

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 12.08.2026 14:45:42
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e3566146b8898094e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Институт психотерапии и клинической психологии»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Телесно-ориентированная психотерапия
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-2 Способен осуществлять деятельность по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья клиентов с негативными чувствами и состояниями, понимает психологические основы возникновения проблем социальных групп/ отдельных лиц (клиентов)	ПК-2.1 Разрабатывает стратегии психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения для социальных групп/отдельных лиц (клиентов) с широким спектром психологических состояний и расстройствами	знает стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с психосоматическими расстройствами	умеет разрабатывать стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с психосоматическими расстройствами	владеет стратегиями телесно-ориентированной психотерапии и планами реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с психосоматическими расстройствами
	ПК-2.2 Осуществляет деятельность по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья, коррекции отклонений в развитии личности, формированию здорового образа жизни социальных групп/ отдельных лиц (клиентов)	знает особенности деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с психосоматическими расстройствами в телесно-ориентированной психотерапии	умеет осуществлять деятельность по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с психосоматическими расстройствами в телесно-ориентированной психотерапии	владеет навыками осуществления деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с психосоматическими расстройствами в телесно-ориентированной психотерапии
	ПК-2.3 Организует и проводит индивидуальное и групповое психологическое консультирование по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья, коррекции отклонений в развитии личности, формированию здорового образа жизни клиентов с негативными чувствами и состояниями	знает особенности организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирования по коррекции психосоматических расстройств в телесно-ориентированной психотерапии	умеет организовать и проводить индивидуальное и групповое психологическое консультирование по коррекции психосоматических расстройств в телесно-ориентированной психотерапии	владеет основами организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирование по коррекции психосоматических расстройств в телесно-ориентированной психотерапии

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
ПК-2 Способен осуществлять деятельность по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья клиентов с негативными чувствами и состояниями, понимает психологические основы возникновения проблем социальных групп/ отдельных лиц (клиентов)		
ПК-2.1 Разрабатывает стратегии психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения для социальных групп/отдельных лиц (клиентов) с широким спектром психологических состояний и расстройствами		
Эволюция взглядов на возникновение психосоматических расстройств. Современное представление о психосоматике. Отличие психосоматических расстройств от иных телесных симптомов, соматизированных депрессий, конверсионных и ипохондрических расстройств. Взгляд В.Райха, Ф.Александера на психосоматику. Связь развития психосоматических расстройств с вегетативной нервной системой, системами внутренних органов. Роль семейной системы в формировании психосоматических расстройств	Дискуссия (.Л) Конспект (СРС)	знает стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с психосоматическими расстройствами
Физиологические механизмы формирования психосоматических расстройств. Формирование навыков телесной осознанности, заземления, центрирования. Связь эмоциональных факторов с развитием психосоматических расстройств. Телесные практики, направленные на осознание и выражение эмоций. Дыхательные практики как важный элемент работы с психосоматическими нарушениями. Нарушение границ как фактор, способствующий развитию психосоматических расстройств. Терапевтическая работа с границами	Упражнение на заземление «Капля + Обратная капля» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение на заземление «Гусеница» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт со своей силой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Глубоководная водоросль» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Динамическое центрирование» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Треугольник силы» (ПЗ)	умеет разрабатывать стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с психосоматическими расстройствами

	Отчет о работе (СРС) Упражнение «Чувства под контролем» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Стоп» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	
Психотерапевтическая работа с различными психосоматическими расстройствами методами телесно-ориентированной психотерапии в парах и малых группах. Профилактика психосоматических расстройств у людей помогающих профессий	Демонстрационная работа «Работа с психосоматическим запросом» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Телесная скульптура» (ПЗ) Отчет о работе(СРС) Ролевая игра «Контролируемое выражение сильных чувств» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	владеет стратегиями телесно-ориентированной психотерапии и планами реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с психосоматическими расстройствами
ПК-2.2 Осуществляет деятельность по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья, коррекции отклонений в развитии личности, формированию здорового образа жизни социальных групп/ отдельных лиц (клиентов)		
Эволюция взглядов на возникновение психосоматических расстройств. Современное представление о психосоматике. Отличие психосоматических расстройств от иных телесных симптомов, соматизированных депрессий, конверсионных и ипохондрических расстройств. Взгляд В.Райха, Ф.Александера на психосоматику. Связь развития психосоматических расстройств с вегетативной нервной системой, системами внутренних органов. Роль семейной системы в формировании психосоматических расстройств	Устный доклад (СРС)	знает особенности деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с психосоматическими расстройствами в телесно-ориентированной психотерапии
Физиологические механизмы формирования психосоматических расстройств. Формирование навыков телесной осознанности, заземления, центрирования. Связь эмоциональных факторов с развитием психосоматических расстройств. Телесные практики, направленные на осознание и выражение эмоций. Дыхательные практики как важный	Упражнение на заземление «Капля + Обратная капля» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение на заземление «Гусеница» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт со своей силой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	умеет осуществлять деятельность по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с психосоматическими расстройствами в телесно-ориентированной психотерапии

