

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 12.08.2026 14:36:00
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576404e7566146b8896094



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПРАКТИКУМ ПО ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

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

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся способности применять знания и методы телесно-ориентированной психотерапии при анализе психологической проблематики, проектировании процесса психологического консультирования и решении профессиональных задач в области психологической помощи.
Задачи дисциплины	– систематизировать знания о принципах организации психологического консультирования с использованием телесно-ориентированного подхода; – развить навыки анализа психологической проблематики, формулирования консультативных гипотез и выбора направлений психологической работы; – сформировать способность проектировать структуру консультативного процесса с учетом индивидуальных особенностей и запроса клиента; – познакомить с возможностями применения методов телесно-ориентированной психотерапии при работе с различной психологической проблематикой; – развить навыки профессиональной рефлексии, анализа консультативных ситуаций и оценки эффективности применяемых подходов; – показать место практических методов телесно-ориентированной психотерапии в системе современных подходов к психологическому консультированию.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули)	2 курс 3 семестр
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	2 курс 4 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
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
	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)
	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

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

	3 семестр	4 семестр	итого
Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	2/72	3/108	5/180
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет	зачет зачет
Контактная работа	32	32	64
лекции			
практические занятия	32	32	64
Самостоятельная работа	40	76	116

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
3 семестр					
1	Первичный контакт с клиентом. Считывание первичной информации	18		8	10
2	Формирование первичной тактики и стратегии взаимодействия с клиентом в начале работы	18		8	10
3	Этический кодекс телесно-ориентированного психотерапевта, терапевтический контракт	18		8	10
4	Перенос и контрперенос в телесно-ориентированной психотерапии, психологические защиты	18		8	10
	ИТОГО 3 семестр	72		32	40
4 семестр					
1	Выявление когнитивных установок, соответствующих различным структурам характера в телесно-ориентированной психотерапии	22		6	16
2	Диагностика структуры характера на телесном уровне и построение стратегии работы с клиентом, с учетом его структуры характера	16		6	10
3	Формирование терапевтической позиции терапевта с учетом переносов и контрпереносов. Формирование мета-позиции терапевта	14		4	10
4	Работа с зависимостями	14		4	10
5	Работа с психосоматическими расстройствами	14		4	10
6	Работа с шоковой травмой	14		4	10

7	Работа с пограничными расстройствами личности	14		4	10
	ИТОГО 4 семестр	108		32	76
	ИТОГО	180		64	116

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Первичный контакт с клиентом. Считывание первичной информации	Алгоритм первой встречи: жалобы и запросы, сбор информации. Неуместное взаимодействие. Фокусировка проблемы. Этапы готовности клиента к терапии: визитер, жалобщик, готовый к изменениям. Различие понятий жалобы и запроса Составные контакта: теплота, эмпатия, уважение, поддержка. Различие понятий жалобы и запроса. Выявление первичного запроса. Чем отличается жалоба от запроса. Способ перехода от жалобы к запросу. Виды запроса: первичный, истинный их отличие. Роль соматического резонанса в считывании запроса клиента. Эмпатический ответ, открытые вопросы, закрытые вопросы как инструмент помощи клиенту в формулировании запроса Сложности терапевта с клиентом типа «Жалобщик». Считывание телесной информации: паттерн дыхания, участки напряжения, выявление телесных блоков, перераспределение энергии в теле, да/нет реакции. Конгруэнтность/неконгруэнтность тела клиента и его вербальных посланий. Форма записи данных наблюдения за телом клиента, за первой и второй сигнальными системами клиента, за паттернами дыхания
Формирование первичной тактики и стратегии взаимодействия с клиентом в начале работы	Самодиагностика. Рефлексия. Нетерпение. Поспешность в выявлении причин и скоропалительные выводы. Болевые точки и неразрешенные вопросы. Страхи и чувство собственной неполноценности. Неспособность осознать себя и свои чувства. Сверхидентификация. Недостаток идентификации. Проблемы с телесным контактом у специалиста. Влияние вида привязанности (по Боулби) у специалиста на его выбор вида телесного контакта. Страх контакта у специалиста. Чрезмерная симпатия к телесному контакту у специалиста. План специалиста собственных зон развития и наработки определенных навыков. Отличие тактики и стратегии. Первичная тактика помощи. Критерии психологического здоровья как основы определяющие стратегию терапевта в работе с клиентом. Ценности терапевта и степень их уместность/неуместность влияния на работу с клиентом. Этика психотерапевтического процесса в телесно-ориентированной психотерапии Этический кодекс и современность. Контракт и его составляющие. Виды контракта. Влияние контракта на эффективность психотерапии. Контракт как структура взаимодействия между терапевтом и клиентом
Этический кодекс телесно-ориентированного психотерапевта, терапевтический контракт	Нормативная база работы ТОП специалиста. Этические аспекты работы с клиентами различного возраста. Этические аспекты работы ТОП специалиста с особенностями соматического и ментального здоровья. Причины и последствия нарушения этического кодекса. Внешний и внутренний контракт. Долгосрочная и краткосрочная работа в ТОП. Функциональная (внешняя) рамка контракта. Внутренний контракт (запрос). Стратегия ведения клиента. Стратегия и тактика первой и завершающей сессии
Перенос и контрперенос в телесно-ориентированной психотерапии, психологические защиты	Самодиагностика. Рефлексия. Позитивный и негативный перенос. Объектный и нарциссический перенос. План специалиста по работе со своими «белыми» пятнами. Развитие навыка работы с контрпереносом и переносом клиента. Примитивные и зрелые психологические защиты. Проекция и проективная идентификация. Развитие навыка работы с психологическими защитами. Развитие навыка составления телесной карты психологических защит
Выявление когнитивных установок, соответствующих различным	Различные модели личностных структур в ТОП и их основные концепты. Аналитическая работа на основе моделей личности в концепциях В. Райха,

