

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Ермакова Виктория Павловна
 Должность: Директор школы авангардного гостеприимства и инноваций (ШАГИ)
 Сочи), проректор
 Дата подписания: 19.02.2026 18:38:43
 Уникальный программный ключ:
 e54076e55b73117661ddd57c83d3046810654e

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
 «Сочинский государственный университет»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Практическая телесно-ориентированная психология

Шифр и направление подготовки	37.03.01 Психология
Квалификация (степень) выпускника	бакалавр
Профиль подготовки бакалавра	Прикладная и практическая психология
Форма обучения	Очно-заочная
Выпускающая кафедра	Общей психологии и социальных коммуникаций
Кафедра-разработчик рабочей программы	Общей психологии и социальных коммуникаций
Год набора	2021

Семестр	Трудоёмкость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточного контроля (экс./зачет)
9	108/3	16	24	-	32	-	Экзамен (36)
Итого:	108/3	16	24	-	32	-	Экзамен (36)

Сочь 2021г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины **Практическая телесно-ориентированная психология**
Рабочую программу составили:

Новикова С.С., к.п.н., доцент каф. ОПиСК



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА:

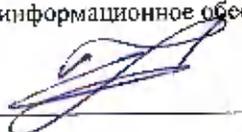
Заведующий кафедрой



Шуванов И.Б.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует библиотечному фонду
СГУ:

Директор НОБ



Мысина Е.В.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям:

Отдел качества образования и
методического обеспечения



Васильевская В.В.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2022-2023 учебный год, протокол № 1 заседания кафедры от «29» августа 2022 г.

Без изменений

Заведующий кафедрой ОПиСК



_____/Шуванов И.Б./

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2023-2024 учебный год, протокол № 8 заседания кафедры от «14» марта 2023 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Без изменений

Заведующий кафедрой ОПиСК



_____/Шуванов И.Б./

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2024-2025 учебный год, В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Без изменений

Заведующий кафедрой ОПиСК



_____/Шуванов И.Б./

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2025-2026 учебный год, протокол № 8 заседания кафедры от «16» апреля 2024 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Без изменений

Заведующий кафедрой ОПиСК



_____/Шуванов И.Б./

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование и развитие научных психологических знаний у студентов в области практической телесно-ориентированной психологии и овладение приемами и техниками практической телесно-ориентированной психологии

Задачи:

- Знакомство с концепциями практической телесно-ориентированной психологии (ПТОП);
- Изучение основных понятий ПТОП;
- Изучение основных методов практической телесно-ориентированной психологии (ПТОП);
- Знакомство с основными принципами и путями работы в ПТОП
- Формирование умения использовать приемы ПТОП в работе.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Практическая телесно-ориентированная психология» относится к Блоку 1 «Дисциплины (модули)», *обязательной части* учебного плана.

Таблица 1 – Дисциплины, участвующие в формировании компетенции

Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт Анатомия ЦНС Производственная практика в образовательных организациях Производственная практика в профильных организациях
ОПК-4Способен 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	Нейропсихология Общая психология Психология личности Социальная психология Психология развития и возрастная психология Психофизиология Основы специальной психологии Основы практической консультативной психологии Психогенетика Психология безопасности Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
ОПК-5 Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	Анатомия ЦНС Нейропсихология Педагогическая психология Психофизиология Основы специальной психологии Основы практической консультативной психологии Учебно-ознакомительная практика Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
ОПК-7 Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией	Основы практической консультативной психологии Адаптационный тренинг Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Компетенции и индикаторы их достижения		Результат обучения по дисциплине (показатели освоения компетенций)
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	Знать: индивидуально-психологические свойства субъекта социального взаимодействия; основные теории лидерства; стили лидерства и возможности их применения в различных ситуациях Уметь: организовать собственное социальное взаимодействие в команде Владеть: приемами межличностного взаимодействия
	УК-7.2 Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	Знать: основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности Уметь: учитывать внешние и внутренние условия реализации конкретной профессиональной деятельности Владеть: здоровьесберегающих технологиями
	УК-7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	Знать: методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования Уметь: укреплять индивидуальное здоровье, физически самосовершенствоваться Владеть: приемами планирования собственных действий методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
ОПК-4 Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе людям с ограниченными возможностями	ОПК-4.1 Знает основные теоретические психологические подходы к реализации форм психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций и при осуществлении инклюзивного образования в работе с лицами с ОВЗ.	Знать: подходы к реализации форм психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций и при осуществлении инклюзивного образования в работе с лицами с ОВЗ. Уметь: оказывать психологическую помощь для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций и при осуществлении инклюзивного образования в работе с лицами с ОВЗ. Владеть: форм психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций

