

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.07.2026 15:18:22
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e256c146b8898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И БАЗОВЫЕ НАВЫКИ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Психотерапия последствий травматического опыта и кризисных состояний
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	ПК-2.1 Выявляет и анализирует психологические факторы, определяющие состояние психического здоровья и уровень адаптации клиента (личности или коллектива), для формулирования консультативной гипотезы и определения стратегии помощи	знает функции симптома в телесно-ориентированной работе, концепцию травмы как незавершенного действия, а также теории психологических границ и принципы обеспечения опорности в терапевтическом процессе	умеет под руководством наставника проводить ресурсно-ориентированные интервью для выявления адаптационных возможностей клиента, анализировать телесные проявления травматического опыта и формулировать консультативные гипотезы, направленные на снижение симптоматики	владеет базовыми навыками формирования соматической осознанности, приемами работы с личными границами и первичным опытом реализации техник ресурсного восстановления для оказания информационной и психологической поддержки клиентам
	ПК-2.2 Проводит консультативные мероприятия с использованием методов и техник выбранного психотерапевтического подхода в соответствии с заявленной проблемой и индивидуально-психологическими особенностями обратившихся			

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами		
Теоретико-методологические основы телесно-ориентированной психотерапии	Устный опрос	знает функции симптома в телесно-ориентированной работе, концепцию травмы как незавершенного действия, а также теории психологических границ и принципы обеспечения опорности в терапевтическом процессе
Феноменология контакта в телесно-ориентированной психотерапии	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить ресурсно-ориентированные интервью для выявления адаптационных возможностей клиента, анализировать телесные проявления травматического опыта и формулировать консультативные гипотезы, направленные на снижение симптоматики
Концепция границ в телесно-ориентированной психотерапии		
Работа с психосоматической симптоматикой	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками формирования соматической осознанности, приемами работы с

		личными границами и первичным опытом реализации техник ресурсного восстановления для оказания информационной и психологической поддержки клиентам
--	--	---

2.2. Типовые оценочные материалы текущего контроля

Оценочное средство	Типовое задание / содержание
Устный опрос	Преподаватель объявляет первый вопрос. Студент обдумывает ответ и отвечает на вопрос преподавателя. Преподаватель может задать уточняющие вопросы, попросить привести примеры или объяснить свою точку зрения. Если студент затрудняется ответить на какой-либо вопрос, преподаватель может дать подсказку или направить студента к правильному ответу. По итогам опроса преподаватель дает обратную связь, учитывая полноту и точность ответов, а также способность студента рассуждать и анализировать информацию. В конце опроса преподаватель может подвести итоги, выделить наиболее важные моменты и дать рекомендации по улучшению знаний и навыков.
Практическое задание №1	Преподаватель проводит соматическую медитативную сессию (10 минут пассивного наблюдения за дыханием). По команде ведущего студенты, открыв глаза, физически прикладывают руку к точке, из которой велось наблюдение. Студент оформляет краткий бланк самоанализа, фиксируя координаты точки (внутри тела: грудь, голова, живот -или вне тела).
Практическое задание №2	Отработка в парах «Терапевт - Клиент». Преподаватель визуально контролирует пространственную разметку кабинета на 3 зоны: 1-я (ассоциированная позиция переживания), 2-я (плавающая позиция диссоциированного наблюдателя), 3-я (изолированная зона отдыха и стабилизации). Наставник оценивает способность «терапевта» калибровать вегетативный тонус клиента и своевременно осуществлять его физический перевод в 3-ю зону при первых признаках гипер- или гиповозбуждения.

Типовые вопросы по компетенции ПК-2:

1. Если во время дыхательной практики клиент ставит руку не на грудь или голову, а показывает точку в полуметре над собой, о чем это говорит психологу? Что такое соматическая диссоциация и зачем психика выносит "наблюдателя" за пределы тела?
2. В технике "Три точки" мы просим клиента физически пересечь или перейти во вторую зону и оттуда рассказать, что он видит в первой точке. Как этот пространственный трюк помогает человеку говорить о пережитом насилии или аварии без сильного страха?
3. По каким внешним признакам (в дыхании, коже, позе) телесный терапевт должен мгновенно понять, что клиент покинул "окно толерантности" и ушел в состояние гипervозбуждения или, наоборот, гиповозбуждения?
4. Вы увидели, что клиента начало сильно трясти, и увели его в третью точку (зону отдыха). Почему в этой зоне категорически запрещено продолжать обсуждать травму? О чем именно нужно говорить с клиентом на этом этапе?