структурам характера в телесно-ориентированной психотерапии	А.Лоуэна, Л. Марчер, Д. Боаделлы. Анализ межличностной проблематики в различных направлениях ТОП
Диагностика структуры характера на телесном уровне и построение стратегии работы с клиентом, с учетом его структуры характера	Диагностика проблематики клиента через призму его структуры характера, формы тела, мышечной активности и паттернов движения. Паттерны поведения и глубинные потребности, соответствующие различным структурам характера. Характерные запросы и стратегии работы с ними
Формирование терапевтической позиции терапевта с учетом переносов и контрпереносов. Формирование мета-позиции терапевта	Позитивные и негативные переносы, свойственные клиентам с фиксацией в различных структурах характера. Характер терапевта, контрперенос, тип контакта, модель взаимодействия. Виды контакта между терапевтом и клиентом. Модель контакта в различных направлениях ТОП. Формирование навыка контакта за пределами переноса и контрпереноса в Биосинтетическом подходе Д. Боаделлы. Навык наблюдения. Развитие мета-позиции
Работа с зависимостями	Особенности работы с клиентами, страдающими разными видами зависимостей, выраженной созависимостью. Отличия данной терапевтической работы от терапии людей, страдающих невротическими расстройствами. Необходимость информационной терапии. Использование протоколов в работе с зависимыми. Послания дисфункциональной семейной системы, возможности их трансформации. Важность сочетания индивидуальной и групповой терапии. 12-шаговая программа – успешный инструмент в работе с зависимостями и созависимостью. Нарботка новых здоровых способов поведения Практики ТОП в работе с зависимостями
Работа с психосоматическими расстройствами	Информационная терапия, директивный стиль работы терапевта. Навыки работы с семейной историей клиента. Дисфункциональная семейная система как база для развития определенных психосоматических расстройств, соответствующих семейным сценариям. Применение техник ТОП в работе с психосоматикой; сочетание с техниками арт- терапии
Работа с шоковой травмой	Навыки саморегуляции и контейнирования – необходимая часть в работе с шоковой травмой. Особенности терапевтического интервью клиента с шоковой травмой. Информационная терапия, «директивная поддержка» клиента. Особенности применения практик ТОП в работе с шоковой травмой. Освоение клиентом новых стратегий преодоления стресса
Работа с пограничными расстройствами личности	Диагностика и дифференциальная диагностика пограничных расстройств. Особенности переноса и контрпереноса в работе с ними. Работа с эмоциональными факторами у клиентов с пограничными расстройствами. Телесные практики в работе с пограничными расстройствами: заземление, центрирование, поддержание границ клиента и терапевта

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Первичный контакт с клиентом. Считывание первичной информации	Дискуссия (ПК-2.1 знает ПК-2.2 знает ПК-2.3 знает) Упражнение «Методы рефлексии специалиста» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Устный доклад Отчет о работе