Компетенции и индикаторы их достижения		Результат обучения по дисциплине (показатели освоения компетенций)
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
здоровья и при организации инклюзивного образования	ОПК-4.2 Владеет практическими методами и приемами осуществления стандартных, базовых процедур оказания психологической помощи отдельным лицам, групп населения и (или) организациям и при осуществлении работы с лицами с ОВЗ.	Знать: о проблемах психофизического развития, задержках психического развития, нормальном и аномальном развитии личности Уметь: определять проблема психофизического развития, задержках психического развития, нормальном и аномальном развитии личности: Владеть: диагностикой проблем психофизического развития, задержках психического развития, нормальном и аномальном развитии личности
	ОПК-4.3 Применяет методы оказания психологической помощи индивидам, группам (категориям) лиц в трудных и критических жизненных ситуациях.	Знать: методы оказания психологической помощи индивидам, группам (категориям) лиц в трудных и критических жизненных ситуациях. Уметь: применять методы оказания психологической помощи индивидам, группам (категориям) лиц в трудных и критических жизненных ситуациях. Владеть: навыками оказания психологической помощи индивидам, группам (категориям) лиц в трудных и критических жизненных ситуациях.
ОПК-5 Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	ОПК-5.1 Знает принципы организации и планирования конкретных мероприятий профилактического, коррекционно-развивающего и реабилитационного характера с различными группами (категориями) лиц и индивидуально.	Знать: основные принципы практической телесно-ориентированной психологии Уметь: строить стратегию в работе с клиентом; Владеть: самостоятельно анализировать случаи, возникающих в практической работе психолога
	ОПК-5.2 Владеет формами и методами технической реализацией мероприятий профилактической, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы.	Знать: основные теории практической телесно-ориентированной психологии; Уметь: диагностировать проблематику клиента в практической телесно-ориентированной психологии; Владеть: основными методами практической телесно-ориентированной психологии
	ОПК-5.3 Реализует мероприятий профилактической, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы индивидуально и с группами (категориями) лиц.	Знать: - базовые понятия ПТОП; - основные принципы отбора техник для практической телесно-ориентированной психологии; Уметь: подбирать методы и техники работы с телом или телесной метафорой, адекватные клиентскому запросу; Владеть: Примененне техник практической телесно-ориентированной психологии в работе с детьми
ОПК-7 Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том	ОПК-7.1 Владеет способами поддержания и развития профессионализма и компетенции.	Знать: способы поддержания и развития профессионализма и компетенции Уметь: развивать компетенции Владеть: владеет способами поддержания и развития профессионализма и компетенции.

Компетенции и индикаторы их достижения		Результат обучения по дисциплине (показатели освоения компетенций)
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
числе за счет понимания и готовности работать под супервизией	ОПК-7.2 Реализует профессиональное развитие и развитие уровня профессиональной компетенции	Знать: особенности профессионального развития и развитие уровня профессиональной компетенции Уметь: Реализовать профессиональное развитие и развить профессиональные компетенции Владеть: приемами планирования собственных действий и координацией общих действий для достижения общих поставленных целей
	ОПК-7.3 Применяет постоянное профессиональное развитие, в том числе под супервизией.	Знать: особенности супервизии Уметь: проводить супервизии Владеть: приемами супервизии

4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов

№ раздела, темы	Наименование модуля (раздела, темы) дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы				
		Всего часов	Контактная работа			СРС
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1	Введение в практическую телесно-ориентированную психологию	8	2	2	-	4
2	Этика при работе в практической телесно-ориентированной психологии.	8	2	2	-	4
3	Обзор школ в современной практической телесно-ориентированной психологии	8	2	4	-	4
4	Соматическая вегетотерапия Вильгельма Райха	8	2	2	-	4
5	Биоэнергетика Александра Лозна	10	2	4	-	4
6	Телесное осознание Мойше Фельденкрайза	10	2	2	-	4
7	Диагностика в практической телесно-ориентированной психологии	10	2	4	-	4
8	Детско-родительские отношения в практической телесно-ориентированной психологии	10	2	4	-	4
9	экзамен	36				
ИТОГО:		108	16	24		32

