с телом в различных подходах телесно-ориентированной терапии</b>	114	69	45	-
1.1.	Особенности (нормы и патологии) анатомических проявлений в теле	10	10	-	-
1.2.	Базовые приемы био-энерго-система-терапии (БЭСТ) Е. Зуева	10	10	-	-
1.3.	Функциональные подходы в ТОТ	10	10	-	-
1.4.	Особенности функциональных подходов в	10	10	-	-

	ТОТ				
1.5.	Работа со схемой тела	9	9	-	-
1.6.	Работа с образами в ТОТ	10	10	-	-
1.7.	Применение метафор для работы с телом	45	-	45	-
1.8.	Психосоматические проявления в теле	9	9	-	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

### **3. Содержание рабочей программы учебного модуля**

#### **Тема 1.1. Особенности (нормы и патологии) анатомических проявлений в теле**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Особенности анатомических и психосоматических проявлений в теле.

#### **Тема 1.2. Базовые приемы био-энерго-система-терапии (БЭСТ) Е. Зуева**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Биоэнергосистемотерапия по методу Е.И. Зуева. Три основных вида терапии: психотерапия, мануальная терапия и йоготерапия. Шкала психоэмоциональных состояний.

#### **Тема 1.3. Функциональные подходы в ТОТ**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Функциональные подходы в телесно-ориентированной терапии.

#### **Тема 1.4. Особенности функциональных подходов в ТОТ**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Особенности функциональных подходов в телесно-ориентированной терапии.

#### **Тема 1.5. Работа со схемой тела**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Работа с телом на языке тела.

#### **Тема 1.6. Работа с образами в ТОТ**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Основные приемы трансформации образов. Преимущества и особенности метода.

#### **Тема 1.7. Применение метафор для работы с телом**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Метафорический подход к работе с телом. Понятие метафоры в психотерапии. Телесная метафора. Использование метафор для категоризации телесной проблематики. Диагностика в метафорическом подходе. Анализ предлагаемого подхода.

##### **Содержание практических занятий:**

Работа со схемой тела клиента. Работа с телом через метафоры. Работа с образами.

#### **Тема 1.8. Психосоматические проявления в теле**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Причины психосоматических расстройств. Симптомы психосоматических расстройств. Психосоматические проявления в теле.

## **Промежуточная аттестация.**

### **Зачет.**

#### **4. Контроль и оценка освоения учебного модуля**

Образовательная организация, реализующая подготовку по учебному модулю, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Формы и методы текущего контроля по учебному модулю самостоятельно разрабатываются образовательной организацией и доводятся до сведения обучающихся в начале обучения.

Для промежуточного контроля образовательной организацией создаются фонды оценочных средств (ФОС).

Освоение учебного модуля заканчивается зачетом в форме устного опроса с присвоением каждому обучающемуся результата «зачет / незачет».

**Оценивание ответа на промежуточном зачете осуществляется следующим образом:**

**Оценка «зачтено»** выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложенный, содержательный и аргументированный ответ, подкрепленный знанием литературы и источников по теме вопроса, умение отвечать на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы.

**Оценка «незачтено»** выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, или полное отсутствие логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение более трех ошибок в содержании задания, а также более трех неточностей при аргументации своей позиции, полное незнание литературы и источников по теме вопроса, отсутствие ответов на дополнительно заданные вопросы.

**Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю**

1. Применение метафор в работе телесно-ориентированного психотерапевта.
2. Функциональные подходы в телесно-ориентированной терапии.
3. Биоэнергосистемотерапия по методу Е.И. Зуева.

### 4.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 3. ПРИМЕНЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ТЕХНИК В РАБОТЕ С ТЕЛОМ

#### 1.1. Цель изучения учебного модуля:

- разобрать особенности применения различных техник в работе с телом.

#### 1.2. В результате освоения учебного модуля обучающийся должен

##### Знать:

- различные техники работы с телом.

##### Уметь:

- применять дыхательные техники.

##### Владеть:

- навыками телесного транса.

#### 1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы модуля:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 128 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 128 часов, из них лекционные – 52 часа, практические - 76 часов.

