

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:
6bbcb8f4da5b7c4041e256c14c5898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

РАБОТА С РАЗЛИЧНОЙ ПРОБЛЕМАТИКОЙ В ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

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 расстройств	знает стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)	умеет разрабатывать стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)	владеет стратегиями телесно-ориентированной психотерапии и планами реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
	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 различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)	умеет осуществлять деятельность по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)	владеет навыками осуществления деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
	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 различной проблематики (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)	умеет организовать и проводить индивидуальное и групповое психологическое консультирование по коррекции различной проблематики (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)	владеет основами организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирования по коррекции различной проблематики (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)

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 расстройств		
Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания. Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему. Базовое понятие агрессии, первичный период развития и нейрофизиология агрессии. Агрессия и гнев, взаимодействие и конфликт этих состояний в жизни и теле клиента	Лекция-дискуссия (Л) Конспект (СРС)	знает стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста. Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности. Теория привязанности по Боулби через чувственность, сердечность, сексуальность. Основные понятия и принципы формирования здоровой, активной (агрессивной) личности по В. Райху	Упражнение «Отойди» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Бочка» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт с собой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Сексуальность и защищенность» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Работа с сердечным блоком» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Самоактуализация» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Самопредъявление» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	умеет разрабатывать стратегии телесно-ориентированной психотерапии и планы реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
Диагностика синдрома эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии. Синдром эмоционального выгорания и копинг-стратегии.	Ролевая игра «Прояснение уровня эмоционального выгорания и формирование запроса на психологическую помощь» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	владеет стратегиями телесно-ориентированной психотерапии и планами реализации деятельности психологического сопровождения клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия,

Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа. Фантазии клиента, как зона развития. Влияние семейной системы (озвученные послания и не озвученные), на формирование чувственности, сердечности и сексуальности. Влияние подавленной агрессии на формирование психосоматических расстройств. Тактика и стратегия работы с клиентом в теме агрессии в рамках телесно-ориентированной психотерапии	Упражнение «Телесное считывание» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра "Проведение психо-коррекционной сессии с отработкой полученных навыков» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Формирование опросника» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Чувствительность, сердечность, сексуальность, сепарацию» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт с витальной силой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Работа с гневом и правом побеждать» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	сексуальность)
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)		
Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания. Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему. Базовое понятие агрессии, первичный период развития и нейрофизиология агрессии. Агрессия и гнев, взаимодействие и конфликт этих состояний в жизни и теле клиента	Конспектирование (Л) Конспект (СРС)	знает особенности деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста. Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности. Теория привязанности по Боулби через чувственность, сердечность, сексуальность. Основные понятия и принципы формирования здоровой, активной (агрессивной) личности по В. Райху	Упражнение «Отойди» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Бочка» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт с собой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Сексуальность и защищенность» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Работа с сердечным блоком» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Самоактуализация» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Самопредъявление» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	умеет осуществлять деятельность по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)

Диагностика синдрома эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии. Синдром эмоционального выгорания и копинг-стратегии. Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа. Фантазии клиента, как зона развития. Влияние семейной системы (озвученные послания и не озвученные), на формирование чувственности, сердечности и сексуальности. Влияние подавленной агрессии на формирование психосоматических расстройств. Тактика и стратегия работы с клиентом в теме агрессии в рамках телесно-ориентированной психотерапии	Ролевая игра «Прояснение уровня эмоционального выгорания и формирование запроса на психологическую помощь» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Телесное считывание» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра "Проведение психо-коррекционной сессии с отработкой полученных навыков» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Формирование опросника» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Чувствительность, сердечность, сексуальность, сепарацию» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт с витальной силой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Работа с гневом и правом побеждать» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	владеет навыками осуществления деятельности по восстановлению и укреплению психического и психологического здоровья клиентов с различной проблематикой (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
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		
Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания. Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему. Базовое понятие агрессии, первичный период развития и нейрофизиология агрессии. Агрессия и гнев, взаимодействие и конфликт этих состояний в жизни и теле клиента	Устный доклад (СРС)	знает особенности организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирования по коррекции различной проблематики (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)
Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста. Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности. Теория привязанности по Боулби через чувственность, сердечность, сексуальность.	Упражнение «Отойди» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Бочка» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт с собой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Сексуальность и защищенность» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Работа с сердечным блоком» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Самоактуализация» (ПЗ)	умеет организовать и проводить индивидуальное и групповое психологическое консультирование по коррекции различной проблематики (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)

