

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:
6bbcb8f4da5b764041e7566146b8896094e



Институт психотерапии и клинической психологии

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ 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 системы знаний о теоретических основах, принципах и современных направлениях телесно-ориентированной психотерапии, а также способности анализировать психологическую проблематику с позиций телесно-ориентированного подхода и использовать полученные знания при решении профессиональных задач в области психологического консультирования.
Задачи дисциплины	– сформировать систему знаний о теоретических основах, принципах и современных направлениях телесно-ориентированной психотерапии; – раскрыть возможности телесно-ориентированного подхода для анализа взаимосвязи психологических и телесных проявлений личности; – систематизировать представления о диагностических возможностях телесно-ориентированной психотерапии и особенностях профессионального анализа психологической проблематики; – развить навыки анализа психологической проблематики и формулирования профессиональных гипотез с использованием положений телесно-ориентированного подхода; – сформировать способность использовать знания о телесно-ориентированной психотерапии при решении профессиональных задач в области психологического консультирования; – способствовать развитию профессиональной рефлексии и понимания места телесно-ориентированной психотерапии в системе современных направлений психологической помощи.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

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

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-1 Способен разрабатывать мероприятия по оказанию различных видов психологической помощи (консультативного, психокоррекционного, реабилитационного)	ПК-1.1 Способен диагностировать и определять факторы, условия возникновения и негативные последствия психологических проблем граждан, обратившихся за психологической помощью
	ПК-1.2 Способен разрабатывать мероприятия по оказанию различных видов психологической помощи с учетом диагностики и определения факторов возникновения психологических проблем граждан, обратившихся за психологической помощью

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	5/180
Форма промежуточной аттестации	экзамен
Контактная работа	80
лекции	24
практические занятия	56
Самостоятельная работа	73
Контроль	27

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Общее представление о Телесно-ориентированной психотерапии. Западные и восточные корни телесной психотерапии	30	4	8	18
2	Обзор теории и методологии телесно-ориентированной терапии	27	4	8	15
3	Связь Телесно-ориентированной психотерапии с анатомией и физиологией	24	4	10	10
4	Базовые понятия Телесно-ориентированной психотерапии	24	4	10	10
5	Считывание телесной информации, телесная метафора, первичная диагностика	24	4	10	10
6	Контакт в Телесно-ориентированной психотерапии. Виды и выбор контакта	24	4	10	10
	Контроль	27			
	ИТОГО	180	24	56	73

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Общее представление о Телесно-ориентированной психотерапии. Западные и восточные корни телесной психотерапии	Общие представления о ТОП: предмет и способ работы, специфика. Понимание, что тело у клиента есть всегда. Развитие новорожденного и телесное эго. Телесно-ориентированная психология в России: проблемы и перспективы развития. История становления и развития ТОП, основные направления, положения. Существующие определения ТОП. Общие факторы психотерапии. Преимущества и ограничения ТОП, сочетание с другими направлениями психотерапии. Западная и восточная парадигмы отношения к телу
Обзор теории и методологии телесно-ориентированной терапии	Холистический подход в телесно-ориентированной терапии. Тело как пространство формирующего опыта жизни клиента. Представление о терапевтической эффективности ТОП. Области применения ТОП (психокоррекция, психотерапия, саморазвитие и личностный рост,

	психосоматические заболевания, аддиктивное поведение, психологические травмы различного вида)
Связь Телесно-ориентированной психотерапии с анатомией и физиологией	Истоки формирования ТОП (физиология, анатомия, философия). Ранний телесный опыт и нейрофизиология. Параллелизм телесного и психологического эго. Представление о том, что мир нам дан в ощущениях
Базовые понятия Телесно-ориентированной психотерапии	Социальное и животное тело; энергия; контакт; образ, схема, структура тела; телесная метафора; блок и зажим; проблемная анатомия; топография тела, базовые проблемы и их расположение в теле
Считывание телесной информации, телесная метафора, первичная диагностика	Проблемная анатомия и первичная диагностика в телесно-ориентированном подходе. Проблемная анатомия. Связь частей и зон тела с различными психологическими аспектами и отражение наиболее распространенных проблем во внешнем виде и физических проявлениях человека. Развитие идеи от народной мудрости до концепций В. Райха, А. Лоуэна, М. Фельденкрайза, Л. Марчер. Телесное считывание. Да-нет реакции. Телесная метафора
Контракт в Телесно-ориентированной психотерапии. Виды и выбор контракта	Этические правила и кодекс телесно-ориентированного психотерапевта. Принципы конфиденциальности, контракта и конгруэнтности в отношениях. Принцип присутствия, корректного использования силы и правило сексуальной сдержанности. Принципы мониторинга своего профессионального уровня и оценивания хода терапии, а также принцип честности и уважения по отношению к клиенту. Этика прикосновения. Первичное интервью и принцип контракта. Виды контракта: внешний, внутренний, письменный, устный. Основные требования к внешнему контракту. Принципы прояснения истинного запроса. Запрос как основа для формирования внутреннего контракта

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Общее представление о Телесно-ориентированной психотерапии. Западные и восточные корни телесной психотерапии	Конспектирование (ПК-1.1 знает ПК-1.2 знает)	Конспект
Обзор теории и методологии телесно-ориентированной терапии	Работа с литературными источниками, повторение материалов вебинара (ПК-1.1 знает ПК-1.2 знает)	Устный доклад
Связь Телесно-ориентированной психотерапии с анатомией и физиологией	Упражнения «Заземление» «Капля», «Центрирование» (ПК-1.1 умеет ПК-1.2 умеет)	Отчет о работе
Базовые понятия Телесно-ориентированной психотерапии	Упражнение «Телесное считывание» (ПК-1.1 умеет ПК-1.2 умеет)	Отчет о работе
Считывание телесной информации, телесная метафора, первичная диагностика	Проведение диагностической сессии (ПК-1.1 владеет ПК-1.2 владеет)	Проведение сессии
Контракт в Телесно-ориентированной психотерапии. Виды и выбор контракта	Упражнения «Контакт дистанцией», «Контакт по площади» (ПК-1.1 владеет ПК-1.2 владеет)	Защита презентации

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 изд. (эл.) – (Телесно-ориентированная психотерапия) / М. Фельденкрайз. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 316 с. - ISBN 978-5-7312-0959-5	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384717/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети 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</i>	Российское Психологическое Общество

стандарты и информационные ресурсы.	
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига
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.