элемент работы с психосоматическими нарушениями. Нарушение границ как фактор, способствующий развитию психосоматических расстройств. Терапевтическая работа с границами	Упражнение «Глубоководная водоросль» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Динамическое центрирование» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Треугольник силы». (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Чувства под контролем» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Стоп» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	
Психотерапевтическая работа с различными психосоматическими расстройствами методами телесно-ориентированной психотерапии в парах и малых группах. Профилактика психосоматических расстройств у людей помогающих профессий	Демонстрационная работа «Работа с психосоматическим запросом» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Телесная скульптура» (ПЗ) Отчет о работе(СРС) Ролевая игра «Контролируемое выражение сильных чувств» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	владеет навыками осуществления деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с психосоматическими расстройствами в телесно-ориентированной психотерапии
ПК-2.3 Организует и проводит индивидуальное и групповое психологическое консультирование по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья, коррекции отклонений в развитии личности, формированию здорового образа жизни клиентов с негативными чувствами и состояниями		
Эволюция взглядов на возникновение психосоматических расстройств. Современное представление о психосоматике. Отличие психосоматических расстройств от иных телесных симптомов, соматизированных депрессий, конверсионных и ипохондрических расстройств. Взгляд В.Райха, Ф.Александера на психосоматику. Связь развития психосоматических расстройств с вегетативной нервной системой, системами внутренних органов. Роль семейной системы в формировании психосоматических расстройств	Устный доклад (СРС)	знает особенности организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирования по коррекции психосоматических расстройств в телесно-ориентированной психотерапии
Физиологические механизмы формирования психосоматических расстройств. Формирование	Упражнение на заземление «Капля + Обратная капля» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	умеет организовать и проводить индивидуальное и групповое психологическое консультирование по

навыков телесной осознанности, заземления, центрирования. Связь эмоциональных факторов с развитием психосоматических расстройств. Телесные практики, направленные на осознание и выражение эмоций. Дыхательные практики как важный элемент работы с психосоматическими нарушениями. Нарушение границ как фактор, способствующий развитию психосоматических расстройств. Терапевтическая работа с границами	Упражнение на заземление «Гусеница» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт со своей силой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Глубоководная водоросль» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Динамическое центрирование» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Треугольник силы» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Чувства под контролем» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Стоп» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	коррекции психосоматических расстройств в телесно-ориентированной психотерапии
Психотерапевтическая работа с различными психосоматическими расстройствами методами телесно-ориентированной психотерапии в парах и малых группах. Профилактика психосоматических расстройств у людей помогающих профессий	Демонстрационная работа «Работа с психосоматическим запросом» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Телесная скульптура» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра «Контролируемое выражение сильных чувств» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	владеет основами организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирование по коррекции психосоматических расстройств в телесно-ориентированной психотерапии

2.2. Типовые оценочные материалы текущего контроля

Оценочное средство	Типовое задание / содержание
Конспект	Вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме и последовательном изложении содержания прочитанного. Конспект - сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи

Лекция-дискуссия	Лекция-дискуссия – это форма обучения, в которой преподаватель и студенты обсуждают определенную тему, высказывают свои мнения и аргументы, задают вопросы и отвечают на них. Вот как может выглядеть ход участия в такой лекции: Вступление преподавателя. Преподаватель представляет тему лекции и объясняет ее актуальность и значимость. Он также может рассказать о целях и задачах лекции, о том, какие вопросы будут обсуждаться, и о том, как будет организована дискуссия. Определение основных понятий. Преподаватель может дать определения ключевым понятиям, которые будут использоваться в лекции, чтобы студенты понимали, о чем идет речь. Обсуждение первого вопроса. Преподаватель задает вопрос, связанный с темой лекции, и предлагает студентам высказаться. Он может попросить их поделиться своими мыслями, чувствами, опытом или исследованиями по этому вопросу. Анализ мнений. Преподаватель анализирует высказанные мнения, выделяет общие и различные точки зрения, задает вопросы, которые помогают студентам лучше понять тему. Дискуссия. Студенты могут задавать вопросы друг другу, высказывать свои аргументы, приводить примеры из жизни или исследований. Преподаватель может направлять дискуссию, но не доминировать в ней. Переход к следующему вопросу. После обсуждения первого вопроса преподаватель переходит к следующему. Он может предложить студентам записать основные идеи или выводы, которые они сделали в ходе дискуссии. Подведение итогов. В конце лекции преподаватель подводит итоги дискуссии, выделяет основные выводы и обобщает их. Он также может предложить студентам задания для самостоятельной работы или для дальнейшего изучения темы. Вопросы и ответы. В конце лекции студенты могут задать вопросы преподавателю или друг другу. Преподаватель отвечает на вопросы и разъясняет непонятные моменты. Рефлексия. Студенты могут поделиться своими впечатлениями от лекции, высказать свое мнение о том, что им понравилось, а что нет, что было полезно, а что можно было бы улучшить
Устный доклад	Работа с литературными источниками, повторение материалов вебинара: Изучите тему доклада, чтобы иметь представление о предмете обсуждения. Определите ключевые аспекты темы и составьте план доклада. Соберите информацию из научных статей, книг, исследований и других источников. Проанализируйте собранную информацию и выделите основные тезисы. Потренируйтесь выступать перед аудиторией, чтобы чувствовать себя уверенно во время доклада. Будьте готовы ответить на вопросы аудитории после выступления
Упражнение на заземление «Капля + Обратная капля»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент – терапевт). Терапевт дает инструкцию и помогает клиенту выполнить упражнение. После выполнения упражнения и обсуждения, студенты меняются ролями и выполняют упражнение снова. Содержание: Клиент стоит ровно и представляет себя каплей, которая начинает стекать на пол. Важно выполнять стекание максимально медленно фокусируясь на ощущениях своего тела и плавности сгибания позвоночника. Задача клиента растечься телом по полу лежа животом вниз. Далее, фокусируясь на телесных ощущениях, дождаться телесного отклика для того, чтобы также медленно и постепенно подняться, и вернуться в вертикальное положение
Упражнение на заземление «Гусеница»	Упражнение выполняется самостоятельно при сопровождении тренера. Студенты занимают устойчивое вертикальное положение. Перенес вес на одну ногу, другая нога, за счет сгибания мышц внутреннего свода стопы и пальцев продвигается вперед под углом 45 градусов на расстояние до 50 см от тела. * Важно не терять равновесие, быть в контакте с дыханием, осознавать телесную динамику. Для большего соединения с задачей участникам предлагается представить, что передняя треть стопы - это голова гусеницы, которая ползет вперед и затем назад. (Одной ногой упражнение делается несколько раз). Затем стопы меняются и упражнение повторяется другой стопой.