#### 1.4. Промежуточная аттестация - зачет.

### 2. Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
<b>1.</b>	<b>Применение различных техник в работе с телом</b>	<b>128</b>	<b>52</b>	<b>76</b>	<b>-</b>
1.1.	Теория пяти элементов телесности	7	7	-	-
1.2.	Техники чувственного осознания и структурной интеграции опыта	7	7	-	-
1.3.	Применение дыхательных техник	7	7	-	-
1.4.	Техники процессуальной терапии А. Минделла	7	7	-	-
1.5.	Техники телесного транса	8	8	-	-
1.6.	Применение медитативных техник	8	8	-	-
1.7.	Техники работы с движениями и с ощущениями	83	7	76	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

#### Содержание рабочей программы учебного модуля

##### Тема 1.1. Теория пяти элементов телесности

##### Содержание лекционных занятий:

Теория пяти элементов телесности. Техники реинтеграции, балансировки, центрирования.

## **Тема 1.2. Техники чувственного осознания и структурной интеграции опыта**

### **Содержание лекционных занятий:**

Суть метода чувственного осознания. Техники чувственного осознания и структурной интеграции опыта.

## **Тема 1.3. Применение дыхательных техник**

### **Содержание лекционных занятий:**

Дыхательные техники. Особенности применения дыхательных техник. Эффективность дыхательных техник.

## **Тема 1.4. Техники процессуальной терапии А. Минделла**

### **Содержание лекционных занятий:**

Процессуально-ориентированная психология Арнольда Минделла. Понятие процесса. Типы препятствий. Уровни сознания. Эффективность процессуально-ориентированной терапии.

## **Тема 1.5. Техники телесного транса**

### **Содержание лекционных занятий:**

Виды транса сознания. Транс как один из видов измененного состояния сознания. Понятие «кинестетический транс». Физиологические и психические особенности состояния кинестетического транса.

## **Тема 1.6. Применение медитативных техник**

### **Содержание лекционных занятий:**

Медитативные техники. Особенности применения медитативных техник. Эффективность медитативных техник.

## **Тема 1.7. Техники работы с движениями и с ощущениями**

### **Содержание лекционных занятий:**

Техники работы с движениями и с ощущениями. Особенности работы с движениями и с ощущениями. Эффективность работы с движениями и с ощущениями.

### **Содержание практических занятий:**

Техники чувственного осознания. Дыхательные техники. Техники процессуальной терапии А. Минделла. Техники телесного транса. Медитативные техники. Техники работы с движениями и ощущениями.

## **Промежуточная аттестация.**

### **Зачет.**

## **4. Контроль и оценка освоения учебного модуля**

Образовательная организация, реализующая подготовку по учебному модулю, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Формы и методы текущего контроля по учебному модулю самостоятельно разрабатываются образовательной организацией и доводятся до сведения обучающихся в начале обучения.



Для промежуточного контроля образовательной организацией создаются фонды оценочных средств (ФОС).

Освоение учебного модуля заканчивается зачетом в форме устного опроса с присвоением каждому обучающемуся результата «зачет / незачет».

**Оценивание ответа на промежуточном зачете осуществляется следующим образом:**

**Оценка «зачтено»** выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложенный, содержательный и аргументированный ответ, подкрепленный знанием литературы и источников по теме вопроса, умение отвечать на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы.

**Оценка «незачтено»** выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, или полное отсутствие логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение более трех ошибок в содержании задания, а также более трех неточностей при аргументации своей позиции, полное незнание литературы и источников по теме вопроса, отсутствие ответов на дополнительно заданные вопросы.

**Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю**

1. Дыхательные техники.
2. Медитативные техники.
3. Техники процессуальной терапии А. Минделла

## 4.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 4. СПОСОБЫ РАБОТЫ С МЫШЕЧНЫМ НАПРЯЖЕНИЕМ

### 1.1. Цель изучения учебного модуля:

- изучить способы работы с мышечным напряжением.

### 1.2. В результате освоения учебного модуля обучающийся должен

#### Знать:

- техники мышечной релаксации и саморегуляции.

#### Уметь:

- снимать напряжение с различных частей тела.

#### Владеть:

- навыками снятия напряжения с затылка и шеи;

- навыками применения массажных техник.

### 1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы модуля:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 102 часов,

из них лекционные – 51 час, практические – 51 час.