Формирование первичной тактики и стратегии взаимодействия с клиентом в начале работы	Упражнение «Диагностика, наблюдение и запись» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Этический кодекс телесно-ориентированного психотерапевта, терапевтический контракт	Упражнение «Контакт с телом» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет, ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Перенос и контрперенос в телесно-ориентированной психотерапии, психологические защиты	Демонстрационная работа «Перенос и защиты клиента» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Выявление когнитивных установок, соответствующих различным структурам характера в телесно-ориентированной психотерапии	Дискуссия (ПК-2.1 знает ПК-2.2 знает ПК-2.3 знает) Упражнение «Телесное считывание структуры характера» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Устный доклад
Диагностика структуры характера на телесном уровне и построение стратегии работы с клиентом, с учетом его структуры характера	Упражнение «Структурные диалоги» (ПК-2.1 умеет, ПК-2.2 умеет, ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Формирование терапевтической позиции терапевта с учетом переносов и контрпереносов. Формирование мета-позиции терапевта	Ролевая игра «Проведение сессии по работе с личностной проблематикой клиента» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Работа с зависимостями	Упражнение «Контакт "Спина к спине"» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Работа с психосоматическими расстройствами	Упражнение "Безопасное место" (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Работа с шоковой травмой	Упражнение «Практики - заземление, центрирование, границы» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Работа с пограничными расстройствами личности	Ролевая игра "Моделирование сложных ситуаций в работе с пограничными клиентами" (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе

Самостоятельная работа обучающихся обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами Института.

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии;
- технологии практической подготовки обучающихся;
- интерактивные методы обучения;
- технологии самостоятельной работы обучающихся;
- иные образовательные технологии, соответствующие целям и содержанию дисциплины.

Организация образовательного процесса может осуществляться с использованием электронной информационно-образовательной среды Института и иных ресурсов, применяемых в образовательной деятельности.

3. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины

3.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Баскаков В. Ю. Моцарт телесной психотерапии. В память об Андреасе Веховски. – 2-е изд., эл. / В.Ю. Баскаков. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2022. - 201 с. - ISBN 978-5-7312-0922-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/390892/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Баскаков В.Ю. Свободное тело. Хрестоматия по телесно-ориентированным практикам / В.Ю. Баскаков. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 160 с. - ISBN 978-5-94193-809-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/362315/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Римский С. А. Открытие тела. Путеводитель по методам телесно-ориентированной терапии [Электронный ресурс] : антология / пер. с англ. – 2-е изд. (эл.). / С.А. Римский. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 169 с. - ISBN 978-5-7312-0926-7	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384715/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Фомичева Наталья. Правда и мифы о психосоматике: Как тело и психика влияют друг на друга. - Москва : Альпина, 2023. - 228 с. - ISBN 978-5-9614-8224-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/394020/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Фельденкрайз М. Искусство движения [Электронный ресурс] / пер. с англ. – 2-е	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384717/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети

	изд (эл.) – (Телесно-ориентированная психотерапия) / М. Фельденкрайз. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 316 с. - ISBN 978-5-7312-0959-5	Текст: электронный	Интернет, по логину и паролю организации
2	Фельденкрайз М. Осознание через движение: двенадцать практических уроков [Электронный ресурс] / пер. с англ. – 2-е изд. (эл.). – (Телесно-ориентированная терапия) / М. Фельденкрайз. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 223 с. - ISBN 978-5-94193-900-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/362428/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Райх В. Характероанализ: Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков / В. Райх. - Москва : Когито-Центр, 2006. - 368 с. - ISBN 5-89353-189-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29489/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3.3. Электронно-библиотечные системы

Наименование ЭБС	Адрес
Электронно-библиотечная система Айбукс.ру	Ibooks.ru

3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Наименование	Адрес
Профессиональные базы данных	
КиберЛенинка <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	КиберЛенинка
PsyJournals.ru <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	Портал психологических изданий PsyJournals.ru
Электронная библиотека диссертаций РГБ <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)
Российское психологическое общество <i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига

Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.	
Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии <i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
Большая российская энциклопедия <i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>	Большая российская энциклопедия
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России <i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» <i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» <i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i>	Министерство науки и высшего образования
Портал ФГОС ВО <i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации <i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>	Портал правовой информации
Гарант <i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>	garant.ru
КонсультантПлюс <i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>	КонсультантПлюс

3.5. Программное обеспечение

Наименование ПО	Тип лицензии
Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM)	OEM-лицензия

Kaspersky Endpoint Security	Коммерческая лицензия
LibreOffice	Свободно распространяемое ПО
7-Zip	Свободно распространяемое ПО
VLC Media Player	Свободно распространяемое ПО

3.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение	Назначение
учебная аудитория для проведения учебных занятий Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения: комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска	Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий
помещение для самостоятельной работы комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура, магнитно-маркерная доска	Организация самостоятельной работы обучающихся

4. Особенности освоения дисциплины обучающимися из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Реализация дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья в соответствии с законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами Института.

При необходимости обучающимся могут быть созданы специальные условия для освоения дисциплины, прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

5. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с локальными нормативными актами Института и включает оценочные материалы, критерии и процедуры оценивания результатов освоения дисциплины.