

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 29.08.2026 15:45:14
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e156c14c6b8898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО «Институт психотерапии
и клинической психологии»
_____/Гордеева Е.Г./
«14» апреля 2026 г.

Приказ от «14» апреля 2026 г. № 14/04/26-002-р

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ ТЕЛЕСНО- И ПРОЦЕССУАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Направление подготовки	37.03.01 Психология
Направленность (профиль)	Психологическое консультирование и психотерапия
Уровень высшего образования	Бакалавриат
Форма обучения	Очная

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся системы знаний о теоретических основах телесно-ориентированной и процессуально-ориентированной психотерапии, возможностях их применения в психологическом консультировании, а также о принципах профессионального и этически обоснованного использования данных подходов в практике психолога.
Задачи дисциплины	– сформировать представления о теоретических основах, принципах и основных направлениях телесно-ориентированной и процессуально-ориентированной психотерапии; – познакомить с психологическими механизмами взаимосвязи телесных, эмоциональных и психических процессов, а также особенностями процессуального подхода к консультированию; – сформировать представления о возможностях применения методов телесно- и процессуально-ориентированной психотерапии в психологическом консультировании с учетом профессиональных границ компетентности; – развить способность анализировать психологические процессы, телесные проявления и внутренние ресурсы личности при решении профессиональных задач; – сформировать представления об этических принципах, профессиональной ответственности и требованиях к деятельности психолога при использовании методов телесно- и процессуально-ориентированной психотерапии.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений	3 курс 6 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Универсальные компетенции (УК)	
Код и наименование УК	Индикатор достижения компетенции
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1 Определяет задачи, необходимые для достижения поставленной цели
	УК-2.2 Выбирает способы решения задач с учетом имеющихся ресурсов, ограничений и требований нормативных правовых актов
	УК-2.3 Оценивает результаты деятельности на соответствие поставленной цели

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-2 Способен участвовать в	ПК-2.1 Устанавливает профессиональное взаимодействие с участниками

организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций	консультативного процесса, соблюдая нормы профессиональной этики и конфиденциальности
	ПК-2.2 Анализирует особенности ситуации обращения и определяет направления консультативной работы в пределах поставленных задач
	ПК-2.3 Использует методы и приемы консультативного взаимодействия в соответствии с целью консультативной работы и особенностями ситуации обращения

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	4/144
Форма промежуточной аттестации	экзамен
Контактная работа	104
лекции	24
практические занятия	80
Самостоятельная работа	13
Контроль	27

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретические основы телесно-ориентированного подхода	13	4	8	1
2	Телесный контакт, психологические границы и работа с ресурсами	13	2	10	1
3	Телесные проявления психологических трудностей и работа с симптомом	14	2	10	2
4	Практические методы телесно-ориентированной работы в психологическом консультировании	17	2	12	3
5	Теоретические основы процессуально-ориентированной психологии	13	4	8	1
6	Структура переживания и процессы психологических изменений	12	2	8	2
7	Каналы восприятия и анализ психологических сигналов	11	2	8	1
8	Психологические границы изменений и работа с процессом	11	2	8	1
9	Практические методы процессуально-ориентированного консультирования	13	4	8	1

	Контроль	27			
	ИТОГО	144	24	80	13

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретические основы телесно-ориентированного подхода	Предмет и место телесно-ориентированной психотерапии в современной психологической практике. История становления и основные направления телесно-ориентированного подхода. Базовые теоретические концепции и методологические принципы. Представления о взаимосвязи психических и телесных процессов. Телесная осознанность как психологический ресурс. Основные способы развития соматической осознанности и навыков наблюдения за телесными проявлениями.
Телесный контакт, психологические границы и работа с ресурсами	Понятие телесного контакта и его значение в психологической практике. Формы контактного взаимодействия и особенности их использования. Представления о психологических границах личности. Виды и функции психологических границ. Понятие опоры в телесно-ориентированном подходе. Подходы к работе с нарушениями психологических границ и развитию телесных ресурсов клиента.
Телесные проявления психологических трудностей и работа с симптомом	Психосоматическая симптоматика как объект психологического анализа. Представления о симптоме в телесно-ориентированном подходе. Психологическая травма и ее телесные проявления. Понятие незавершенного действия. Основные принципы психологической помощи при работе с телесными проявлениями эмоциональных переживаний. Возможности ресурсно-ориентированного подхода в консультировании.
Практические методы телесно-ориентированной работы в психологическом консультировании	Возможности применения телесно-ориентированных техник в психологическом консультировании. Методы развития телесной осознанности, релаксации и саморегуляции. Использование телесных упражнений для снижения эмоционального напряжения и повышения психологической устойчивости. Ограничения применения методов и профессиональные границы психолога.
Теоретические основы процессуально-ориентированной психологии	История возникновения процессуально-ориентированного подхода. Основные идеи А. Минделла. Влияние аналитической психологии, восточной философии и современных научных концепций на развитие подхода. Понятия процесса, осознанности и психологических изменений. Процессуальный взгляд на психологическое консультирование.
Структура переживания и процессы психологических изменений	Понятия первичного и вторичного процессов. Особенности формирования идентичности. Двойные сигналы как проявления неосознаваемых переживаний. Психологическое значение вторичных процессов. Основные способы наблюдения и анализа психологических сигналов в консультативной практике.
Каналы восприятия и анализ психологических сигналов	Каналы восприятия в процессуально-ориентированной психологии. Особенности проявления психологических процессов через телесные ощущения, движения, образы, отношения и события. Принципы анализа различных каналов восприятия. Использование наблюдения за сигналами в психологическом консультировании.
Психологические границы изменений и работа с процессом	Понятие психологического края и его значение в процессе личностных изменений. Индивидуальные и социальные ограничения развития. Внутренние барьеры, механизмы сопротивления и психологические защиты. Принципы сопровождения клиента в процессе осознания и преодоления внутренних ограничений.
Практические методы	Основные способы сопровождения психологического процесса клиента.

процессуально-ориентированного консультирования	Принципы усиления и интеграции психологического опыта. Роль осознанности и профессиональной позиции психолога. Использование отдельных процессуально-ориентированных техник в психологическом консультировании. Профессиональные ограничения применения метода, вопросы этики и границ компетентности специалиста.
---	--

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретические основы телесно-ориентированного подхода	Работа с учебной литературой	Устный опрос
Телесный контакт, психологические границы и работа с ресурсами	Изучение рекомендованных источников	Обсуждение результатов работы
Телесные проявления психологических трудностей и работа с симптомом	Анализ учебных материалов	Участие в обсуждении
Практические методы телесно-ориентированной работы в психологическом консультировании	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
Теоретические основы процессуально-ориентированной психологии	Работа с учебной литературой	Устный опрос
Структура переживания и процессы психологических изменений	Анализ материалов по теме	Обсуждение результатов работы
Каналы восприятия и анализ психологических сигналов	Изучение рекомендованных источников	Анализ материалов по теме
Психологические границы изменений и работа с процессом	Самостоятельное изучение отдельных вопросов дисциплины	Участие в обсуждении
Практические методы процессуально-ориентированного консультирования	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний о теоретических основах телесно- и процессуально-ориентированного подходов, особенностях их применения в психологическом консультировании, а также на развитие навыков анализа профессиональных ситуаций и применения полученных знаний при решении профессиональных задач.

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

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- 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

3.2. 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

3.3. 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. 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.