### 1.4. Промежуточная аттестация - зачет.

## 2. Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	Способы работы с мышечным напряжением	102	51	51	-
1.1.	Применение холистического пульсационного массажа Т. Браунинг	7	7	-	-
1.2.	Бодинамика Л. Марчер	7	7	-	-
1.3.	Техники мышечной релаксации и саморегуляции	7	7	-	-
1.4.	Практики снятия напряжения с затылка и шеи	7	7	-	-
1.5.	Глубокие массажные техники для работы с плечами, руками и грудным сегментом	7	7	-	-
1.6.	Массажные техники для работы со спиной	7	7	-	-
1.7.	Практики для работы с тазовым сегментом	59	8	51	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

## 3. Содержание рабочей программы учебного модуля

### Тема 1.1. Применение холистического пульсационного массажа Т. Браунинг

#### Содержание лекционных занятий:

История метода. Сфера применения метода. Противопоказания. Правила

проведения.

### **Тема 1.2. Бодинамика Л. Марчер**

#### **Содержание лекционных занятий:**

Бодинамика. Бодинамический анализ телесного развития. История становления. Ключевые аспекты бодинамической модели, структура бодинамики. Как работает телесная терапия в бодинамике. Структуры характеров. Сколько занимает процесс составления карты тела в бодинамике. Концепция бодинамического анализа.

### **Тема 1.3. Техники мышечной релаксации и саморегуляции**

#### **Содержание лекционных занятий:**

Релаксация и телесно-ориентированные техники.

### **Тема 1.4. Практики снятия напряжения с затылка и шеи**

#### **Содержание теоретических занятий:**

Практики снятия функционального напряжения в области затылка и шеи.

### **Тема 1.5. Глубокие массажные техники для работы с плечами, руками и грудным сегментом**

#### **Содержание лекционных занятий:**

### **Тема 1.6. Массажные техники для работы со спиной**

#### **Содержание лекционных занятий:**

Массажные техники для работы со спиной. Эффективность массажных техник для работы со спиной.

### **Тема 1.7. Практики для работы с тазовым сегментом**

#### **Содержание теоретических занятий:**

Практики для работы с тазовым сегментом. Эффективность практик для работы с тазовым сегментом.

#### **Содержание практических занятий:**

Способы работы с мышечным напряжением. Холистический пульсационный массаж Т. Браунинга. Глубокие массажные техники и практики для работы с различными мышцами тела. Бодинамика Л. Марчер. Практики для работы с тазовым сегментом

### **Промежуточная аттестация.**

**Зачет.**

## **4. Контроль и оценка освоения учебного модуля**

Образовательная организация, реализующая подготовку по учебному модулю, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Формы и методы текущего контроля по учебному модулю самостоятельно разрабатываются образовательной организацией и доводятся до сведения обучающихся в начале обучения.

Для промежуточного контроля образовательной организацией создаются фонды оценочных средств (ФОС).

Освоение учебного модуля заканчивается зачетом в форме устного опроса с присвоением каждому обучающемуся результата «зачет / незачет».

**Оценивание ответа на промежуточном зачете осуществляется следующим образом:**

**Оценка «зачтено»** выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложенный, содержательный и аргументированный ответ, подкрепленный знанием литературы и источников по теме вопроса, умение отвечать на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы.

**Оценка «незачтено»** выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, или полное отсутствие логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение более трех ошибок в содержании задания, а также более трех неточностей при аргументации своей позиции, полное незнание литературы и источников по теме вопроса, отсутствие ответов на дополнительно заданные вопросы.

**Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю**

1. Массажные техники для работы со спиной.
2. Практики снятия напряжения с затылка и шеи.
3. Бодинамика Л. Марчер.

## 4.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 5. СПЕЦИФИКА РАБОТЫ В ТОТ

### 1.1. Цель изучения учебного модуля:

- разобрать особенности работы в ТОТ.

### 1.2. В результате освоения учебного модуля обучающийся должен

#### Знать:

- Виды и особенности интегративных практик в ТОП

#### Уметь:

- применять техники работы с травмой.

#### Владеть:

- навыками работы с травмой.

### 1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы модуля:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 102 часов,

из них лекционные – 57 часов, практические – 45 часов.