4.1.1. Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
1	Введение в практическую телесно-ориентированную психологию	История становления и развития ПТОП, основные положения, направления Существующие определения Общие факторы психотерапии Понятие телесно-ориентированной психотерапии (разведение понятий «работа с телом», «телесные техники» и т.п.) Преимущества и ограничения ПТОП, сочетание с другими направлениями психотерапии области применения ПТОП (психокоррекция, психотерапия, саморазвитие и личностный рост, психосоматические заболевания, аддиктивное поведение, психологические травмы различного вида) Представление о терапевтической эффективности ПТОП Западная и восточная парадигмы отношения к телу Истоки формирования ТОП (анатомия, физиология, философия) Базовые понятия (социальное и животное тело; энергия; контакт; образ тела, схема тела, структура тела; телесная метафора; блок и зажим; проблемная анатомия; топография тела)
2	Этика при работе в практической телесно-ориентированной психологии.	Этические принципы и правила Соблюдение границ Контракт в ПТО Особенности работы с определенным контингентом (дети, подростки соматические больные и т.п.) Знания, необходимые терапевту для работы ПТОП Рамки процесса (контракт) Диагностика (сбор информации, способ фиксации, использование и анализ) Разведение понятий «считывание телесной информации» и «диагностика» Стратегии (работа с запросом истинным и предъявляемым, ведение клиента, активность терапевта – Райх “Нужно идти так долго, как хочет клиент, а потом сделать еще один шаг вперед”) Трансфер (представление об особенностях переноса контрпереноса при работе в телесно-ориентированной психотерапии) Понятие проективной идентификации, соматического резонанса: разница, безопасность Психологическая защита клиента (особенно пограничного) в виде проективной идентификации Психологическая защита терапевта Групповая и индивидуальная ПТОП
3	Обзор школ в современной практической телесно-ориентированной психологии	Теоретические обоснования и методология в подходах Общее и различное в школах и подходах западной ПТОП (вегетотерапия В.Райха, биоэнергетика А.Лоуэна, биодинамика Г.Боуэнна, бодинамика Л.Марчер, процессуальная терапия А.Минделла, биосинтез Д.Боаделлы, соматическая психология П.Левина, телесное осознание М.Фельденкрайза, рольфинг И.Рольф, Розен-метод, биоэнергетическая стимуляция тела (БЭСТ) Е.Зуева, метод телесной интеграции Ф.Александера, плазменная терапия А.Янова) восточные подходы и направления (йога, цигун-терапия, аюрведа, цалунг, шаманские техники, телесные медитации и др.), Интегративные направления в современной телесно-ориентированной психотерапии
4	Соматическая вегетотерапия Вильгельма Райха	Усвоение концепции вегетотерапии Усвоение понятийного аппарата данного направления Практическое усвоение технических приемов и подходов вегетотерапии Практика телесной диагностики и «восстановления личной истории» по Райху Основные понятия, введенные в телесно-ориентированную психотерапию В.Райхом: Опора Энергия (телесная энергия - оргазмическая энергия – оргонная энергия) Базовая (ядерная) проблема Мышечный зажим, блок, вторичная блокировка Мышечный панцирь и панцирь характера Структура панциря и структура характера Психосоматическая медицина Телесный паттерн и формирование типа личности Психологический рост Основные положения выдвинутой В.Райхом

5	Биоэнергетика Александра Лозна	Базовые представления Биоэнергетические способы раскрытия энергии: увеличение состояния вибрации тела, заземление, углубление дыхания, обострение сознания, расширение репертуара выражения (двигательных паттернов) типы характеров: оральные, мазохистский, истерический, фаллически-нарциссический, пассивно-женственный, шизоидный, шизофренический Самостоятельная клиентская работа с супервизией
6	Телесное осознание Мойше Фельденкрайза	Осознание через движение Образ себя состоит из 4 компонентов: ощущение, чувствование, движение, мышление Двигательный (мышечный) образ себя имеет особенности: уникальность основан на наблюдении меньше, чем наши потенциальные возможности расхождение его с реальностью может достигать 300% полный образ себя - идеальное состояние для человека Образ себя легче изменить через компонент движения, так как: движение легче различить опыт движений более богат всякая деятельность есть движение дыхание – движение движение - основа сознания и т.п. Это изменение возможно только в бодрствующем состоянии. Существуют три состояния бытия: сон, бодрствование и осознание (что именно я делаю). Сознание - задержка между мыслью и действием.
7	Диагностика в практической телесно-ориентированной психологии	Представление о диагностике проблематики клиента в ПТОП: проблемная картография и динамический анализ. Диагностика в бодинамике. Диагностика по паттернам дыхания, предложенная Выховски. Возможности тестирования в телесно - ориентированной психотерапии. Рисуночный тест «Человек». Диагностика по напряженным позам: сбалансированность, ригидность, сверхгибкость, фрагментарность. Структурная диагностика
8	Детско-родительские отношения в практической телесно-ориентированной психологии	Детско-родительские отношения: содержание понятие, специфика работы. Особенности регресса в индивидуальной и групповой работе. Способы выхода из регрессивного состояния. Работа с эмбриональным и перинатальным периодам в ТОП родительское ожидание работа с границами в, виды границ сепарация: этапы, проблемы зависимости. Формирование структуры характера Модели родительского поведения и формирующие структуры, основные темы, защиты, манипуляции. Специфика переноса и контрпереноса. Прием телесной метафоры