5. Что такое телесная "витальность" (жизненность) и по каким соматическим изменениям в клиенте, сидящем в третьей точке, вы поймете, что его нервная система успокоилась и восстановилась? Какова цель этого этапа?

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **зачет**

3.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

3.2.1. Типовые тестовые задания

№ п/п	Типовое тестовое задание
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой из следующих аспектов является предметной областью телесно-ориентированной психотерапии? А) Эмоциональное состояние клиента Б) Физические ощущения и телесные реакции В) Социальные взаимодействия Г) Когнитивные процессы Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какое из следующих утверждений наилучшим образом описывает симптом в контексте телесно-ориентированной психотерапии? А) Симптом является исключительно проблемой, которую необходимо устранить Б) Симптом может быть как проблемой, так и ресурсом для терапии В) Симптом не имеет значения в процессе терапии Г) Симптом всегда указывает на наличие физического заболевания Ответ:

3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих форм контактного взаимодействия являются типичными в телесно-ориентированной психотерапии? А) Вербальный контакт Б) Тактильный контакт В) Эмоциональный контакт Г) Визуальный контакт Ответ:																		
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих видов психологических границ существуют в телесно-ориентированной психотерапии? А) Эмоциональные границы Б) Физические границы В) Социальные границы Г) Интеллектуальные границы Ответ:																		
5	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих методов могут использоваться в телесно-ориентированной работе с психосоматической симптоматикой? А) Дыхательные практики Б) Ведение дневника эмоций В) Когнитивная реконструкция Г) Телесные упражнения Ответ:																		
6	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте типы телесного контакта с их описаниями. <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Типы телесного контакта</th><th colspan="2">Описание</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td><td>Тактильный контакт</td><td>А</td><td>Связь, основанная на обмене чувствами и переживаниями</td></tr> <tr> <td>2</td><td>Эмоциональный контакт</td><td>Б</td><td>Контакт, осуществляемый через слова и коммуникацию</td></tr> <tr> <td>3</td><td>Пространственный контакт</td><td>В</td><td>Физический контакт, например, прикосновения или объятия</td></tr> </tbody> </table>			Типы телесного контакта		Описание		1	Тактильный контакт	А	Связь, основанная на обмене чувствами и переживаниями	2	Эмоциональный контакт	Б	Контакт, осуществляемый через слова и коммуникацию	3	Пространственный контакт	В	Физический контакт, например, прикосновения или объятия
Типы телесного контакта		Описание																	
1	Тактильный контакт	А	Связь, основанная на обмене чувствами и переживаниями																
2	Эмоциональный контакт	Б	Контакт, осуществляемый через слова и коммуникацию																
3	Пространственный контакт	В	Физический контакт, например, прикосновения или объятия																