Основные понятия и принципы формирования здоровой, активной (агрессивной) личности по В. Райху	Отчет о работе (СРС) Упражнение «Самопредъявление» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	
Диагностика синдрома эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии. Синдром эмоционального выгорания и копинг-стратегии. Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа. Фантазии клиента, как зона развития. Влияние семейной системы (озвученные послания и не озвученные), на формирование чувственности, сердечности и сексуальности. Влияние подавленной агрессии на формирование психосоматических расстройств. Тактика и стратегия работы с клиентом в теме агрессии в рамках телесно-ориентированной психотерапии	Ролевая игра «Прояснение уровня эмоционального выгорания и формирование запроса на психологическую помощь» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Телесное считывание» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Ролевая игра "Проведение психо-коррекционной сессии с отработкой полученных навыков» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Формирование опросника» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Чувствительность, сердечность, сексуальность, сепарацию» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Контакт с витальной силой» (ПЗ) Отчет о работе (СРС) Упражнение «Работа с гневом и правом побеждать» (ПЗ) Отчет о работе (СРС)	владеет основами организации и проведения индивидуального и группового психологического консультирование по коррекции различной проблематики (синдромом эмоционального выгорания, агрессия, сексуальность)

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 «Отойди»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт). Терапевт предлагает клиенту выстроить из веревочек границу вокруг себя. Исследуется размер границ, в зависимости от размера (слишком большие или слишком маленькие), посредством контакта с телом, находится оптимальный размер границ, в котором клиент ощущает спокойствие, и при этом для контролирования целостности границ у него нет необходимости преодолевать большие расстояния (оптимальные границы на расстоянии вытянутой руки). Терапевт перемещается вокруг границ наблюдая «да/нет» реакции тела клиента. Задача найти отрезок, в котором тело клиента проявляет большее количество напряжения. Терапевт и клиент, в прямом контакте ладонями, отрабатывают навык отталкивания клиентом рук терапевта. Терапевт моделирует поддержку права клиента отстаивать свои границы и отодвигать то, что для него не полезно (движение назад), при этом сохраняет поддерживающую коммуникацию и любящее присутствие. Каждый студент должен поработать в роли терапевта и в роли клиента
Упражнение «Бочка»	Работа выполняется в индивидуальном порядке. Студенты работают самостоятельно. Тренер предлагает представить большую бочку и затем создать из рук пространство, в которое помещается эта бочка. Тренер предлагает в области круга из рук представить мяч. Тренер уточняет, есть ли изменения в образе и форме мяча. Студенты исследуют варианты присваивания мяча, для этого необходимо медленно притягивать мяч к себе или же отпускать, при этом руки тоже опускаются
Упражнение «Контакт с собой»	Студенты делятся на тройки. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт, 3й студент - наблюдатель). Терапевт просит клиента занять удобное положение сидя. Настроиться на ощущение своего тела, при желании можно обнять себя за плечи и дать возможность побыть в контакте со своим телом, связь с телом держится через дыхание, глаза закрыты. Терапевт наблюдает за «да/нет» реакциями.