4.1.1 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
1	Введение в практическую телесно-ориентированную психологию	История становления и развития ПТОП, основные положения, направления Существующие определения Общие факторы психотерапии Понятие телесно-ориентированной психотерапии (разведение понятий «работа с телом», «телесные техники» и т.п.) Преимущества и ограничения ПТОП, сочетание с другими направлениями психотерапии области применения ПТОП (психокоррекция, психотерапия, саморазвитие и личностный рост, психосоматические заболевания, аддиктивное поведение, психологические травмы различного вида) Представление о терапевтической эффективности ПТОП Западная и восточная парадигмы отношения к телу Истоки формирования ТОП (ачагемия, физиология, философия) Базовые понятия (социальное и животное тело; энергия; контакт; образ тела, схема тела, структура тела; телесная метафора; блок и зажим; проблемная анатомия; топография тела)

2	<p>Этика при работе в практической телесно-ориентированной психологии.</p>	<p>Этические принципы и правила Соблюдение границ Контракт в ПТО Особенности работы с определенным контингентом (дети, подростки соматические больные и т.п.) Знания, необходимые терапевту для работы ПТОП Рамки процесса (контракт) Диагностика (сбор информации, способ фиксации, использование и анализ) Разведение понятий «считывание телесной информации» и «диагностика» Стратегии (работа с запросом истинным и предъявляемым, ведение клиента, активность терапевта – Райх “Пужно идти так долго, как хочет клиент, а потом сделать еще один шаг вперед”) Трансфер (представление об особенностях переноса контриереноса при работе в телесно-ориентированной психотерапии) Понятие проективной идентификации, соматического резонанса: разница, безопасность Психологическая защита клиента (особенно пограничного) в виде проективной идентификации Психологическая защита терапевта Групповая и индивидуальная ПТОП</p>
3	<p>Обзор школ в современной практической телесно-ориентированной психологии</p>	<p>Теоретические обоснования и методология в подходах Общее и различное в школах и подходах западной ПТОП (вегетотерапия В.Райха, биоэнергетика А.Лоуэна, бодипамика Г.Боуэна, бодичамика Л.Марчер, процессуальная терапия А.Минделла, биосинтез Д.Боаделлы, соматическая психология П.Левина, телесное осознание М.Фельденкрайза, рольфинг И.Рольф, Розен-метод, биоэнергетическая стимуляция тела (БЭСТ) Е.Зуева, метод телесной интеграции Ф.Александера, плазменная терапия А.Янова) восточные подходы и направления (Йога, цигун-терапия, аюрведа, цалунг, шаманские техники, телесные медитации и др.). Интегративные направления в современной телесно-ориентированной психотерапии</p>
4	<p>Соматическая вегетотерапия Вильгельма Райха</p>	<p>Усвоение концепции вегетотерапии Усвоение понятийного аппарата данного направления Практическое усвоение технических приемов и подходов вегетотерапии Практика телесной диагностики и «восстановления личной истории» по Райху Основные понятия, введенные в телесно-ориентированную психотерапию В.Райхом: Онора Энергия (телесная энергия - оргазмическая энергия – оргонная энергия) Базовая (ядерная) проблема Мышечный зажим, блок, вторичная блокировка Мышечный панцирь и панцирь характера Структура панциря и структура характера Психосоматическая медицина Телесный паттерн и формирование типа личности Психологический рост Основные положения выдвинутой В.Райхом</p>
5	<p>Биоэнергетика Александра Лоуэна</p>	<p>Базовые представления Биоэнергетические способы расщепления энергии:увеличение состояния вибрации тела, заземление, углубление дыхания, обострение сознания, расширение репертуара выражения (двигательных паттернов) типы характеров: оральный, мазохистский, истерический, фаллически-нарциссический, пассивно-женственный, шизоидный, шизофренический Самостоятельная клиентская работа с сунервизией</p>
6	<p>Телесное осознание Мойше Фельденкрайза</p>	<p>Осознание через движение Образ себя состоит из 4 компонентов: ощущение, чувство, движение, мышление Двигательный (мышечный) образ себя имеет особенности: уникальность основан на наблюдении меньше, чем наши потенциальные возможности расхождение его с реальностью может достигать 300% полный образ себя - идеальное состояние для человека Образ себя легче изменить через компонент движения, так как: движение легче различить опыт движений более богат всякая деятельность есть движение дыхание – движение движение - основа сознания и т.п. Эти изменения возможно только в бодрствующем состоянии. Существуют три состояния бытия: сон, бодрствование и</p>