Упражнение «Контакт со своей силой»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент – терапевт). Терапевт предлагает клиенту встать устойчиво, прийти в контакт со своим центром. Терапевт становится сбоку от тела клиента и упирается руками в боковую часть таза клиента. Задача клиента оттолкнуть руки терапевта. Повторить тоже самое в другую сторону, вперед и назад. Важно при выполнении этого упражнения сохранять контакт с терапевтом и контакт с дыханием у клиента. После анализа обсуждения, участники меняются ролями и выполняют упражнение в обратную сторону
Упражнение «Глубоководная водоросль»	Упражнение выполняется в группе. Тренер предлагает участникам занять устойчивое вертикальное положение, закрыть глаза, ощутить ноги гибкими и настроиться на ритм собственного дыхания. Далее формируется образная метафора тела участников как глубоководной водоросли, которая крепко держится за дно при этом тело покачивается в ритме волн и воды. Амплитуда покачивания зависит от желания и персональных ощущений участников. Важно, чтобы стопы не отрывались от поверхности пола. Постепенно в движение вовлекается все тело сохраняя спокойное дыхание
Упражнение «Динамическое центрирование»	Упражнение выполняется в группе. Тренер приглашает участников занять устойчивое положение, ощутить ноги гибкими, прикрыть глаза и настроиться на ощущение области живота, на два пальца ниже пупка. Далее в медленном темпе предлагается совершать малоамплитудные, по овальной траектории движения тазовым сегментом, при этом погружаясь вниманием внутрь живота. При необходимости добавляются движения по траектории восьмерки, по часовой и против часовой стрелке
Упражнение «Треугольник силы»	Упражнение выполняется в группе. Участникам предлагается занять устойчивое вертикальное положение, ноги на ширине тазовых костей. С помощью визуально-образной метафоры участникам предлагается удерживать образ вдоха через переднюю треть левой ноги, вести воздух в область живота на два пальца ниже пупка, далее после физиологичной паузы-задержки, отправить выдох по правой ноге и выдохнуть через переднюю треть правой стопы, во время паузы перенести внимание на левую стопу. Повторить данный цикл осознанного дыхания с образным сопровождением несколько раз.
Упражнение «Чувства под контролем»	Упражнение выполняется в группе. Участникам предлагается занять удобное положение сидя. Направить внимание в область нижней части живота и в область верхней части головы. Далее с помощью образа выполнить управляемое дыхание. При вдохе участники представляют, что вдыхают в верхнюю часть головы, а выдыхают в нижнюю часть живота, далее вдох в нижнюю часть живота и выдох в верхнюю часть головы. Повторить несколько дыхательных циклов
Ролевая игра «Стоп»	Студенты делятся на тройки. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт, 3й студент - наблюдатель). Терапевт предлагает клиенту встать устойчиво и ощутить свое тело и центр, быть в визуальном контакте. Далее, отойдя на расстояние 10 - 12 шагов, заняв положение лицом к лицу, терапевт начинает медленное движение на встречу клиенту. Задача клиента, ориентируясь на собственные телесные ощущения сказать «СТОП», обращая внимание на конгруэнтность своих

	слов и телесных проявлений. Терапевт останавливается. Терапевт может продолжать движение если клиент был для него не убедителен. Далее полученная информация анализируется и обсуждается совместно с наблюдателем. При необходимости упражнение повторяется при закрытых глазах у клиента, а также подходы с разных сторон относительно тела клиента. Далее происходит смена участников, всем важно каждому студенту побывать в роли терапевта, клиента и наблюдателя
Демонстрационная работа «Работа с психосоматическим запросом»	Тренер приглашает в большой круг из числа студентов одного участника, который будет выступать в роли клиента, за основу берется личный запрос участника по психосоматической тематике. Тренер проводит клиентскую встречу. Участник отрабатывает навык формирования запроса и расширяет представление о процессе психотерапии с клиентской позиции. Остальные участники группы в рамках протокола проведения демонстрационной работы выступают в роли наблюдателя, проясняют соматический резонанс и формируют представление о ведении клиентского случая. Далее полученная информация анализируется в общем кругу
Ролевая игра «Телесная скульптура»	Участники делятся на группы по 4 человека. Далее в порядке очереди один из участников становится скульптором, остальные три «кусками глины» из которых скульптор лепит свое состояние и дает ему название. Обсуждение участниками полученного опыта. Далее студенты меняются ролями, важно всем побывать в роли скульптора и глины
Ролевая игра «Контролируемое выражение сильных чувств»	Студенты делятся на тройки. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт, 3й студент - наблюдатель). Терапевт предлагает клиенту занять устойчивое положение тела. Далее упирается руками в плечи клиента, при этом сохраняя прямой контакт глазами. Задача клиента за счет давления собственного тела на руки терапевта, контакта глаз и звучания продвигать терапевта из точки А (где началось движение) в точку Б, которая находится за спиной у терапевта. Терапевт также звучит, позволяя клиенту продвигаться в точку Б, при этом сохраняет достаточное сопротивление для тела клиента. Наблюдатель следит за безопасностью движения участников и за телесными проявлениями терапевта и клиента, а также за собственным состоянием в процессе работы. Когда эта задача будет выполнена, тоже самое повторяется с упором рук терапевта в таз клиента (область подвздошных костей). Заключительное повторение движения с сопротивлением выполняется с упором рук терапевта в лоб клиента. Важно клиенту усилить безопасность шеи, положив ладони на шею, захватив основание головы. Полученная информация анализируется и обсуждается совместно с наблюдателем. Далее происходит смена участников, всем важно побывать в роли терапевта, клиента и наблюдателя

