

**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.

«01» ноября 2023г.



**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ПОВЫШЕНИЯ
КВАЛИФИКАЦИИ «ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ»
(нормативный срок обучения 250 ак. часов)**

г. Москва-2023г.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧИХ ПРОГРАММ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

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

Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	Базовые положения телесно-ориентированной терапии	50	50	-	-
1.1.	Концепция мышечного панциря В. Райха	10	10	-	-
1.2.	Биоэнергетический подход А. Лоуэна	10	10	-	-
1.3.	Структура терапевтической сессии в телесно-ориентированной терапии	10	10	-	-
1.4.	Противопоказания работы с клиентами в телесно-ориентированной терапии	5	5	-	-
1.5.	Феноменологические подходы к категоризации проблематики и диагностики в психотерапевтической работе с телом	9	9	-	-
1.6.	Этика телесно-ориентированного психолога	5	5	-	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

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.

Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю

1. Структура терапевтической сессии.
2. Противопоказания в работе телесного психотерапевта.
3. Биоэнергетический подход А. Лоуэна

Критерии оценки промежуточной аттестации:

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и более.
Не зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и менее

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

Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторн ые занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	Работа с телом в различных подходах телесно-ориентированной терапии	40	25	15	-
1.1.	Особенности (нормы и патологии) анатомических проявлений в теле	3	3	-	-
1.2.	Базовые приемы био-энерго-система-терапии (БЭСТ) Е. Зуева	3	3	-	-
1.3.	Функциональные подходы в ТОТ	4	4	-	-
1.4.	Особенности функциональных подходов в ТОТ	3	3	-	-
1.5.	Работа со схемой тела	4	4	-	-
1.6.	Работа с образами в ТОТ	4	4	-	-
1.7.	Применение метафор для работы с телом	15	-	15	-
1.8.	Психосоматические проявления в теле	3	3	-	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

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.

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.

Критерии оценки промежуточной аттестации:

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и более.
Не зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и менее

**4.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 3.
 ПРИМЕНЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ТЕХНИК В РАБОТЕ С ТЕЛОМ
 Учебно-тематический план учебного модуля**

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	Применение различных техник в работе с телом	66	30	36	-
1.1.	Теория пяти элементов телесности	4	4	-	-
1.2.	Техники чувственного осознания и структурной интеграции опыта	4	4	-	-
1.3.	Применение дыхательных техник	4	4	-	-
1.4.	Техники процессуальной терапии А. Минделла	4	4	-	-
1.5.	Техники телесного транса	5	5	-	-
1.6.	Применение медитативных техник	5	5	-	-
1.7.	Техники работы с движениями и с ощущениями	5	5	36	-
	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.

Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю

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

Критерии оценки промежуточной аттестации:

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и более.
Не зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и менее

**4.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 4.
СПОСОБЫ РАБОТЫ С МЫШЕЧНЫМ НАПРЯЖЕНИЕМ**
Учебно-тематический план учебного модуля

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	Способы работы с мышечным напряжением	50	25	25	-
1.1.	Применение холистического пульсационного массажа Т. Браунинг	3	3	-	-
1.2.	Бодинамика Л. Марчер	3	3	-	-
1.3.	Техники мышечной релаксации и саморегуляции	3	3	-	-
1.4.	Практики снятия напряжения с затылка и шеи	3	3	-	-
1.5.	Глубокие массажные техники для работы с плечами, руками и грудным сегментом	4	4	-	-
1.6.	Массажные техники для работы со спиной	4	4	-	-
1.7.	Практики для работы с тазовым сегментом	4	4	25	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

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.

Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю

Критерии оценки промежуточной аттестации:

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и более.
Не зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и менее

**4.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО МОДУЛЯ 5.
СПЕЦИФИКА РАБОТЫ В ТОТ
Учебно-тематический план учебного модуля**

№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов	Аудиторные занятия, час.		СРС
			ЛЗ	ПЗ	
1.	Специфика работы в ТОТ	40	25	15	-
1.1.	Понятие травмы. Причины возникновения	3	3	-	-
1.2.	Особенности работы с травмой	3	3	-	-
1.3.	Техники и практики для работы с травмой	3	3	-	-
1.4.	Интегративная модель телесно-ориентированного подхода	3	3	-	-
1.5.	Виды и особенности интегративных практик в ТОП	3	3	-	-
1.6.	Биосинтетические интегративные практики	3	3	-	-
1.7.	Телесно-ориентированный тренинг как групповая форма работы в ТОП	3	3	-	-
1.8.	Способы «встраивания» телесно-ориентированной работы в имеющийся профессиональный опыт консультанта	3	3	15	-
	Промежуточная аттестация. Зачет	1	1	-	-

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 ТОТ. 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.

Примерные вопросы для промежуточной аттестации по учебному модулю

Критерии оценки промежуточной аттестации:

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и более.
Не зачтено	правильные ответы выполнены на 65% и менее