		сознание (что именно я делаю). Сознание - задержка между мыслью и действием.
7	Диагностика в практической телесно-ориентированной психологии	Представление о диагностике проблематики клиента в ПТОП: проблемная картография и динамический анализ. Диагностика в бодинамике. Диагностика по паттернам дыхания, предложенная Выховски. Возможности тестирования в телесно - ориентированной психотерапии. Рисуночный тест «Человек». Диагностика по напряженным позам: сбалансированность, ригидность, сверхгибкость, фрагментарность. Структурная диагностика
8	Детско-родительские отношения в практической телесно-ориентированной психологии	Детско-родительские отношения: содержание понятие, специфика работы. Особенности регресса в индивидуальной и групповой работе. Способы выхода из регрессивного состояния. Работа с эмбриональным и перинатальном периодам в ТОП родительское ожидание работа с границами в, виды границ сепарация: этапы, проблемы зависимости. Формирование структуры характера Модели родительского поведения и формирующие структуры, основные темы, защиты, манипуляции. Специфика переноса и контрпереноса. Прием телесной метафоры

4.1.2 Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом

4.1.3 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Вид СРС
1	Введение в практическую телесно-ориентированную психологию	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
2	Этика при работе в практической телесно-ориентированной психологии.	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
3	Обзор школ в современной практической телесно-ориентированной психологии	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
4	Соматическая вегетотерапия Вильгельма Райха	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
5	Биоэнергетика Александра Лозна	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
6	Телесное осознание Мойше Фельденкрайза	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
7	Диагностика в практической телесно-ориентированной психологии	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу
8	Детско-родительские отношения в практической телесно-ориентированной психологии	изучение вопросов лекции чтение учебника подготовка к устному опросу

4.1.1 Интерактивные формы занятий – не предусмотрены учебным планом

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Литература

1. Дереча, Г. И. Патопсихологические основы соматоформных расстройств и психотерапевтические подходы их коррекции : информационно-методическое письмо / Г. И. Дереча, С. В. Балашова ; под редакцией В. А. Дереча. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2007 — 38 с. — ISBN 2227-8397. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/21843.html> (дата обращения: 20.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный.
2. Козлов, В. В. Клиническая трансперсональная психотерапия / В. В. Козлов, Б. Ю. Приденокий, А. В. Приленская. — Саратов : Вузовское образование, 2014 — 276 с. — ISBN 2227-8397. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/18341.html> (дата обращения: 20.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный. 71

3. Пикитин, В. Н. Онтология телесности. Смыслы, парадоксы, абсурд : монография / В. Н. Пикитин. — Москва : Когито-Центр, 2006 — 320 с. — ISBN 5-89353-168-X. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/3855.html> (дата обращения: 20.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный.

4. Никитин, В. Н. Пластикодрама. Новые направления в арт-терапии / В. Н. Никитин. — Москва : Когито-Центр, 2003 — 183 с. — ISBN 5-89353-104-3. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/15569.html> (дата обращения: 20.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный

5. Труфанова, О. К. Основы психосоматической психологии : учебное пособие / О. К. Труфанова. — Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2008 — 128 с. — ISBN 978-5-9275-0422-0. — URL: <https://znanium.com/catalog/product/549864> (дата обращения: 20.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. — Текст : электронный.

Современные профессиональные базы данных (СПБД) и информационные справочные системы (ИИС)

Таблица 4 – Перечень современных профессиональных баз данных (СПБД) и информационные справочные системы (ИИС)

№	Наименование СПБД
1	ScienceDirect : полнотекстовая база данных / издательство Elsevier. — URL: https://www.sciencedirect.com/ (дата обращения: 10.12.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.
2	SpringerNature : полнотекстовая база данных / Springer Nature Switzerland AG. Part of Springer Nature. — URL: https://link.springer.com/ (дата обращения: 10.12.2019). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.
3	КонсультантПлюс : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». — Москва, [1997-]. — Режим доступа: локальная сеть СГУ. — Текст : электронный.
	Наименование ИИС
1	Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. — Сочи, [2017-]. — URL: http://lib.sutg.ru/ (дата обращения: 10.12.2019). — Текст : электронный.