Типовые вопросы для конспекта по компетенции ПК-2:

1. Краткий обзор физиологических и психологических механизмов развития язвенной болезни желудка, 12-перстной кишки и других расстройств желудочно-кишечной тракта
2. Исторические, культуральные, семейные, психологические и психосоматические предпосылки избыточного/ недостаточного веса и объема

3. Сочетание излишнего/ недостаточного веса с пищевой зависимостью
4. Взаимосвязь эндокринных нарушений, реакций вегетативной нервной системы на повышенный стресс и стратегий его преодоления. Сахарный диабет 1 и 2-го типа
5. Роль конституциональных, эмоциональных, семейно-системных факторов в развитии сердечно - сосудистых расстройств
6. Нейродермит и другие кожные заболевания, особенности течения
7. Механизмы развития опорно-двигательных нарушений
8. Виды бронхиальной астмы. Роль семейных и эмоциональных факторов в развитии заболевания

Типовые вопросы для лекции-дискуссии по **компетенции ПК-2:**

1. Физиологические механизмы формирования психосоматических расстройств
2. Особенности функционирования вегетативной нервной системы (в сравнении с центральной нервной системой)
3. Влияние симпатической и парасимпатической ветвей вегетативной нервной системы на работу внутренних органов
4. Формирование "блоков", связанных с травмами развития ребенка
5. Подавление и вытеснение чувств как фактор, способствующий развитию психосоматических расстройств
6. Уход в отреагирование. Терапевтическая работа с эмоциями, их осознанием, выражением и контейнированием
7. Связь дыхания с выражением эмоций
8. Тема границ как часть здорового развития ребенка
9. Нарушения границ в дисфункциональной семье. "Семья без границ"
10. Связь нарушения границ с развитием ряда психосоматических расстройств
11. Терапевтическая работа, направленная на восстановление границ
12. Необходимость навыков "двойного присутствия" и контейнирования для специалистов помогающих профессий
13. Постоянный акцент на саморегуляции
14. Навыки активации мышц, контейнирующих высокие энергии
15. Забота о себе, соблюдение границ, умение восстанавливаться эмоционально и физически

Типовые темы для устного доклада по **компетенции ПК-2:**

1. Психосоматические расстройства пищеварительной системы
2. Применение телесных практик (заземления, центрирования, поддержек) в терапии данных заболеваний
3. Психосоматические нарушения веса и объема тела
4. Терапевтические стратегии. Применение практик телесно-ориентированной терапии. Варианты работы с границами
5. Связь психосоматики с развитием эндокринных нарушений

6. Развитие навыков саморегуляции у клиента методами телесно-ориентированной терапии
7. Психосоматические расстройства сердечно-сосудистой системы
8. Особенности терапевтической работы. Телесные практики расслабления; поддержка клиента в выражении чувств; "экологичное" выражение гнева
9. Роль психосоматических факторов в развитии кожных заболеваний
10. Сочетание медицинских методов лечения с практиками телесно-ориентированной терапии. Особенности работы с границами
11. Роль психосоматических факторов в возникновении и развитии заболеваний опорно-двигательного аппарата
12. Методы телесно-ориентированной психотерапии в работе с ними. Связь со структурами характера. Работа с опорами, заземлением, безопасностью
13. Психосоматические расстройства половой сферы
14. Телесно-ориентированная терапия в работе с воспалительными заболеваниями органов малого таза. Сочетание с другими подходами (арт-терапия, работа с семейными посланиями и когнитивными установками). Техники В. Райха, иные энергетические практики в работе с бесплодием. Противопоказания. Техники мышечной релаксации
15. Физиологические механизмы нарушения дыхания при бронхиальной астме. Терапевтические стратегии, использование методов телесно-ориентированной психотерапии в работе с бронхиальной астмой. Роль дыхательных и телесных практик в повышении качества жизни клиентов с различными расстройствами дыхательной системы

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **зачет с оценкой**

3.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

3.2.1. Типовые тестовые задания

№ п/п	Типовое тестовое задание
ПК-2	Способен осуществлять деятельность по восстановлению, укреплению психического и психологического здоровья клиентов с негативными чувствами и состояниями, понимает психологические основы возникновения проблем социальных групп/ отдельных лиц (клиентов)

