

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 15:07:54
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b7c4041e25b6646b8898c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ

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 совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций в области работы с психосоматическими расстройствами в рамках телесно-ориентированной психотерапии и в области поливагальной теории для интеграции методов данных подходов с иными направлениями психологического консультирования и психотерапии
Задачи дисциплины	1. Систематизировать знания о взаимосвязи психических и соматических процессов, изучив основные теоретические взгляды на природу психосоматических явлений 2. Расширить представления об этиологии и патогенетических механизмах формирования психосоматических заболеваний 3. Углубить понимание психосоматики с позиции телесно-ориентированного подхода и изучить возможности интеграции телесных техник с иными методами лечения расстройств 4. Изучить закономерности формирования и развития психосоматических нарушений в контексте функционирования семейной системы 5. Проанализировать психоаналитические концепции психосоматики и роль вегетотерапии В. Райха в понимании телесных симптомов 6. Выявить роль и степень влияния эмоциональных факторов на возникновение, динамику и прогноз психосоматических расстройств 7. Ознакомиться с физиологией и анатомией вегетативной нервной системы на основе поливагальной теории 8. Изучить базовые и современные представления о поливагальной теории 9. Ознакомиться с основными протоколами диагностики и работы с клиентом в парадигме поливагальной теории

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

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

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования	ПК-3.1 Осуществляет комплексную клинико-психологическую диагностику и планирование вмешательства, направленного на выявление причин дезадаптации, психопатологических и эмоциональных нарушений, с последующей разработкой индивидуальных и групповых программ реабилитации и профилактики
	ПК-3.2 Реализует психотерапевтические интервенции с использованием широкого спектра клинических методов и техник, включая мониторинг динамики состояния клиента и оценку эффективности психологической помощи в междисциплинарном контексте

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	64
лекции	20
практические занятия	44
Самостоятельная работа	53
Контроль	27

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
	Телесно-ориентированная психотерапия в работе с психосоматическими расстройствами	67	12	28	27
1	Теоретико-методологические основы психосоматики	17	3	7	7
2	Психофизиологические и системные механизмы патогенеза	17	3	7	7
3	Методология и инструментарий телесно-ориентированной терапии	17	3	7	7
4	Прикладные аспекты и профилактика	16	3	7	6
	Поливагальная теория в телесно-ориентированной работе с психосоматикой	50	8	16	26
5	Основы поливагальной теории	13	2	4	7
6	Нейроцепция, вегетативная иерархия, корегуляция - основные понятия, принципы работы и связь с терапевтическим процессом	13	2	4	7
7	Вагус: анатомия и физиология	12	2	4	6
8	Базовые протоколы при работе в парадигме поливагальной теории	12	2	4	6
	Контроль	27			
	ИТОГО	144	20	44	53