4.2.2 Нормативные документы (при наличии)

4.2.3 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

Таблица 5 – Интернет-ресурсы и электронные информационные источники

№	Наименование интернет-ресурсов и электронных информационных источников
1.	Электронная библиотека: библиотека диссертаций : сайт / Российская государственная библиотека. — Москва : РГБ, 2003 — . — URL: http://diss.rsl.ru/?lang=ru (дата обращения: 10.04.2021). — Режим доступа: для зарегистрир. читателей РГБ. — Текст : электронный.
2.	IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». — Саратов, [2010-]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/ (дата обращения: 10.04.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.
3.	Znaniium.com : электронно-библиотечная система / ЭБС Znaniium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». — Москва, [2011-]. — URL: http://znaniium.com/ (дата обращения: 10.04.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

4.	Сервис и туризм : тематическая коллекция / ЭБС Book.ru. – Москва, 2010 – . – URL: https://www.book.ru/cat/578/1 (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
5.	Комплект Сочинского государственного университета / ЭБС «Консультант студента» ; ООО «Политехресурс» – Электронная библиотека технического вуза. – Москва : Политехресурс, 2013 – . – URL: http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/x2019-138.html (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
6.	Электронная библиотека Grebennikov / Издательский дом «Гребенников». – Москва, 1993. – . – URL: https://www.grebennikov.ru/ (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
7.	Коллекция Сочинского государственного университета / образовательная платформа «Юрайт» ; ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2013 – . – URL: https://urait.ru/catalog/organization/DE41FE6D-0B08-4394-B225-3DD636CCCE1F (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
8.	Сетевая электронная библиотека классических университетов / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, 2009 – . – URL: https://e.lanbook.com/ (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
9.	Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ. – Москва, [2004-]. – Режим доступа: https://rusneb.ru (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
10.	Президентская библиотека им. Б. Н. Ельцина : сайт / Управление делами президента Российской Федерации. – Санкт-Петербург, 2009 – . – URL: https://www.prlib.ru/about (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для зарегистрир. читателей Президентской библиотеки. – Текст: электронный.
11.	Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, [1997-]. – URL https://polpred.com/ (дата обращения: 10.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

5

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине. Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине;
- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине.

Примерные вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:

1. -История становления и развития ПТОП основные положения, направления;
2. -Существующие определения;
3. -Общие факторы психотерапии;
4. -Понятие телесно-ориентированной психотерапии (разведение понятий «работа с телом», «телесные техники» и т.п.);
5. - Преимущества и ограничения ПТОП, сочетание с другими направлениями психотерапии
6. - Области применения ПТОП (психокоррекция, психотерапия, саморазвитие и личностный рост, психосоматические заболевания, аддиктивное поведение, психологические травмы различного вида);
7. - Представление о терапевтической эффективности ПТОП;
8. - Западная и восточная парадигмы отношения к телу;
9. - Истоки формирования ПТОП (анатомия, физиология, философия);
10. - Базовые понятия (социальное и животное тело; энергия; контакт; образ тела, схема тела, структура тела);
11. - Телесная метафора; блок и зажим; проблемная анатомия; топография тела).
12. Этика при работе в телесно-ориентированной психотерапии. Понятие психотерапевтического процесса
13. - Этические принципы и правила;
14. - Соблюдение границ Контакт в ПТОП;
15. - Особенности работы с определенным контингентом (дети, подростки, соматические больные и т.п.);
16. - Знания, необходимые терапевту для работы в ПТОП Рамки процесса (контракт) Диагностика (обор информации, способы фиксации, использование и анализ);

17. - Разведение понятий «считывание телесной информации» и «диагностика»;
18. - Стратегии (работа с запросом истинным и предъявляемым, ведение клиента, активность терапевта;
19. - Трансфер (представление об особенностях переноса и контрпереноса при работе в телесно-ориентированной психотерапии);
20. - Понятие проективной идентификации, соматического резонанса: разница, безопасность;
21. - Психологическая защита клиента (особенно пограничного) в виде проективной идентификации;
22. - Психологическая защита терапевта;
23. - Групповая и индивидуальная ТОП. Особенности и правила работы.
24. Обзор школ в современной телесно-ориентированной психотерапии;
25. - Теоретические обоснования и методология в подходах;
26. - Общее и различное в школах и подходах западной ПТОП;
27. - (вегетотерапия В.Райха, биоэнергетика А.Лоуэна, биодинамика Г.Боуэнна, биодинамика Л.Марчер;
28. - процессуальная терапия А.Минделла, биосинтез Д.Боаделлы, соматическая психология П.Левина;
29. - телесное осознание М.Фельденкрайза, рольфинг И.Рольф, Розен-метод, биоэнергетическая стимуляция тела (БЭСТ) Е.Зуева;
30. - метод телесной интеграции Ф.Александера, илазменная терапия А.Янова);
31. восточные подходы и направления (йога, цигун-терапия, аюрведа, палунг, шаманские техники, телесные медитации и др.);
32. - Интегративные направления в современной телесно-ориентированной психотерапии.

