

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:
6bbcb8f4da5b7c4041e256c14c5898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

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. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся системы знаний о возможностях телесно-ориентированной психотерапии в работе с различной психологической проблематикой, а также способности анализировать психологические особенности клиентов и использовать возможности телесно-ориентированного подхода при решении профессиональных задач в области психологического консультирования.
Задачи дисциплины	– сформировать систему знаний о теоретических основах применения телесно-ориентированной психотерапии при работе с различной психологической проблематикой; – раскрыть возможности телесно-ориентированного подхода в анализе психологических механизмов возникновения и проявления различных психологических состояний и трудностей; – систематизировать представления о диагностических возможностях телесно-ориентированной психотерапии и принципах профессионального анализа психологической проблематики; – развить навыки анализа психологической проблематики и оценки возможностей применения телесно-ориентированного подхода с учетом индивидуальных особенностей клиента; – 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	2 курс 4 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
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 расстройствами
	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)
	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

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	56
лекции	20
практические занятия	36
Самостоятельная работа	61
Контроль	27

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания	8	2	1	5
2	Диагностика синдрома эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии. Синдром эмоционального выгорания и копинг-стратегии	9	2	2	5
3	Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа	11	2	4	5
4	Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста	8		2	6
5	Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему	11	2	4	5
6	Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности	10	2	3	5
7	Теория привязанности по Боулби через чувственность, сердечность, сексуальность	9	2	2	5
8	Фантазии клиента, как зона развития	9	1	3	5
9	Влияние семейной системы (озвученные послания и не озвученные), на формирование чувственности, сердечности и сексуальности	9	1	3	5

10	Базовое понятие агрессии, первичный период развития и нейрофизиология агрессии Агрессия и гнев, взаимодействие и конфликт этих состояний в жизни и теле клиента	12	2	5	5
11	Основные понятия и принципы формирования здоровой, активной (агрессивной) личности по В. Райху	9	2	2	5
12	Влияние подавленной агрессии на формирование психосоматических расстройств. Тактика и стратегия работы с клиентом в теме агрессии в рамках телесно-ориентированной психотерапии	12	2	5	5
	Контроль	27			
	ИТОГО	144	20	36	61

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания	Основные понятия синдрома эмоционального выгорания (СЭВ). Возникновение и развитие СЭВ в концепциях Герберта Фрейденберга и Г. Норта. Симптомокомплекс К. Маслач, С.Джексон. И М. Лейтер. Концепция трехмерной модели личности Виктора Франкла. СЭВ в международном классификаторе болезней, ВОЗ. Определение и оценка состояния при СЭВ с помощью тестов. Стадии СЭВ. Группы профессий повышенного риска развития СЭВ. Статистика. Основные положения концепции стресса Г.Селье. Методики и диагностики стресса: методика SAN, шкала стресса Холмса-рея, шкала стресса PSM 25. Физиологическое выражение стресса. Основы стратегии работы с чувствами. Разделение симптомов СЭВ по К.Маслач: физические, поведенческие, психологические. Аспекты био-психо-социальной модели работы с СЭВ
Диагностика синдрома эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии. Синдром эмоционального выгорания и копинг-стратегии	Основы проблемной анатомии и СЭВ. Применение «Я-концепции» в работе с СЭВ. Техника работы с бессознательным образом Я (концепция М. Фельденкрайза). Принципы телесного считывания. Практика на выявление и переработку СЭВ. Понятие копинг-стратегий (КС). Типы КС: продуктивные и непродуктивные. Взаимосвязь выраженности СЭВ при разных типах КС. Копинг-тест Лазаруса. Оценка копинг-механизмов и стратегий преодоления трудностей. Главные различия СЭВ от депрессивных состояний и других психоэмоциональных нарушений
Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа	Методы выявления СЭВ. Правила и порядки терапевтического контракта. Этические принципы работы. Условия создания терапевтического альянса. Принципы формирования запроса в телесно-ориентированной психотерапии. Схема телесно-ориентированного цикла работы с СЭВ. Эффективность телесно-ориентированной психотерапии в работе с СЭВ: упражнения на заземление и центрирование. Подходы развития навыка контейнирования. Подходы развития навыка формирования и реконструкции личностных и профессиональных границ в телесно-ориентированной психотерапии. Основы модели разрешения конфликтов Body-Knot (Bodinamika). Особенности работы с СЭВ в индивидуальном и групповом формате. Процессы групповой динамики. Особенности онлайн и офлайн работы с СЭВ в телесно-ориентированной психотерапии. Основные положения интегративного подхода в работе с СЭВ
Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста	Понятие и механизмы саморегуляции. Принцип и понятие соматического резонанса. Методы психологической саморегуляции. Применение дыхательных практик в повышении стрессоустойчивости. Основы и работа с ресурсоориентированными

