

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 13.08.2026 14:17:01
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b7c4041e256c14c58898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И БАЗОВЫЕ НАВЫКИ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Клинический подход в коррекции психосоматических расстройств
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 и базовых принципах телесно-ориентированной психотерапии, а также представлений о возможностях ее применения при оказании психологической помощи.
Задачи дисциплины	– сформировать систему знаний об истории развития, теоретических основах и современных направлениях телесно-ориентированной психотерапии; – раскрыть основные принципы телесно-ориентированного подхода, включая представления о телесном осознании, психологических границах, симптомообразовании и психологической травме; – познакомить с базовыми методами и приемами телесно-ориентированной психотерапии, применяемыми при оказании психологической помощи; – развить навыки анализа психологической проблематики с использованием основных концепций телесно-ориентированного подхода; – сформировать способность использовать полученные знания при решении профессиональных задач в области психологического консультирования и 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-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
	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. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	2/72
--------------------------------------	------

Форма промежуточной аттестации	зачет
Контактная работа	32
лекции	12
практические занятия	20
Самостоятельная работа	40

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретико-методологические основы телесно-ориентированной психотерапии	18	3	5	10
2	Феноменология контакта в телесно-ориентированной психотерапии	18	3	5	10
3	Концепция границ в телесно-ориентированной психотерапии	18	3	5	10
4	Работа с психосоматической симптоматикой	18	3	5	10
	ИТОГО	72	12	20	40

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретико-методологические основы телесно-ориентированной психотерапии	Концептуальные основы ТОП. Определение и предметная область телесно-ориентированной психотерапии. Историко-генетический анализ развития телесно-ориентированного подхода. Классификация основных направлений и школ ТОП. Базовые теоретические концепции и методологические принципы. Методы развития телесной осознанности Техники формирования и углубления соматической осознанности
Феноменология контакта в телесно-ориентированной психотерапии	Теория телесного контакта. Функциональное значение и терапевтический смысл телесного контакта. Типология форм контактного взаимодействия в ТОП.
Концепция границ в телесно-ориентированной психотерапии	Феноменология психологических границ. Классификация видов психологических границ. Границы в контексте принципа опорности Стратегические и тактические аспекты терапевтической работы с границами.
Работа с психосоматической симптоматикой	Симптом как терапевтический материал. Эпистемологический анализ понятия «симптом». Симптом в дихотомии «проблема - ресурс». Методы телесно-ориентированной работы с симптоматикой. Травма в парадигме телесно-ориентированной психотерапии. Определение и феноменология психологической травмы. Концепция «да/нет» реакций. Модель травмы как незавершенного действия. Методологические принципы терапии травматического опыта в ТОП. Ресурсно-ориентированное интервьюирование: техника и применение.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретико-методологические основы телесно-ориентированной психотерапии	Изучение концепций соматической диссоциации, деперсонализации и «капсулирования» аффекта. Анализ механизмов ментального наблюдения за телесными процессами	Участие в групповом диагностическом практическом задании «Соматическая локализация наблюдающего Я и экспресс-анализ диссоциации»
Феноменология контакта в телесно-ориентированной психотерапии	Изучение понятия «окна толерантности аффекта». Анализ вегетативных маркеров гипертонического (паника, тремор, тахикардия) и гиповозбуждения (замирание, онемение, вялость)	Проверка знаний физиологических признаков стрессового отклика нервной системы
Концепция границ в телесно-ориентированной психотерапии	Изучение методологии пространственного зонирования сессии. Анализ терапевтического присутствия и правил создания безопасного физического контекста (зон стабилизации)	Ролевая игра в парах по реализации трехточечного протокола работы с шоковой травмой («Три точки»)
Работа с психосоматической симптоматикой	Изучение принципов интеграции вытесненного травматического опыта через соматические маркеры. Изучение технологий поднятия телесной витальности	Проектирование дизайна травма-фокусированной сессии с пошаговым описанием ресурсных интервенций в зоне отдыха

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.	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/390892/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети

	- Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2022. - 201 с. - ISBN 978-5-7312-0922-9	Текст: электронный	Интернет, по логину и паролю организации
2	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
3	Малкина-Пых И. Г. Психосоматика : учебник / И.Г. Пых. - Москва : Директ-Медиа, 2020. - 422 с. - ISBN 978-5-4499-1464-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29491/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Малкина-Пых И. Г. Психосоматика : учебник / И.Г. Пых. - Москва : Директ-Медиа, 2020. - 422 с. - ISBN 978-5-4499-1464-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/389830/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Римский С. А. Мудрость 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. - 275 с. - ISBN 978-5-7312-0927-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384716/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
6	Ульник Х. К. Кожа в психоанализе / Пер. с англ. / Х.К. Ульник. - Москва : Когито-Центр, 2017. - 277 с. - ISBN 978-5-89353-511-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/385898/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
7	Шишков В. В. Психотерапия функциональных расстройств. Карманный справочник врача и психолога. - Изд. 2-е, идент. / В.В. Шишков. - Санкт-Петербург : Скифия, 2023. - 496 с. - ISBN 978-5-00025-311-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/398574/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 телесно-ориентированной терапии [Электронный ресурс] : антология / пер.	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384716/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и

	с англ. – 2-е изд. (эл.) / С.А. Римский. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 275 с. - ISBN 978-5-7312-0927-4		пароллю организации
4	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
5	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

3.3. 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,</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига

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	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.