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Телесно-ориентированная психотерапия в работе с психосоматическими расстройствами	
Теоретико-методологические основы психосоматики	Эволюция научных взглядов: Исторический обзор формирования психосоматического подхода. Современная научная парадигма: биопсихосоциальная модель здоровья и болезни. Дифференциальный анализ: Критерии разграничения истинных психосоматических расстройств, конверсионных симптомов, соматизированных депрессий и ипохондрических нарушений. Специфика телесного симптома как «языка» бессознательного. Классические концепции: Вклад Франца Александера (теория специфического конфликта) и Вильгельма Райха (концепция мышечного панциря) в понимание этиологии соматических заболеваний.
Психофизиологические и системные механизмы патогенеза	Вегетативная детерминация: Роль дисбаланса симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы в нарушении функций внутренних органов. Физиологические механизмы перехода эмоционального напряжения в органическое поражение. Системный семейный контекст: Семья как среда формирования психосоматического симптома. Роль семейных сценариев, «делегирувания» болезни и дисфункциональных коммуникаций в развитии нарушений у членов системы. Границы личности: Нарушение психологических и физических границ как этиологический фактор развития психосоматической патологии. Телесная репрезентация личностных границ.
Методология и инструментарий телесно-ориентированной терапии	Базовые регуляторные навыки: Технологии развития телесной осознанности. Методология формирования устойчивого заземления и центрирования как фундамента для работы с симптомом. Дыхательные технологии: Роль паттернов дыхания в поддержании психосоматического гомеостаза. Применение дыхательных практик для снижения вегетативной реактивности и интеграции аффекта. Эмоциональная экспрессия: Связь блокированных эмоций с соматизацией. Телесные практики, направленные на идентификацию, контейнирование и экологичное выражение подавленных чувств. Работа с границами: Психотерапевтическая реконструкция личного пространства и восстановление навыка управления дистанцией в контакте.
Прикладные аспекты и профилактика	Особенности применения методов телесно-ориентированной психотерапии при работе с различными группами расстройств (сердечно-сосудистые, желудочно-кишечные, респираторные и др.). Профилактика психосоматических нарушений у представителей помогающих профессий. Технологии самопомощи и поддержания психофизиологической устойчивости терапевта.
Поливагальная теория в телесно-ориентированной работе с психосоматикой	
Основы поливагальной теории	Базовые представления о поливагальной теории Стивена Порджеса. Знакомство с физиологией и анатомией вегетативной нервной системы на основе поливагальной теории Новые представления о вегетативной нервной системе и ее влияние на состояния в жизни клиента
Нейроцепция, вегетативная иерархия, корегуляция - основные понятия, принципы работы и связь с терапевтическим процессом	История эволюции нервной системы Вегетативная лестница Адаптивные реактивные паттерны Нейроцепция как вегетативная система наблюдения
Вагус: анатомия и физиология	Вегетативная иерархия. Гомеостаз. Дорзальное, симпатическое, вентральное состояние
Базовые протоколы при работе в парадигме поливагальной теории	Картирование нервной системы

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Телесно-ориентированная психотерапия в работе с психосоматическими расстройствами	Изучение механизмов конверсии, соматизации и соматоформных расстройств в ТОП. Анализ «языка тела» как заблокированного речевого импульса	Проверка знаний о психосоматических масках стресса и принципах деструкции мышечных блоков
Поливагальная теория в телесно-ориентированной работе с психосоматикой	Изучение трех вегетативных контуров. Изучение концепции нейроцепции К. Порджеса	Заполнение диагностической карты-схемы «Поливагальный профиль психосоматического клиента: маркеры тонуса и дыхания»

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. 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
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	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	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
5	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
6	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
7	Хирш Матиас. «Это мое тело... и я могу делать с ним что хочу»: Психоаналитический взгляд на диссоциацию и инсценировки тела / Пер. с нем. (Библиотека психоанализа). - Москва : Когито-Центр, 2018. - 381 с. - ISBN 978-5-89353-537-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/385901/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
8	Чайклин Ш. Искусство и наука танцевально-двигательной терапии: Жизнь как танец / Ш. Чайклин, Х. Венгровер. - Москва : Когито-Центр, 2017. - 419 с. - ISBN 978-5-89353-516-7	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/385910/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	Макдугалл Дж. Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 215 с. - ISBN 5-89353-193-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29491/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Печерская В. А. Панические атаки: верни контроль над своим телом / В.А. Печерская. - Москва : Галактика, 2023. - 212 с. - ISBN 978-5-6048979-6-6	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/398211/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Римский С. А. Мудрость тела. Путеводитель по методам	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384716/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети

	телесно-ориентированной терапии [Электронный ресурс] : антология / пер. с англ. – 2-е изд. (эл.) / С.А. Римский. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 275 с. - ISBN 978-5-7312-0927-4	Текст: электронный	Интернет, по логину и паролю организации
4	Каматтари Дж. 10+1 методов расслабления / В. Баскаков. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 178 с. - ISBN 978-5-94193-845-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/362411/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.