	Терапевт просит представить потребность или дефицит клиента в виде мяча висющим в воздухе на уровне солнечного сплетения на расстоянии 30-40 см. Клиент подробно описывает образ и наполненность мяча. Терапевт формирует психо-коррекционный диалог с целью принятия клиентом любого образа и содержимого мяча. Задача наблюдателя отслеживать телесные проявления клиента в процессе диалога с терапевтом. Каждый участник тройки должен побывать во всех трех ролях
Упражнение «Сексуальность и защищенность»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт). Клиент лежит на спине, ноги согнуты и приведены к груди. Терапевт плотно прижимает стопы клиента к своему животу и поддавливает на ноги клиента, клиент отталкивает ногами терапевта. Каждый участник должен побывать в двух ролях
Упражнение «Работа с сердечным блоком»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт). Клиент лежит на спине, руки разведены в стороны и образуют одну прямую линию. Ноги согнуты. Первый этап. Под голосовое сопровождение клиент очень медленно поднимает руки до вертикального положения. Второй этап, клиент также очень медленно меняет расстояние между руками исследуя ту позицию, где в руках или грудной клетке поднимается вибрация. Третий этап, клиент очень медленно опускает ладони на сердечную зону. Четвертый этап, терапевт берет руку клиента и кладет себе на зону сердца и свою руку на зону сердца клиента. Пятый этап, клиент лежит с закрытыми глазами и исследует реакции тела. Каждый участник должен побывать в двух ролях
Упражнение «Самоактуализация»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт). Терапевт держит предмет, задача клиента отнять этот предмет у терапевта. Терапевт должен найти момент когда подается клиенту. Клиент наблюдает за своими телесными откликами. Каждый участник должен побывать в двух ролях
Упражнение «Самопредъявление»	Работа студентов в малых группах с использованием техники звуковой агрессии. Малая группа дает звук в одной тональности, один из участников малой группы (по очереди) выбирает другую тональность и наблюдает за тем, как его тело реагирует на отличные от других проявления
Ролевая игра «Прояснение уровня эмоционального выгорания и формирование запроса на психологическую помощь»	Студенты делятся на тройки. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт, 3й студент - наблюдатель). Клиент приходит к психотерапевту с желанием получить психологическую помощь. Терапевт вербально и невербально создает условия для установления контакта и задает необходимые вопросы на прояснения степени СЭВ. Применяет диагностический материал для прояснения. Задача наблюдателя отслеживать телесные проявления клиента в процессе диалога с терапевтом. Каждый участник тройки должен побывать во всех трех ролях
Упражнение «Телесное считывание»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт). Клиент стоит на месте без перемещения в пространстве, рефлексирова свои ощущения. Терапевт, согласно инструкции ведущего, осуществляет считывание телесных параметров клиента и записывает их. Клиент перемещается в пространстве, согласно инструкции ведущего.

	Терапевт осуществляет считывание параметров движения тела клиента в пространстве, согласно инструкции ведущего, и записывает их. Терапевт сообщает результаты телесного считывания клиенту на фактическом языке. Студенты меняются ролями. Студенты обсуждают полученную информацию с точки зрения ее полезности для себя, а также согласуют ее с результатами предыдущих диагностических исследований. Выясняют как Синдром СЭВ проявлен в теле
Ролевая игра "Проведение психо-коррекционной сессии с отработкой полученных навыков"	Студенты делятся на тройки. (1й студент - клиент, 2й студент - терапевт, 3й студент - наблюдатель). Клиент приходит к психотерапевту с запросом, сформированным в ролевой игре «Запрос на психологическую помощь». Терапевт поддерживает первичный контакт, в ходе психо-коррекционной беседы предлагает инструмент для переработки синдрома СЭВ. Терапевт и клиент отрабатывают выбранный инструмент. Терапевт проводит завершение сессии с подведением итогов полученного результата. Задача наблюдателя отслеживать телесные проявления клиента в процессе диалога с терапевтом. Каждый участник тройки должен побывать во всех трех ролях
Упражнение «Формирование опросника»	Работа студентов в малых группах. Первый этап. Каждый делится тем, как в их семьях относились к вопросам чувственности/сердечности/сексуальности. Второй этап. Студенты делятся своими фантазиями и представлениями о чувственности/сердечности/сексуальности
Упражнение «Чувствительность, сердечность, сексуальность, сепарацию»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент – терапевт). Клиент лежит на спине, ноги до колена включительно открыты, терапевт оказывает мягкое и нежное массажное воздействие на кожу открытой зоны, также можно делать и с руками, работа с маслом. Каждый студент должен поработать в роли терапевта и в роли клиента.
Упражнение «Контакт с витальной силой»	Студенты делятся на пары. В парах, встать на четвереньки друг на против друга, ощутить гибкость в теле, и не входя в контакт друг с другом, представив себя животным, «порычать» друг на друга. Наблюдать как отзывается тело
Упражнение «Работа с гневом и правом побеждать»	Студенты делятся на пары. (1й студент - клиент, 2й студент – терапевт). Терапевт и клиент толкаются, в плечи, как бы исполняя «мужской танец». Терапевт провоцирует клиента на проявление активности. Клиент в итоге должен победить, но не сразу. Любой может сказать «стоп». Клиент все время смотрит в глаза терапевту и исследует свои телесные реакции

Типовые вопросы для конспекта по компетенции ПК-2:

1. Нарушения тактильного восприятия и близость
2. Значимость тактильного контакта во взрослом возрасте
3. Тактильный контакт и современная культура чувственности
4. Понятие копинг-стратегий (КС). Типы КС: продуктивные и непродуктивные
5. Взаимосвязь выраженности СЭВ при разных типах КС