5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины

В течение семестра студенты осуществляют учебные действия на лекционных и практических занятиях, выполняют практические задания по указанию преподавателя, усваивают и повторяют основные понятия. Практические занятия и самостоятельная работа студентов осуществляются в соответствии с графиком проведения занятий и самостоятельной работы студентов.

Чтение лекций построено на непосредственном обращении к студентам, живом общении, вовлечении студентов в обсуждение спорных вопросов. Лекционный материал выдается в мультимедийной форме с использованием презентаций и учебного видеоматериала. Характер и количество задач, решаемых на практических занятиях, определяются преподавателем, ведущим занятия. Контроль эффективности самостоятельной работы студентов осуществляется путем проверки решения ими учебных заданий и практических задач, выполнения домашних заданий, предусмотренных для самостоятельной отработки с дальнейшим групповым обсуждением.

Самостоятельная работа студентов подразумевает выполнение заданий, развивающих и укрепляющих навыки поиска, оценки, отбора и изложения информации.

Самостоятельный контроль знаний проводится регулярно с помощью вопросов к разделам в учебниках, вопросов к темам лекций, тестовым заданиям по темам, проверки знаний основных терминов.

Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям. Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с литературой. Изучение дисциплины предполагает отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

Методические рекомендации студентам по подготовке докладов.

При подготовке к докладу по теме, указанной преподавателем, студент должен ознакомиться с литературой, а также с последними публикациями по этой тематике в сети Интернет. Необходимо подготовить текст доклада и иллюстративный материал в виде презентации. Доклад должен включать введение, основную часть и заключение. На доклад отводится 7-10 минут учебного времени. Он должен быть научным, конкретным, определенным, глубоко раскрывать проблему и пути ее решения.

Методические рекомендации по подготовке студентов к проведению обсуждения

Обсуждение является одним из средств текущего контроля и рекомендуется использовать для проверки и оценивания знаний, умений и навыков студентов, полученных в ходе занятий по освоению определенной темы дисциплины «Практическая телесно-ориентированная психология». Обсуждение проводится устно в виде самостоятельного ответа студентов на вопросы преподавателя. Рекомендуется использовать данное средство оценки после завершения теоретической части. Данное средство позволяет

оценить умение студента устно изложить суть проблемы, применить теоретические междисциплинарные знания для анализа проблемы, сделать выводы и высказать собственную точку зрения по данному вопросу.

Во время обсуждения оценивается способность студента правильно сформулировать ответ, умение выражать свою точку зрения по данному вопросу, ориентироваться в терминологии и применять полученные в ходе лекций и практик знания.

Проведение обсуждения предусмотрено во время аудиторной работы студентов. Список вопросов для обсуждения приведен в фонде оценочных средств.

Методические рекомендации студентам по подготовке к экзамену

При подготовке к экзамену необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине «Практическая телесно-ориентированная психология». Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе и включенные в экзаменационные требования, выносятся на самостоятельное изучение.

На экзамене студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. Студент также должен показать знания учебных пособий разных лет, умение их аннотировать, знакомство с материалами новейших исследований. При подготовке к ответу на экзамене студенту разрешено пользоваться программой по курсу. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, педагог имеет право задать ему ряд вопросов, стимулирующих студентов к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается. Монологические высказывания студентов должны соответствовать сути вопроса, быть логически выстроенными, доказательно раскрывать отношение отвечающего к излагаемой проблеме, выявлять личную точку зрения на использование тех или иных положений теоретического курса в практической работе.

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование навыков, умений и знаний, приемов познавательной деятельности и обеспечивает интерес к творческой работе.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, программы, плана задания или работы;

- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы для ознакомления и написания сообщений;

- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине.