### 1.4. Промежуточная аттестация - зачет.

## 2. Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
<b>1.</b>	<b>Специфика работы в ТОТ</b>	<b>102</b>	<b>57</b>	<b>45</b>	-
1.1.	Понятие травмы. Причины возникновения	7	7	-	-
1.2.	Особенности работы с травмой	7	7	-	-
1.3.	Техники и практики для работы с травмой	7	7	-	-
1.4.	Интегративная модель телесно-ориентированного подхода	7	7	-	-
1.5.	Виды и особенности интегративных практик в ТОП	7	7	-	-
1.6.	Биосинтетические интегративные практики	7	7	-	-
1.7.	Телесно-ориентированный тренинг как групповая форма работы в ТОП	7	7	-	-
1.8.	Способы «встраивания» телесно-ориентированной работы в имеющийся профессиональный опыт консультанта	52	7	45	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

## 3. Содержание рабочей программы учебного модуля

### Тема 1.1. Понятие травмы. Причины возникновения

#### Содержание лекционных занятий:

Определение понятия «психотравма». Посттравматический синдром. Причины возникновения «психотравмы».

#### **Тема 1.2. Особенности работы с травмой**

##### **Содержание лекционных занятий:**

Реакции организма на травму. Создание безопасного пространства для освобождения от травмы: ключевые моменты в работе с травмой.

#### **Тема 1.3. Техники и практики для работы с травмой**

##### **Содержание теоретических занятий:**

Техники работы с травмой. Практики работы с травмой.

#### **Тема 1.4. Интегративная модель телесно-ориентированного подхода**

##### **Содержание теоретических занятий:**

Интегративный подход в ТОТ. Специфика интегративных практик в ТОП. Практика работы с различными системами восприятия.

#### **Тема 1.5. Виды и особенности интегративных практик в ТОТ**

##### **Содержание практических занятий:**

Интегративная практика работы на осознание соединенности и гармонизацию чувств, тела, ума: ролевая игра.

#### **Тема 1.6. Биосинтетические интегративные практики**

##### **Содержание теоретических занятий:**

Биосинтетические интегративные практики. Особенности применения биосинтетических интегративных практик.

#### **Тема 1.7. Телесно-ориентированный тренинг как групповая форма работы в ТОТ**

##### **Содержание теоретических занятий:**

Особенности групповой терапии. Группа как объект терапевтического воздействия. Особенности групповой работы в ТОП. Преимущества и ограничения групповой работы. Правила и этика групповой работы. Границы группы: внешние и внутригрупповые. Уровень доверия и безопасность в группе. Особенности групповых проекций.

#### **Тема 1.8. Способы «встраивания» телесно-ориентированной работы в имеющийся профессиональный опыт консультанта**

##### **Содержание теоретических занятий:**

Способы «встраивания» телесно-ориентированной работы. Внедрение профессионального опыта консультанта в свою деятельность.

##### **Содержание практических занятий:**

Техники и практики для работы с травмой. Интегративный подход в ТОТ. Виды и особенности интегративных практик. Метод ТОТ для групповых тренингов. Внедрение знаний о ТОТ в свою профессиональную деятельность.

#### **Промежуточная аттестация.**

##### **Зачет.**

#### **4. Контроль и оценка освоения учебного модуля**

Образовательная организация, реализующая подготовку по учебному модулю, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации

и текущего контроля демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Формы и методы текущего контроля по учебному модулю самостоятельно разрабатываются образовательной организацией и доводятся до сведения обучающихся в начале обучения.

Для промежуточного контроля образовательной организацией создаются фонды оценочных средств (ФОС).

Освоение учебного модуля заканчивается зачетом в форме устного опроса с присвоением каждому обучающемуся результата «зачет / незачет».

**Оценивание ответа на промежуточном зачете осуществляется следующим образом:**

**Оценка «зачтено»** выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложенный, содержательный и аргументированный ответ, подкрепленный знанием литературы и источников по теме вопроса, умение отвечать на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы.

**Оценка «незачтено»** выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, или полное отсутствие логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение более трех ошибок в содержании задания, а также более трех неточностей при аргументации своей позиции, полное незнание литературы и источников по теме вопроса, отсутствие ответов на дополнительно заданные вопросы.

**Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю**

1. Способы «встраивания» телесно-ориентированной работы в имеющийся профессиональный опыт консультанта.
2. Виды и особенности интегративных практик в ТОТ.
3. Техники и практики для работы с травмой.