	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%; text-align: center;">4</td> <td style="width: 80%;">Вербальный контакт</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">Г</td> <td style="width: 80%;">Контакт, связанный с расстоянием между терапевтом и клиентом</td> </tr> </table>	4	Вербальный контакт	Г	Контакт, связанный с расстоянием между терапевтом и клиентом																										
4	Вербальный контакт	Г	Контакт, связанный с расстоянием между терапевтом и клиентом																												
	Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">3</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>			1	2	3	4																								
1	2	3	4																												
7	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте понятия с их описаниями. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Понятие</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Описание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Психосоматический симптом</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Метод, направленный на выявление ресурсов клиента</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Травма как незавершенное действие</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Симптом, отражающий внутренние конфликты и переживания</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Ресурсно-ориентированное интервьюирование</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Подход к пониманию природы симптомов и их значения</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Эпистемологический анализ симптома</td> <td style="text-align: center;">Г</td> <td>Понимание травмы как события, требующего завершения</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">3</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>			Понятие		Описание		1	Психосоматический симптом	А	Метод, направленный на выявление ресурсов клиента	2	Травма как незавершенное действие	Б	Симптом, отражающий внутренние конфликты и переживания	3	Ресурсно-ориентированное интервьюирование	В	Подход к пониманию природы симптомов и их значения	4	Эпистемологический анализ симптома	Г	Понимание травмы как события, требующего завершения	1	2	3	4				
Понятие		Описание																													
1	Психосоматический симптом	А	Метод, направленный на выявление ресурсов клиента																												
2	Травма как незавершенное действие	Б	Симптом, отражающий внутренние конфликты и переживания																												
3	Ресурсно-ориентированное интервьюирование	В	Подход к пониманию природы симптомов и их значения																												
4	Эпистемологический анализ симптома	Г	Понимание травмы как события, требующего завершения																												
1	2	3	4																												
8	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы работы с соматической осознанностью в правильном порядке. 1. Осознание телесных ощущений 2. Интеграция опыта в терапевтический процесс 3. Установление контакта с телом 4. Анализ эмоциональных реакций Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:																														

	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
9	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы работы с травматическим опытом в правильном порядке. 1. Осознание травматического опыта 2. Применение ресурсно-ориентированного подхода 3. Завершение незавершенных действий 4. Интеграция нового опыта Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
10	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Телесно-ориентированная психотерапия игнорирует эмоциональные аспекты клиента. Ответ: Обоснование:				
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Телесный контакт в терапии не влияет на эмоциональное состояние клиента. Ответ: Обоснование:				
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Границы в контексте принципа опорности являются фиксированными и не подлежат изменению. Ответ: Обоснование:				
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Психосоматические симптомы всегда связаны с физическими заболеваниями.				

	Ответ: Обоснование:
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент приходит на сеанс с жалобами на постоянное напряжение в плечах и шее. Он также сообщает о повышенной тревожности и стрессах на работе. Какой подход вы могли бы использовать для работы с этим клиентом? Какой метод или техника может помочь этому клиенту? Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент во время сессии начинает рассказывать о своих переживаниях, связанных с трудными отношениями. Какой подход вы могли бы использовать для создания более глубокого телесного контакта? Какую технику вы примените для углубления контакта с клиентом? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Во время сессии клиент делится своими переживаниями о том, что его личное пространство нарушается в отношениях с близкими людьми. Какой вопрос вы зададите клиенту для углубления понимания его границ? Как вы ощущаете свои границы в этих отношениях, и что вам мешает их установить? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент приходит на сессию и жалуется на хроническую боль в спине, которая усиливается во время стресса. Какой вопрос вы зададите клиенту для углубления понимания его симптоматики? Как вы связываете вашу боль в спине с эмоциональными переживаниями или стрессовыми ситуациями? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные терапевтические функции телесного контакта в процессе телесно-ориентированной психотерапии? Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные стратегические аспекты работы с психологическими границами в телесно-ориентированной психотерапии? Ответ:

20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные принципы работы с психосоматической симптоматикой в телесно-ориентированной психотерапии? Ответ:
-----------	--