6. Концепция трехмерной модели личности Виктора Франкла
7. Стадии СЭВ
8. Группы профессий повышенного риска развития СЭВ
9. Главные различия СЭВ от депрессивных состояний и других психо-эмоциональных нарушений
10. История развития клиента в семейной системе, в темах: чувственности, сердечности, сексуальности
11. Базовые представления, по возрастам развития ребенка в темах чувственность, сердечность, сексуальность
12. Агрессия как сила проявления жизни
13. Генитальный тип как воплощение здоровой самоактуализирующейся личности по В. Райху
14. Агрессия, как основной движущий мотив к самоактуализации по Гольдштейн
15. Этические принципы работы
16. Принципы формирования запроса в телесно-ориентированной психотерапии

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

1. СЭВ в международном классификаторе болезней ВОЗ
2. Определение и оценка состояния при СЭВ с помощью тестов
3. Условия создания терапевтического альянса
4. Практика на выявление и переработку СЭВ
5. Схема телесно-ориентированного цикла работы с СЭВ
6. Применение дыхательных практик в повышении стрессоустойчивости
7. Социально тактильное взаимодействие, между матерью и ребенком и телесно-ориентированные психотерапевтические практики
8. Модель взаимоотношений в семье в вопросах чувственности, сердечности, сексуальности и ее влияние на формирование ребенка
9. Гнев как проявление подавления здоровой агрессии

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

1. Методики и диагностики стресса: методика SAN, шкала стресса Холмса-рея, шкала стресса PSM 25
2. Основы стратегии работы с чувствами
3. Копинг-тест Лазаруса
4. Оценка копинг-механизмов и стратегий преодоления трудностей
5. Методы выявления СЭВ

6. Особенности работы с СЭВ в индивидуальном и групповом формате
7. Особенности онлайн и офлайн работы с СЭВ в телесно-ориентированной психотерапии. Основные положения интегративного подхода в работе с СЭВ
8. Механизм работы с-тактильной системы
9. Фантазия клиента, как мостик между эго клиента и его бессознательным
10. Базовые методы разблокирования здоровой агрессии
11. Этапы проявленности эмоциональных «слоев» в приближении здоровой агрессии (активности)

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **экзамен**

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 Основоположником концепции синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) является: А) Зигмунд Фрейд В) Герберт Фрейденбергер С) Карл Юнг D) Вильгельм Райх Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите правильный ответ

	Физиологическое выражение стресса в концепции Г. Селье связано с: А) Адаптационным синдромом (общий адаптационный синдром) В) Когнитивными искажениями С) Социальной дезадаптацией D) Психоаналитическими защитами Ответ:
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы К симптомокомплексу СЭВ по К. Маслач относятся: А) Эмоциональное истощение В) Деперсонализация С) Снижение профессиональной эффективности D) Гипертимная активность Ответ:
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из перечисленных методов относятся к телесно-ориентированной психотерапии? А) Биосинтез В) Когнитивно-поведенческая терапия С) Метод Фельденкрайза D) Хакоми-метод Ответ:
5	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Принципы терапевтического контракта в телесно-ориентированной психотерапии включают: А) Добровольность участия В) Конфиденциальность С) Жесткие временные рамки без возможности корректировки D) Четкое определение целей и границ работы Ответ:
6	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите понятия с их определениями:

Понятие		Определения	
1	Синдром эмоционального выгорания (СЭВ)	A	Способность удерживать и перерабатывать эмоции, не подавляя их и не действуя импульсивно
2	Контейнирование	B	Бессознательный образ себя, формируемый через телесные ощущения и движение
3	Соматический резонанс	C	Хроническое состояние стресса, приводящее к эмоциональному истощению, цинизму и снижению профессиональной эффективности
4	Телесно-ориентированное разрешение конфликтов	D	Метод работы с внутренними противоречиями через осознание и трансформацию телесных блоков
5	Я-концепция по Фельденкрайзу	E	Телесное отражение эмоционального состояния другого человека (например, непроизвольное напряжение в ответ на чужой стресс)

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4	5

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите авторов или концепции с их вкладом:

Ученые или методы		Вклады	
1	Ганс Селье	A	Направление телесно-ориентированной терапии, фокусирующееся на интеграции дыхания, движения и работы с ранними травмами.
2	Моше Фельденкрайз	B	Подчеркивает важность тактильного контакта и безопасной привязанности в раннем детстве для здорового развития.
3	К. Маслач и С. Джексон	C	Создал метод соматического обучения, основанный на осознании движений и телесных паттернов.
4	Теория привязанности	D	Разработал теорию стресса, введя понятие «общий адаптационный синдром».