## **5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Организационно-педагогические условия реализации программы**

Образовательная организация осуществляет обучение по дополнительной профессиональной программе на основе договора об образовании, заключаемого со слушателем и (или) с физическим или юридическим лицом, обязующимся оплатить обучение лица, зачисляемого на обучение, либо за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации. Содержание дополнительного профессионального образования определяется образовательной программой, разработанной и утвержденной образовательной организацией, с учетом потребностей лица, организации, по инициативе которых осуществляется дополнительное профессиональное образование.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы обеспечивают ее реализацию в полном объеме, качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения способностям, интересам и потребностям обучающихся.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия, самостоятельную работу определенные учебным планом.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут. При прохождении обучения допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения.

Форма организации образовательной деятельности обучающихся – групповая, индивидуальная. Форма организации аудиторных занятий – учебное занятие, практическая работа. Чаще всего используется фронтальная работа. Она предполагает одновременное выполнение общих заданий всеми обучающимися для достижения ими общей познавательной задачи. Наполняемость учебной группы – до 10 человек.

### **5.2. Материально-технические условия реализации программы**

Образовательная организация располагает необходимой материально-технической базой, соответствующей действующим санитарным правилам и нормам, и обеспечивающей проведение всех видов учебной подготовки обучающихся, предусмотренных учебным планом. Образовательная организация располагает современными аудиториями, аудиовизуальными средствами обучения, мультимедийной аппаратурой, оргтехникой.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья. Реализация дополнительной профессиональной программы предполагает наличие учебного кабинета. Практическое обучение проводится в учебном кабинете. Перечень кабинетов: кабинет теоретической подготовки, оснащенный



учебными столами и стульями, рабочим местом преподавателя, учебной доской, компьютером, видеопроектором, принтером. Каждый обучающийся обеспечен доступом к сети Интернет.

### **5.3. Требования к кадровому обеспечению образовательного процесса**

Реализация дополнительной профессиональной программы обеспечивается научно-педагогическими работниками организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора.

Квалификация руководящих и научно-педагогических работников организации должна соответствовать квалификационным характеристикам, установленным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11 января 2011 г. №1н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 марта 2011 г., регистрационный №20237) и профессиональным стандартам (при наличии).

### **5.4. Нормативно-методическое обеспечение системы оценки качества освоения обучающимися дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки.**

В соответствии с планом образовательных услуг, учебным планом и расписанием занятий осуществляется организация образовательного процесса. Расписание занятий формируется с учетом формы обучения, основных видов учебной деятельности, предусмотренных дополнительной профессиональной программой. Оно включает в себя лекционные и практические занятия.

Изучение программы предполагает использование следующих методов контроля полученных у обучающимися знаний и умений:

- промежуточный контроль;
- итоговый контроль.

Итоговая аттестация обучающихся является обязательной и осуществляется после освоения образовательной программы в полном объеме.

Итоговая аттестация включает итоговый экзамен в форме тестирования.

### **5.5. Информационно-методическое обеспечение программы**

#### **Основная учебная литература:**

1. Александров А. А. Интегративная психотерапия / А.А. Александров. - Санкт-Петербург: Питер, 2009-352с.

2. Гуревич, П. С. Психоанализ. Т. 1 Фрейдизм и неопрейдизм : учебник для вузов / П. С. Гуревич. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021 — 531 с.

3. Психотерапия: учебник для вузов / Б.Д. Карвасарский. - Санкт-Петербург : Питер, 2021 - 672 с.

#### **Дополнительная литература:**

1. Бескова И. А. Природа и образы телесности: монография / И.А. Бескова, Е.Н. Князева, Д.А. Бескова. - Москва : Прогресс-Традиция, 2011 - 456 с.

2. Валента М. Драматерапия / М. Валента, М. Полинек. - Москва :Когито-Центр, 2013 - 208 с.

3. Змановская Е. В. Современный психоанализ. Теория и практика / Е.В. Змановская. - Санкт-Петербург: Питер, 2020 - 288с.

4. Ребеко Т. А. Телесный опыт в структуре индивидуального знания : научное издание /Т.А. Ребеко. - Москва :Когито-Центр, 2015 - 271 с.

5. Ходоров Дж. Танцевальная терапия и глубинная психология: Движущее воображение. – Москва :Когито-Центр, 2009 - 221с.

6. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике / ред. В.Ю. Баскаков. - Москва :Институт общегуманитарных исследований, 2016 - 162 с.