1	Инструкция: прочитайте текст, выберите правильный ответ Кто ввел понятие "соматизированной депрессии" в психосоматику? А) Зигмунд Фрейд В) Вильгельм Райх С) Пьер Жане D) Карл Густав Юнг Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите правильный ответ Что из перечисленного является примером конверсионного расстройства? А) Гипертоническая болезнь В) Сахарный диабет С) Внезапный паралич руки без органических причин D) Аллергическая сыпь Ответ:
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из перечисленных утверждений верны относительно семейных сценариев в психосоматике? А) Они могут передаваться через поколения В) Включают неосознаваемые установки о болезнях С) Всегда связаны с генетическими нарушениями D) Могут проявляться как "юбилейный синдром" Ответ:
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из перечисленных симптомов чаще всего относят к психосоматическим расстройствам? А) Синдром раздраженного кишечника В) Перелом кости из-за травмы С) Эссенциальная гипертензия (первичная гипертония) D) Псориаз с обострениями на фоне стресса Ответ:

5

Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы

Какие из перечисленных подходов используются в телесно-ориентированной терапии?

А) Работа с дыхательными паттернами
В) Когнитивное реструктурирование
С) Анализ телесных метафор и поз
D) Техники заземления

Ответ:

6

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите психологические понятия с их определениями.

Понятия		Определения	
1	Соматизированная депрессия	А	Физическое заболевание, где важную роль играют психологические факторы
2	Юбилейный синдром	В	Бессознательное повторение семейных травм в значимые даты
3	Ипохондрическое расстройство	С	Депрессивное состояние, проявляющееся физическими симптомами
4	Психосоматическое расстройство	Д	Чрезмерная тревога о здоровье без медицинских оснований
5	Конверсионное расстройство	Е	Превращение эмоционального конфликта в телесный симптом

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4	5

7

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите ученых с их вкладом в психосоматику.

Ученые	Вклады

1	Зигмунд Фрейд	A	Разработал теорию специфического внутреннего конфликта
2	Милтон Эриксон	B	Исследовал связь эмоциональных блоков с телесными проявлениями
3	Пьер Жане	C	Ввел понятие конверсионной истерии
4	Вильгельм Райх	D	Разрабатывал гипнотические методы терапии
5	Франц Александер	E	Изучал соматизированные психические расстройства

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4	5

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Упорядочите этапы развития телесно-ориентированной психотерапии от ранних к современным

1. Развитие телесно-ориентированных методов
2. Современная интеграция с нейронауками и соматической психологией
3. Психоаналитический подход
4. Работы В. Райха

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Разделите понятия на две группы: "Классическая психосоматика" и "Современные направления психосоматики"

1. Биопсихосоциальная модель
2. Конверсионные расстройства (Фрейд)
3. Психосоматика в системной семейной терапии
4. Теория специфического конфликта (Александер)
5. Нейропсихосоматика (современные исследования)
6. Соматизированная депрессия

	Запишите выбранные цифры в соответствующие группы: <table><tr><td>Классическая психосоматика</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>Современные направления психосоматики</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Классическая психосоматика							Современные направления психосоматики						
Классическая психосоматика															
Современные направления психосоматики															
10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы работы с психосоматическим клиентом в телесно-ориентированной терапии 1. Работа с телесными зажимами через дыхание и движение 2. Интеграция осознаний в повседневную жизнь 3. Установление доверительного контакта и сбор анамнеза 4. Выявление телесных симптомов и их связи с эмоциями Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>														
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Согласно теории Ф. Александера, каждому психосоматическому заболеванию соответствует специфический внутренний конфликт. Ответ: Обоснование:														
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Телесно-ориентированная психотерапия рассматривает тело и психику как полностью независимые друг от друга системы. Ответ: Обоснование:														
13	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Анна, 32 года, после повышения на работе начала испытывать регулярные боли в желудке. Медицинское обследование не выявило органических патологий. В беседе психолог узнает, что Анна чувствует себя "не на своем месте" в новой должности и боится не оправдать ожиданий. Какие методы телесно-ориентированной терапии можно использовать, чтобы помочь Анне осознать связь между ее эмоциональным состоянием и телесными симптомами? Ответ:														