Мерами по обеспечению выполнения обучающимися всех видов самостоятельной работы являются:

- наличие помещений для СРС;

- обеспечение средствами вычислительной техники, программное обеспечение;

- наличие раздаточного материала, комплектов индивидуальных заданий, учебно-методических материалов, тем рефератов со списком рекомендуемой литературы, рекомендаций по решению типовых задач, образцов отчетов о выполнении СРС и т.п.;

- обеспечение учебно-методической и справочной литературой всех видов самостоятельной работы.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

Преподавание дисциплины ведется с применением элементов следующих видов образовательных технологий: традиционного (объяснительно-иллюстративного) и развивающего (проблемного) обучения: 1) чтение лекций с применением аудиовизуальных технических средств; 2) проведение практических занятий с обсуждением вопросов лекции, решением проблемных ситуаций.

Преподавание дисциплины ведется с применением:

1. Информационных технологий: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) при подготовке к лекциям и практическим работам;

2. Привлечением нормативных правовых источников, материалов исследований и периодической научной печати;

3. Интерактивных технологий: разбор конкретных ситуаций.

Методами изучения дисциплины являются: чтение лекций с разбором проблемных ситуаций, организация дискуссий при разборе конкретных ситуаций, самостоятельное изучение вопросов по темам дисциплины. Способами изучения дисциплины являются: участие студентов в решении проблем при прослушивании лекций, подготовка по вопросам к практическим занятиям, участие в дискуссии при обсуждении проблемных ситуаций.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Практические занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

Студенты в полном объеме обеспечены библиотечной учебной и учебно-методической литературой. Отдел справочно-библиографических и электронных систем библиотеки СГУ включает в свою структуру читальный зал электронных ресурсов.

Перечень лицензионного программного обеспечения

OS Microsoft Windows

Microsoft Office 2013 Professional Plus

Антивирус Касперского

Справочно-правовая система Консультант Плюс.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС СГУ.

5.5. Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

37.03.01 Психология
бакалавриат
Профиль: Прикладная и практическая психология
АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины
Практическая телесно-ориентированная психология
Обязательная
форма обучения – очно-заочная

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	3/108
Цель изучения дисциплины	формирование и развитие научных психологических знаний у студентов в области практической телесно-ориентированной психологии и овладение приемами и техниками практической телесно-ориентированной психологии
Содержание дисциплины	Введение в практическую телесно-ориентированную психологию Этика при работе в практической телесно-ориентированной психологии. Обзор школ в современной практической телесно-ориентированной психологии Соматическая вегетотерапия Вильгельма Райха Биоэнергетика Александра Лоэна Телесное осознание Мойше Фельденкрайза Диагностика в практической телесно-ориентированной психологии Детско-родительские отношения в практической телесно-ориентированной психологии
Формируемые компетенции (коды)	УК-7 ОПК-4 ОПК-5 ОПК-7
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	<p>УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни</p> <p>УК-7.2Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> <p>УК-7.3Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p> <p>ОПК-4.1Знает основные теоретические психологические подходы к реализации форм психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций и при осуществлении инклюзивного образования в работе с лицами с ОВЗ.</p> <p>ОПК-4.2Владеет практическими методами и приемами осуществления стандартных, базовых процедур оказания психологической помощи отдельным лицам, групп населения и (или) организациям и при осуществлении работы с лицами с ОВЗ.</p> <p>ОПК-4.3Применяет методы оказания психологической помощи индивидам, группам (категориям) лиц в трудных и критических жизненных ситуациях</p> <p>ОПК-5.1Знает принципы организации и планирования конкретных мероприятий профилактического, коррекционно-развивающего и реабилитационного характера с различными группами (категориями) лиц и индивидуально.</p> <p>ОПК-5.2Владеет формами и методами технической реализацией мероприятий профилактической, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы.</p> <p>ОПК-5.3Реализует мероприятий профилактической, коррекционно-развивающей и реабилитационной работы индивидуально и с группами (категориями) лиц.</p> <p>ОПК-7.1Владеет способами поддержания и развития профессионализма и компетенции.</p> <p>ОПК-7.2Реализует профессиональное развитие и развитие уровня профессиональной компетенции</p>

	ОПК-7.3Применяет постоянное профессиональное развитие, в том числе под супервизией.
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Физическая культура и спорт, Анатомия ЦНС, Нейропсихология, Общая психология, Психология личности, Социальная психология Психология развития и возрастная психология, Психофизиология, Основы специальной психологии, Основы практической консультативной психологии, Психогенетика Психология безопасности, Педагогическая психология, Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы), Учебно-ознакомительная практика Производственная практика в образовательных организациях Производственная практика в профильных организациях Преддипломная практика Адаптационный тренинг
Образовательные технологии	лекционные занятия, практические занятия, самостоятельная работа
Форма промежуточной аттестации	экзамен