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Педагогическая библиотека: <http://pedlib.ru/>

2. Психологический портал: <http://www.psychologic.ru/>

3. Психологическая библиотека: <http://www.pk.mcdir.ru/>

4. Метод Фенделькрайза - официальный сайт [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.feldenkrais.com/>

5. Путеводитель по технике Александра [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.alexandertechnique.com/>

## **6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки включает промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Конкретные формы и процедуры текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по каждому учебному модулю разрабатываются преподавателями самостоятельно и доводятся до сведения обучающихся в начале обучения.

Система промежуточной аттестации предусматривает решение следующих задач: оценка качества освоения обучающимися дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки; аттестация обучающихся на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки; использование современных контрольно-оценочных технологий; промежуточная аттестация является основными механизмами оценки качества подготовки обучающихся и формой контроля учебной работы обучающихся в образовательной организации.

Оценка качества подготовки осуществляется в двух основных направлениях: оценка уровня освоения учебных модулей; оценка формирования профессиональных компетенций - динамических комбинаций знаний, умений и способности применять их для успешной профессиональной деятельности в части выполнения следующих трудовых функций в соответствии с требованиями профессионального стандарта и включая требования квалификационной характеристики.

### **6.3. Промежуточная аттестация**

Целями проведения промежуточной аттестации являются объективное установление фактического уровня освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки и достижения результатов освоения образовательной программы. Форма промежуточной аттестации – зачет (тестирование) проводится по результатам освоения учебных модулей.

### **6.4. Итоговая аттестация**

Освоение дополнительной программы профессионального образования завершается итоговой аттестацией.

К итоговой аттестации допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные программой и успешно прошедшие все промежуточные аттестационные испытания, предусмотренные программой. Для подготовки к итоговой аттестации предусмотрены индивидуальные консультации

обучающихся с преподавателем. Итоговая аттестация проводится в форме тестирования.

Проверка теоретической подготовки проходит в форме тестирования с присвоением каждому обучающемуся результата «зачет / незачет».

Оценивание ответа на экзамене осуществляется следующим образом:

Оценка «отлично» / «зачтено». Тест: количество правильных ответов > 90 %.

Оценка «хорошо» / «зачтено». Тест: количество правильных ответов > 70 %.

Оценка «удовлетворительно» / «зачтено». Тест: количество правильных ответов > 50 %.

Оценка «неудовлетворительно» / «не зачтено». Тест: количество правильных ответов < 50 %.

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лица освоившим часть дополнительной профессиональной программы и (или) отчисленным из организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому организацией. Документ о квалификации выдается на бланке, образец которого самостоятельно устанавливается организацией.

Вопросы для проведения итоговой аттестации являются примерными, их содержание при необходимости может корректироваться преподавателем образовательной организации, рассматриваться методической комиссией и утверждаться директором образовательной организации.

## 7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 7.1. Примерный перечень вопросов для итоговой аттестации

1. По Лоуэну «энергетические потоки» протекают в теле человека:
  - а) на вдохе – в центробежном направлении, на выдохе – наоборот;
  - б) перпендикулярно позвоночнику;
  - в) вдоль нашего тела;
  - г) синхронно с дыханием.
  
2. Свидетельством блокировки мышцы (по А. Лоуэну) является:
  - а) напряженность мышцы;
  - б) вялость мышцы;
  - в) упругость мышцы;
  - г) все ответы верны.
  
3. Техническим приемом терапии Райха является:
  - а) активное движение, производимое с усилием;
  - б) глубокий массаж (болезненное разминание напряженных мышц);
  - в) мимическая гимнастика;
  - г) глубокое дыхание;
  - д) вызывание рефлекторных реакций (кашель, зевота, рвота);
  - е) все ответы верны.
  
4. Основоположителем телесно-ориентированной психотерапии является:
  - а) Ф. Александер;
  - б) З. Фрейд;
  - в) А. Лоуэн;
  - г) **В. Райх.**
  
5. Познание и применение методов оказания психологической помощи людям, имеющим психологические трудности, является предметом:
  - а) **практической психологии;**
  - б) социальной психологии;
  - в) возрастной психологии;
  - г) общей психологии.
  