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Дайте определение телесно-ориентированной психотерапии и опишите ее предметную область.
2. Охарактеризуйте основные этапы развития телесно-ориентированного подхода в психотерапии.
3. Перечислите базовые теоретические принципы телесно-ориентированной психотерапии.
4. Назовите основные направления телесно-ориентированной психотерапии и кратко охарактеризуйте их особенности.
5. Дайте определение телесной осознанности и опишите способы ее формирования у клиента.
6. Охарактеризуйте основные техники развития соматической осознанности в психотерапии.
7. Дайте определение контакта в телесно-ориентированной психотерапии с феноменологической точки зрения.
8. Охарактеризуйте терапевтическое значение телесного контакта в психотерапевтическом процессе.
9. Перечислите основные типы контактного взаимодействия в телесно-ориентированной психотерапии.
10. Дайте определение психологических границ в телесно-ориентированном подходе.
11. Охарактеризуйте виды психологических границ и их телесные проявления.
12. Дайте определение опорности в телесно-ориентированной психотерапии и опишите ее значение.
13. Охарактеризуйте подходы к работе с нарушениями психологических границ.
14. Дайте определение психосоматического симптома в телесно-ориентированной психотерапии.
15. Охарактеризуйте симптом как объект терапевтической работы и источник ресурсов.
16. Перечислите основные методы работы с психосоматическими симптомами в телесно-ориентированной психотерапии.
17. Дайте определение психологической травмы в телесно-ориентированном подходе.
18. Охарактеризуйте модель травмы как незавершенного действия.
19. Дайте определение реакций «да» и «нет» в травматическом опыте и опишите их значение.
20. Охарактеризуйте ресурсно-ориентированное интервьюирование и его применение в работе с травматическим опытом.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
Устный опрос	Студент дает полный и правильный ответ, демонстрирует глубокое понимание материала, может привести примеры и аргументы. Студент дает достаточно полный и правильный ответ, но может допустить небольшие ошибки или неточности. Студент дает неполный или неправильный ответ, но пытается исправить свои ошибки. Студент не может дать ответ на вопрос или дает неправильный ответ.
Практическое задание №1	Высокий уровень: Студент точно зафиксировал физическое ощущение; в бланке отчета продемонстрировал понимание связи между локализацией «наблюдателя» и степенью интеграции личности; научно обосновал, почему точка вне тела (взгляд сверху, со стороны) является классическим маркером соматической диссоциации как защиты от травматического опыта. Пороговый уровень: Студент формально выполнил упражнение, но описание локализации носит житейский характер; связь между выносом точки наблюдения за пределы физического контура и защитными механизмами психики описана с трудом.
Практическое задание №2	Высокий уровень: Студент-терапевт демонстрирует безупречную сенсорную зоркость. Пространственные переходы осуществлены плавно. В 3-й зоне терапевт жестко держит рамку безопасности: полностью пресекает разговоры о травме, ведет диалог исключительно на ресурсные темы, используя техники заземления и фокусируясь на маркерах подъема витальности в теле клиента (появление румянца, углубление дыхания, расслабление позы). Пороговый уровень: Терапевт путает зоны в пространстве или пропускает момент вегетативного срыва клиента, допуская ретравматизацию в 1-й точке. В зоне отдыха терапевт сам увлекается расспросами о деталях травмы, нарушая протокол безопасности.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание принципов и логики применения психотерапевтических методов в работе с психосоматическими расстройствами. Способен соотносить особенности состояния клиента с выбором техник, выделять мишени воздействия и

		обосновывать последовательность работы. Под руководством преподавателя анализирует учебные случаи, предлагает обоснованные варианты использования методов и проявляет готовность к их применению в учебной практике. Особое внимание уделяется развитию навыков осознания телесных реакций и их связи с эмоциональными состояниями.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные методы и техники психотерапии психосоматических расстройств, их назначение и область применения. Под руководством преподавателя способен применять отдельные элементы в типовых ситуациях, выделять общие мишени воздействия и объяснять выбор методов на базовом уровне.
	Минимальный (пороговый)	Студент имеет общее представление о методах психотерапевтической работы, однако понимание их применения ограничено и несистемно. Испытывает затруднения при выборе техник и соотнесении их с особенностями состояния клиента. С опорой на преподавателя способен участвовать в разборе простых ситуаций, использовать отдельные элементы методов без полного понимания их логики и целей, допускает неточности в объяснении.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания принципов применения психотерапевтических методов. Не способен соотнести техники с задачами работы и состоянием клиента. Не может участвовать в анализе учебных ситуаций и применять даже отдельные элементы методов. Ответы носят несистемный характер, отсутствует понимание целей и логики психотерапевтического вмешательства.

4.3. Шкала оценивания тестирования

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

Процент правильных ответов	Оценка
60-100	зачтено
0-59	не зачтено