	4	Биосинтез	Е	Описали три основных симптома СЭВ: эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение продуктивности.			
--	---	-----------	---	---	--	--	--

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4	5

8

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Упорядочите этапы развития телесно-ориентированной психотерапии от ранних к современным:

1. Метод Фельденкрайза
2. Теория мышечного панциря В. Райха
3. Биосинтез (Д. Боаделла)
4. Современные интегративные подходы

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

9

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Разделите представленные ниже понятия на две группы "Основные методы телесно-ориентированной терапии" и "Сопутствующие психологические концепции"

1. Биосинтез
2. Теория стресса Г. Селье
3. Метод Фельденкрайза
4. Теория привязанности
5. Бодинамика
6. Синдром эмоционального выгорания
7. Хакоми-метод

Запишите выбранные цифры в соответствующие группы:

Основные методы телесно-ориентированной терапии							
---	--	--	--	--	--	--	--

	<table><tr><td>Сопутствующие психологические концепции</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Сопутствующие психологические концепции							
Сопутствующие психологические концепции									
10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Расположите в правильном порядке этапы работы с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированном подходе: 1. Осознание телесных симптомов и зажимов 2. Работа с границами и ресурсными состояниями 3. Диагностика уровня выгорания 4. Интеграция новых паттернов в повседневную жизнь 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 Телесно-ориентированная психотерапия работает только с физическими симптомами, без учета эмоционального состояния клиента Ответ: Обоснование:								
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) проявляется исключительно у представителей помогающих профессий (врачи, психологи) Ответ: Обоснование:								
13	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка, 35 лет, менеджер проекта, жалуется на хроническую усталость, раздражительность и ощущение "пустоты" после 2 лет работы без отпуска. При телесной диагностике выявлены зажимы в плечевом поясе и поверхностное дыхание. Какие телесно-ориентированные техники вы предложите для первого этапа работы с ее симптомами? Ответ:								
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы								

	Мужчина, 40 лет, испытывает трудности в выражении чувств к партнеру. В детстве получал установки: "Мужчины не плачут" и "Не будь слабым". При работе с телом заметно блокирование грудного отдела. Как использовать метод Фельденкрайза для коррекции этого паттерна? Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка в терапии описывает конфликт с коллегой: "Чувствую, как сжимается желудок при одной мысли о ней". При демонстрации позы оппонента непроизвольно скрещивает руки. Какие этапы телесно-ориентированного разрешения конфликта здесь уместны? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы У клиента диагностирован психосоматический гастрит на фоне хронического стресса. На сеансе отмечается гипертонус симпатической НС: холодные руки, учащенный пульс. Какие техники биосинтеза или заземления помогут восстановить баланс вегетативной нервной системы? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Студентка, 22 года, не может отказать одноклассникам, взваливая на себя их задачи. При визуальной диагностике – "сжатая" поза, взгляд в пол. В анамнезе – авторитарная мать. Как через телесные упражнения помочь ей сформировать здоровые границы? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите, как вы будете применять метод Фельденкрайза для работы с клиентом, испытывающим хроническое напряжение в шее и плечах на фоне стресса. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите, какие телесно-ориентированные техники вы включите в программу реабилитации при синдроме эмоционального выгорания, учитывая физические и эмоциональные симптомы. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ

Опишите, как вы будете использовать принципы соматического резонанса в работе с клиентом, который испытывает трудности в выражении агрессии.

Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Какие основные понятия синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) выделяются в современной психологии?
2. Каковы этапы возникновения и развития синдрома эмоционального выгорания в концепциях Герберта Фрейденберга и Г. Норта?
3. Каков симптомокомплекс синдрома эмоционального выгорания по К. Маслач, С. Джексон и М. Лейтеру?
4. Каковы физиологические проявления стресса в контексте синдрома эмоционального выгорания?
5. Как К. Маслач разделяет симптомы эмоционального выгорания на физические, поведенческие и психологические, и как это соотносится с био-психо-социальной моделью работы с СЭВ?
6. Каковы основы проблемной анатомии в контексте синдрома эмоционального выгорания?
7. Как "Я-концепция" может быть применена в работе с синдромом эмоционального выгорания?
8. Какие техники работы с бессознательным образом Я предлагает М. Фельденкрайз, и как они могут быть использованы при СЭВ?
9. Каковы принципы телесного считывания в контексте телесно-ориентированной психотерапии?
10. Каковы правила и порядки терапевтического контракта при работе с клиентами, испытывающими синдром эмоционального выгорания?
11. Какова эффективность телесно-ориентированной психотерапии в работе с синдромом эмоционального выгорания, включая упражнения на заземление и центрирование?
12. Какие подходы существуют для развития навыка контейнирования в процессе терапии?
13. Каковы подходы к развитию навыка формирования и реконструкции личностных и профессиональных границ в телесно-ориентированной психотерапии?
14. Каковы основы модели разрешения конфликтов Body-Knot (Bodinamika) и ее применение в практике?
15. Каковы процессы групповой динамики и их влияние на терапевтический процесс?
16. Что такое саморегуляция, и какие механизмы лежат в ее основе?
17. Каковы принципы и понятие соматического резонанса в контексте телесно-ориентированной психотерапии?
18. Какие методы психологической саморегуляции применяются в работе с клиентами?
19. Каковы основы и работа с ресурсоориентированными телесными техниками при синдроме эмоционального выгорания, включая методы Биодинамики, Биосинтеза, Хакоми и телесного сознания М. Фельденкрайза?

20. Как дисфункциональная семейная система влияет на расщепление формирующегося детского сознания в вопросах чувственности, сердечности и сексуальности, а также на их последствия во взрослой жизни клиента?
21. Как теория привязанности объясняет значимость кожного контакта (чувственность), близости/понимания (сердечность) и радостного возбуждения (сексуальность)?
22. Как семейная система выступает в качестве основной формирующей среды для личности?
23. Что такое семейные послания, и каково их значение и влияние на личность?
24. Каковы виды озвученных и неозвученных посланий в контексте семейных отношений?
25. Как определяется термин «агрессия» в современной психологии?
26. Как агрессия рассматривается как естественный принцип развития и адаптации ребенка?
27. Какова нейрофизиология мозга новорожденного и его развитие в первые три года жизни с точки зрения здоровых принципов воспитания ребенка?
28. Как агрессия/активность соотносятся с работой вегетативной нервной системы?
29. Как дисбаланс симпатической и парасимпатической нервной системы является основным компонентом психосоматических расстройств?

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 «Отойди»	Проводится обсуждение результатов упражнения в рабочих группах и в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка выстраивания и удержания личных границ
Упражнение «Бочка»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка осознания и управления своими эмоциям.
Упражнение «Контакт с собой»	Проводится обсуждение результатов совместно с наблюдателем. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность телесного интеллекта, навыка распознавания собственных эмоций
Упражнение «Сексуальность и защищенность»	Проводится обсуждение работы в паре в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка защищенности и проявления сексуальности
Упражнение «Работа с сердечным блоком»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка работы с сердечным блоком
Упражнение «Самоактуализация»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыков самоактуализации
Упражнение «Самопредъявление»	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка самопредъявления
Ролевая игра «Прояснение уровня эмоционального выгорания и формирование запроса на психологическую помощь»	Проводится обсуждение результатов в мини группе и в общей группе. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыков установления контакта в диалоге с клиентом, навыка применения диагностического материала в ходе работы, развитие заключения контракта на работу с конкретным запросом, использования информации, полученной через телесные проявления для достижения вышеперечисленных целей

Упражнение «Телесное считывание»	Проводится обсуждение результатов работы в паре в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: оценка сформированности навыка телесного считывания, фокусировки внимания на телесных показателях и проявлениях, навыка фактической речи для нейтрализации вербального взаимодействия с клиентом при включении в работу телесных проявлений
Ролевая игра "Проведение психо-коррекционной сессии с отработкой полученных навыков»	Проводится обсуждение результатов работы в тройках вместе с наблюдателем и в общей группе. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыков ведения психо-коррекционной работы навыка использования полученных техник в телесно-ориентированном подходе в рамках запроса клиента
Упражнение «Формирование опросника»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: соответствие личных представлений о чувственности/ сердечности/ сексуальности и сформированных в родительской семье, получение диагностических данных для дальнейшей работы
Упражнение «Чувствительность, сердечность, сексуальность, сепарацию»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: оценка умения работать с чувствительностью, сердечностью, сексуальностью, умение оценить степень сепарации
Упражнение «Контакт с витальной силой»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: оценка навыка наблюдения за собственным телом и реакциями при взаимодействии
Упражнение «Работа с гневом и правом побеждать»	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: оценка навыка сформированности навыка работы с гневом и правом побеждать

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
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
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
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
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 **экзамена** оцениваются по следующей шкале:

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