6. Какова оптимальная длительность занятия группового сеанса психотерапии, состоящей, к примеру, из 9 человек (вместе с психотерапевтом)?
  - а) 120 минут
  - б) 150 минут
  - в) 30 минут
  - г) 60 минут

д) **90 минут**

7. В рамках телесно-ориентированной психотерапии используются техники для:

- а) закаливания организма
- б) решения психосоматических и личностных проблем**
- в) коррекции автоматических мыслей
- д) укрепления мышечного каркаса

8. Обязательным компонентом начальной фазы психотерапевтических отношений является:

- а) выявление запроса**
- б) заключение психотерапевтического контракта
- в) преодоление сопротивления
- г) перенос

9. Бессознательное это:

- а) то, что человек скрывает
- б) то, что человек не осознает**
- в) то, что человек не может осознать**
- г) чувства, которые человек не осознает
- д) мысли, которые человек не осознает
- е) причины собственного поведения, которые человек не осознает**

10. Телесно-ориентированная терапия - это:

- а) упражнения для закаливания организма
- б) упражнения для утренней гимнастики и для спортивных достижений
- в) упражнения для решения личностных проблем
- г) упражнения для решения психосоматических и личностных проблем**
- д) упражнения для повышения общего энергетического потенциала человека**

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Качество знаний** характеризуется способностью обучающегося точно, структурированно и уместно воспроизводить информацию, полученную в процессе освоения дисциплины, в том виде, в котором она была изложена в учебном издании или преподавателем.

**Умения**, как правило, формируются на практических (семинарских) занятиях, а также при выполнении лабораторных работ. Задания, направленные на оценку умений, в значительной степени требуют от студента проявления стереотипности мышления, т.е. способности выполнить работу по образцам, с которыми он работал в процессе обучения. Преподаватель же оценивает своевременность и правильность выполнения задания.

**Навыки** - это умения, развитые и закрепленные осознанным самостоятельным трудом. Навыки формируются при самостоятельном выполнении студентом практико ориентированных заданий, моделирующих решение им производственных и социокультурных задач в соответствующей области профессиональной деятельности, как правило, при выполнении домашних заданий, курсовых проектов (работ), научно- исследовательских работ, прохождении практик, при работе индивидуально или в составе группы на тренажерах, симуляторах, лабораторном оборудовании и т.д. При этом обучающийся поставлен в условия, когда он вынужден самостоятельно (творчески) искать пути и средства для разрешения поставленных задач, самостоятельно планировать свою работу и анализировать ее результаты, принимать определенные решения в рамках своих полномочий, самостоятельно выбирать аргументацию и нести ответственность за проделанную работу, т.е. проявить владение навыками. Взаимодействие с преподавателем осуществляется периодически по завершению определенных этапов работы и проходит в виде консультаций. При оценке владения навыками преподавателем оценивается не только правильность решения выполненного задания, но и способность (готовность) студента решать подобные практико- ориентированные задания самостоятельно (в перспективе за стенами вуза) и, главным образом, способность обучающегося обосновывать и аргументировать свои решения и предложения.

**Устный опрос** - это процедура, организованная как специальная беседа преподавателя с группой обучающихся (фронтальный опрос) или с отдельными обучающимися (индивидуальный опрос) с целью оценки результативности посещения студентами аудиторных занятий путем выяснения сформированности у них основных понятий и усвоения нового учебного материала, который был только что разобран на занятии.

**Тесты** являются простейшей формой контроля, направленная на проверку владения терминологическим аппаратом, современными информационными технологиями и конкретными знаниями в области фундаментальных и прикладных дисциплин. Тест состоит из небольшого количества

элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем.

**Экзамен** - процедура оценивания результатов обучения по учебным дисциплинам по окончании семестра, основанная на суммировании баллов, полученных студентом при текущем контроле освоения модулей (семестровая составляющая), а также баллов за качество выполнения экзаменационных заданий (экзаменационная составляющая, - характеризующая способность студента обобщать и систематизировать теоретические и практические знания по дисциплине и решать практико-ориентированные задачи). Полученная балльная оценка по дисциплине переводится в дифференцированную оценку. Экзамены проводятся в устной форме с письменной фиксацией ответов обучающихся.

Вид, место и количество реализуемых по дисциплине процедур оценивания определено в рабочей программе дисциплины и годовых рабочих учебных планах. Описание показателей, критериев и шкал оценивания по всем видам учебных работ и контрольных мероприятий приведено в разделе 3 фонда оценочных средств по дисциплине.

Разработка оценочных средств и реализация процедур оценивания регламентируются локальными нормативными актами.