	телесными техниками с СЭВ (Биодинамика, Биосинтез, Хакоми метод, телесное сознание М.Фельденкрайза)
Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему	Социально тактильное взаимодействие, между матерью и ребенком и телесно ориентированные психотерапевтические практики. Нарушения тактильного восприятия и близость. Значимость тактильного контакта во взрослом возрасте. Тактильный контакт и современная культура чувственности. Механизм работы с-тактильной системы
Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности	История развития клиента в семейной системе, в темах: чувственности, сердечности, сексуальности. Базовые представления, по возрастам развития ребенка в темах чувственность, сердечность, сексуальность. Влияние дисфункциональной семейной системы на расщепление формирующегося детского сознания в вопросах чувственности, сердечности и сексуальности и их последствия во взрослой жизни клиента
Теория привязанности по Боулби через чувственность, сердечность, сексуальность	Теория привязанности о значимости кожного контакта (чувственность), близости/понимания (сердечность) и радостного возбуждения, сексуальность
Фантазии клиента, как зона развития	Фантазия клиента, как мостик между эго клиента и его бессознательным
Влияние семейной системы (озвученные послания и не озвученные), на формирование чувственности, сердечности и сексуальности	Семейная система, как основная формирующая личность среда. Понятие: семейные послания, их значимость и влияние. Виды озвученных и неозвученных посланий. Модель взаимоотношений в семье в вопросах чувственности, сердечности, сексуальности и ее влияние на формирование ребенка
Базовое понятие агрессии, первичный период развития и нейрофизиология агрессии. Агрессия и гнев, взаимодействие и конфликт этих состояний в жизни и теле клиента	Определение термина «агрессия». Агрессия как естественный принцип развития и адаптации ребенка. Нейрофизиология мозга новорожденного и его развитие в первые 3 года после рождения. Здоровые принципы развития и воспитания ребенка. Гнев как проявление подавления здоровой агрессии. Бессилие как проявление комплекса кастрации. Агрессия как сила проявления жизни
Основные понятия и принципы формирования здоровой, активной (агрессивной) личности по В. Райху	Генитальный тип как воплощение здоровой самоактуализирующейся личности по В. Райху. Агрессия, как основной движущий мотив к самоактуализации по Гольдштейн
Влияние подавленной агрессии на формирование психосоматических расстройств. Тактика и стратегия работы с клиентом в теме агрессии в рамках телесно-ориентированной психотерапии	Агрессия/активность в разрезе работы вегетативной нервной системы. Дисбаланс симпатической и парасимпатической нервной системы, как основной компонент психосоматических расстройств. Базовые методы разблокирования здоровой агрессии. Последовательность действий и техник в работе с клиентом. Этапы проявления эмоциональных «слоев» в приближении здоровой агрессии (активности)

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания	Конспектирование (ПК-2.1 знает ПК-2.2 знает ПК-2.3 знает)	Конспект
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» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе

Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа	Упражнение «Телесное считывание» Ролевая игра "Проведение психо-коррекционной сессии с отработкой полученных навыков» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста	Упражнение «Отойди» Упражнение «Бочка» Упражнение «Контакт с собой» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему	Работа с литературными источниками (ПК-2.1 знает ПК-2.2 знает ПК-2.3 знает)	Конспект
Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности	Упражнение «Сексуальность и защищенность» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Теория привязанности по Боулби через чувственность, сердечность, сексуальность	Упражнение «Работа с сердечным блоком» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Фантазии клиента, как зона развития	Упражнение «Формирование опросника» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Влияние семейной системы (озвученные послания и не озвученные), на формирование чувственности, сердечности и сексуальности	Упражнение «Чувствительность, сердечность, сексуальность, сепарацию» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе
Базовое понятие агрессии, первичный период развития и нейрофизиология агрессии. Агрессия и гнев, взаимодействие и конфликт этих состояний в жизни и теле клиента	Конспектирование (ПК-2.1 знает ПК-2.2 знает ПК-2.3 знает)	Устный опрос
Основные понятия и принципы формирования здоровой, активной (агрессивной) личности по В. Райху	Упражнение «Самоактуализация». Упражнение «Самопредъявление» (ПК-2.1 умеет ПК-2.2 умеет ПК-2.3 умеет)	Отчет о работе
Влияние подавленной агрессии на формирование психосоматических расстройств. Тактика и стратегия работы с клиентом в теме агрессии в рамках телесно-ориентированной психотерапии	Упражнение «Контакт с витальной силой» Упражнение «Работа с гневом и правом побеждать» (ПК-2.1 владеет ПК-2.2 владеет ПК-2.3 владеет)	Отчет о работе

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	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384717/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети

	изд (эл.) – (Телесно-ориентированная психотерапия) / М. Фельденкрайз. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 316 с. - ISBN 978-5-7312-0959-5	Текст: электронный	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 стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига

Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.	
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.