14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы У Максима, 40 лет, диагностирована гипертония. В ходе терапии выясняется, что его отец и дед также страдали от повышенного давления в том же возрасте. Максим подсознательно ожидает ухудшения здоровья, говоря: "Это наша семейная черта". Как можно работать с семейным сценарием Максима, используя принципы психосоматического подхода? Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы У Ольги, 25 лет, внезапно возникла потеря голоса (афония) после конфликта с партнером. ЛОР-врач не обнаружил физических причин. Ольга описывает ситуацию: "Я хотела высказаться, но не смогла". Какие техники телесно-ориентированной терапии помогут Ольге восстановить голос и проработать подавленные эмоции? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы У Дмитрия, 28 лет, в периоды напряженной работы появляется экзема на руках. Он заметил, что симптомы усиливаются, когда он чувствует себя "перегруженным обязательствами". Как объяснить Дмитрию связь между его психологическим состоянием и кожными проявлениями с позиций телесно-ориентированной терапии? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Ирина, 35 лет, обратилась с жалобами на панические атаки, которые начались в день ее 35-летия. Позже выяснилось, что ее мать в этом возрасте пережила тяжелый развод, о котором в семье не принято было говорить. Как работать с "юбилейным синдромом" Ирины, учитывая концепцию передачи непрожитых семейных травм? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите, как вы будете применять телесно-ориентированный подход в работе с клиентом, у которого хронические головные боли не имеют медицинского объяснения. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите, какие этапы работы с психосоматическим расстройством вы считаете ключевыми, начиная с диагностики и заканчивая интеграцией изменений. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ

Опишите, как вы объясните клиенту связь между его хроническим мышечным напряжением и подавленными эмоциями, используя язык, доступный для непрофессионала.

Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Каковы представления о связи тела и психики в историческом контексте, и какой холистический взгляд на человека, его здоровье и болезни можно выделить?
2. В чем заключаются различия подходов к телесно-психическим отношениям на Западе и Востоке?
3. Какие современные определения психосоматики существуют, и как развиваются новые направления в этой области?
4. Каковы основные характеристики телесных симптомов и их сходство и различия с психосоматическими расстройствами?
5. Что такое конверсии, какие условия их возникновения и варианты развития можно выделить?
6. Каковы основные понятия о соматизированных депрессиях и ипохондрических расстройствах, а также тактика работы с ними? Чем они отличаются от чисто психосоматических расстройств?
7. Как психоаналитический подход рассматривает психосоматику, и какую роль в этом играет В. Райх?
8. В чем заключаются различия между вегетативными функциональными и органическими расстройствами?
9. Какова теория специфического внутреннего конфликта Ф. Александера и ее значение в контексте психосоматики?
10. Какие биохимические и нейрофизиологические основы базовых эмоций существуют, и как они влияют на психосоматические расстройства?
11. Как семья рассматривается как система в контексте психосоматических расстройств?
12. Какие признаки дисфункциональной семьи можно выделить, и как они влияют на здоровье членов семьи?
13. Как семейные послания и установки формируют отношение к здоровью, заботе о себе и развитию определенных заболеваний?
14. Что такое юбилейный синдром, и какова его связь с психосоматикой?
15. Как семейные сценарии могут функционировать как "самоисполняющиеся пророчества" в контексте психосоматических расстройств?
16. Каковы телесные симптомы и какая связь между ними, семейной историей и личной историей клиента?
17. Какова роль кожи как базовой физической границы в контексте телесно-ориентированной психотерапии?
18. Какие нарушения обмена веществ могут проявляться как симптомы психосоматики?
19. Как формируются два типа гипертонической болезни с точки зрения психосоматических факторов?
20. Как высыпания на коже могут быть интерпретированы как внешнее проявление внутреннего конфликта с точки зрения психоаналитического взгляда?

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
Конспект	Полнота и точность передачи информации: оценивается, насколько точно и полно основные идеи и информация из исходного текста были включены в конспект. Структурирование и организация: оценивается, насколько хорошо материал организован и структурирован в конспекте. Это включает в себя наличие заголовков, подзаголовков, списков, выделение ключевых слов и фраз. Краткость и лаконичность: оценивается, насколько кратко и лаконично сформулированы мысли и информация в конспекте. Избегаются повторы и ненужные детали. Использование собственных формулировок: оценивается, насколько автор конспекта использовал свои собственные формулировки и выражения для передачи информации, а не просто переписывал текст. Наличие схем, таблиц и других графических элементов: оценивается наличие и качество использования графических элементов, таких как схемы, таблицы, графики, которые помогают лучше понять и запомнить информацию
Лекция-дискуссия	Активность: Как часто вы высказывали свою точку зрения? Как активно вы участвовали в обсуждении? Аргументация: Насколько убедительно вы приводили свои аргументы? Были ли ваши аргументы основаны на фактах или личном мнении? Умение слушать: Вы внимательно слушали других участников? Задавали ли вы вопросы, чтобы лучше понять их точку зрения? Открытость к обсуждению: Были ли вы готовы изменить свою точку зрения под влиянием аргументов других участников? Конструктивность: Ваши комментарии и вопросы были направлены на улучшение обсуждения? Итог: Какие выводы вы сделали на основе обсуждения? Смогли ли вы сформулировать свою позицию по обсуждаемым вопросам?
Устный доклад	Раскрытие темы: насколько полно и точно докладчик представил информацию по теме. Логичность и последовательность изложения: насколько логично и последовательно докладчик изложил материал, есть ли четкая структура доклада. Аргументированность: насколько докладчик подкрепляет свои утверждения фактами и примерами. Ответы на вопросы: способность докладчика ответить на дополнительные вопросы аудитории
Упражнение на заземление «Капля + Обратная капля»	Проводится обсуждение результатов упражнения в рабочих группах и в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: развитие навыков контакта с телесными импульсами
Упражнение на заземление «Гусеница»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии

	оценивания: оценка ощущений в процессе выполнения упражнений. сформированность навыка контакта с телесными импульсами
Упражнение «Контакт со своей силой»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: умение контактировать со своей силой
Упражнение «Глубоководная водоросль»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе и в парах. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка заземления и саморегуляции
Упражнение «Динамическое центрирование»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка активации и навыка центрирования.
Упражнение «Треугольник силы»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыков заземления и центрирования, оценка стабилизации эмоционального состояния.
Упражнение «Чувства под контролем»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе и в парах. могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка контакта и управления чувствами, умение стабилизировать эмоциональное состояние, оценка баланса вегетативной нервной системы
Ролевая игра «Стоп»	Проводится обсуждение результатов в мини группе в общей группе. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка ощущения своих психологических границ, навыка телесной осознанности
Демонстрационная работа «Работа с психосоматическим запросом»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: оценка навыка принадлежности участника группы, профессионального мышления, навыка психотерапевта
Ролевая игра «Телесная скульптура»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: навык работы с психосоматическим симптом, расширение телесных возможностей контакта с психологическим материалом
Ролевая игра «Контролируемое выражение сильных чувств»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка контролируемого выражения агрессии, навыка контейнирования

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено/отлично	Высокий (продвинутый)	Обучающийся демонстрирует глубокое понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, корректно анализирует

		профессиональные ситуации, обоснованно выбирает подходы и методы телесно-ориентированной психотерапии для решения профессиональных задач, аргументирует принимаемые решения и формулирует обоснованные выводы
зачтено/хорошо	Достаточный (базовый)	Обучающийся демонстрирует достаточное понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, в целом корректно анализирует профессиональные ситуации, выбирает подходы и методы телесно-ориентированной психотерапии для решения профессиональных задач, аргументирует принимаемые решения и формулирует выводы, допуская отдельные неточности
зачтено/удовлетворительно	Минимальный (пороговый)	Обучающийся демонстрирует общее понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, испытывает отдельные затруднения при анализе профессиональных ситуаций и выборе подходов и методов телесно-ориентированной психотерапии для решения профессиональных задач, допускает отдельные ошибки при аргументации принимаемых решений и формулировании выводов
не зачтено/неудовлетворительно	Недостаточный (ниже минимального)	Обучающийся демонстрирует недостаточное понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, испытывает существенные затруднения при анализе профессиональных ситуаций и выборе подходов и методов телесно-ориентированной психотерапии для решения профессиональных задач, допускает существенные ошибки при аргументации принимаемых решений и формулировании выводов

4.3. Шкала оценивания тестирования

Результаты тестирования при проведении **зачета с оценкой** оцениваются по следующей шкале:

Процент правильных ответов	Оценка
90-100	зачтено/отлично
70-89	зачтено/хорошо
60-69	зачтено/удовлетворительно
0-59	не зачтено/неудовлетворительно