

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 15:15:58
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b76404be756c146b8896094e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

БИОЭНЕРГЕТИКА АЛЕКСАНДРА ЛОУЭНА

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Телесно-ориентированная психотерапия
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 историю возникновения биоэнергетики, взаимосвязь метода с психоанализом, концепцию мышечного панциря и типологию характеров по А. Лоуэну (шизоидный, оральный, мазохистический и др.) в соотношении с их телесными проявлениями	умеет под руководством наставника проводить первичную диагностику по напряженным позам и повседневным движениям клиента, выявлять соматические аспекты психологии «Я» и формулировать консультативные гипотезы о связи мышечных блоков с уровнем адаптации и психическими структурами личности	владеет базовыми навыками применения биоэнергетических техник («арки Лоуэна», «биоэнергетический стул», экспрессивные упражнения), приемами формирования навыков заземления и первичным опытом реализации терапевтических планов, направленных на переход клиента от ригидности к жизненности и подвижности
	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		
Основная теоретическая концепция биоэнергетического анализа Основные принципы функционирования и работы в биоэнергетике. Навыки клиентской работы	Устный опрос	знает историю возникновения биоэнергетики, взаимосвязь метода с психоанализом, концепцию мышечного панциря и типологию характеров по А. Лоуэну (шизоидный, оральный, мазохистический и др.) в соотношении с их телесными проявлениями
	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить первичную диагностику по напряженным позам и повседневным движениям клиента, выявлять соматические аспекты психологии «Я» и формулировать консультативные гипотезы о связи мышечных блоков с уровнем адаптации и психическими структурами личности
	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками применения биоэнергетических техник («арки Лоуэна»,

		«биоэнергетический стул», экспрессивные упражнения), приемами формирования навыков заземления и первичным опытом реализации терапевтических планов, направленных на переход клиента от ригидности к жизненности и подвижности
--	--	---

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	Студенты делятся на пары (1й студент - клиент, 2й студент – терапевт). Клиенты и терапевты, стоят друг напротив друга, терапевты собирают феноменологию клиента в течение 2 минут, затем сдвигаются вправо на одного человека, эксперимент повторяется 5 раз, затем меняются ролями. Обсуждение, ассимиляция опыта. Каждый участник должен побывать в роли терапевта и в роли клиента. Ведущий организует условия для профессионального разбора работы участников в качестве терапевтов
Практическое задание №2	Студенты делятся на пары (1й студент - клиент, 2й студент – терапевт). Клиент стоит у стены, опирается на нее и ударяет тазом по стене. Напротив стоит терапевт, смотрит на клиента. Задача поднять энергию из таза, определить, что это за энергия, какое чувство и выразить его в канале отношений. Терапевт помогает найти спонтанность, через движение, дыхание и звук. Каждый участник должен побывать в роли терапевта и в роли клиента. Ведущий организует условия для профессионального разбора работы участников в качестве терапевтов

Типовые вопросы по компетенции ПК-2:

1. Александр Лоуэн считал заземление главным качеством здоровой психики. Как по позе и ногам стоящего человека понять, что у него полностью отсутствует контакт с землей (он "не заземлен")
2. Если во время выполнения упражнений у клиента остаются жесткие, запертые колени, почему вся биоэнергетическая работа пойдет насмарку? Какую функцию выполняют колени в циркуляции энергии?
3. Тазовый сегмент панциря удерживает самые древние, архаичные переживания. Какие две полярные эмоции (импульса) блокирует человек, когда поджимает таз внутрь или фиксирует его в неподвижности?
4. Клиент бьет тазом по стене, издает звук и смотрит в глаза терапевту. Зачем нужен этот триединый контакт (тело, голос, взгляд) в канале отношений? Почему просто молча стучать по стене бесполезно?

5. После выполнения упражнений на заземление ноги клиента начинают мелко и непроизвольно трястись (вибрировать). Стоит ли психологу пугаться этого тремора и пытаться его немедленно остановить? О чем говорит этот соматический маркер?

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 Как в биоэнергетическом анализе А. Лоуэна понимается заземление? А) Способность клиента рационально оценивать происходящее Б) Контакт с телом, опорой и ощущением устойчивости в реальности В) Контроль над выражением эмоций в социальных ситуациях Г) Умение снижать уровень тревоги за счет когнитивных техник Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какова основная функция мышечных блоков в концепции А. Лоуэна? А) Поддержание физической выносливости организма Б) Сохранение и фиксация подавленных эмоциональных состояний В) Обеспечение координации движений Г) Компенсация недостатка физической активности Ответ:

3	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие факторы рассматриваются как влияющие на биоэнергетическое состояние человека? А) Качество сна Б) Питание В) Контакт с телесными ощущениями Г) Исключительно когнитивные установки Д) Физиологическая разрядка напряжения Ответ:																														
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие признаки могут указывать на недостаточное заземление клиента? А) Ощущение неустойчивости в теле Б) Трудности в контакте с реальностью В) Избыточная телесная расслабленность при активности Г) Поверхностное дыхание Д) Отсутствие телесных ощущений в нижней части тела Ответ:																														
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите понятие и его содержание. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Понятие</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Содержание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Заземление</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Система устойчивых личностных паттернов</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Мышечный блок</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Хроническое напряжение, ограничивающее выражение чувств</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Энергетический поток</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Ощущение опоры и телесной устойчивости</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Характер</td> <td style="text-align: center;">Г</td> <td>Движение жизненной энергии в теле</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>			Понятие		Содержание		1	Заземление	А	Система устойчивых личностных паттернов	2	Мышечный блок	Б	Хроническое напряжение, ограничивающее выражение чувств	3	Энергетический поток	В	Ощущение опоры и телесной устойчивости	4	Характер	Г	Движение жизненной энергии в теле	1	2	3	4				
Понятие		Содержание																													
1	Заземление	А	Система устойчивых личностных паттернов																												
2	Мышечный блок	Б	Хроническое напряжение, ограничивающее выражение чувств																												
3	Энергетический поток	В	Ощущение опоры и телесной устойчивости																												
4	Характер	Г	Движение жизненной энергии в теле																												
1	2	3	4																												

6	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите тип структуры характера и его особенности. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Тип структуры характера</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Особенности</th> </tr> <tr> <td style="width: 30px; text-align: center;">1</td> <td>Оральная структура</td> <td style="width: 30px; text-align: center;">А</td> <td>Склонность к контролю и сдерживанию чувств</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Истерическая структура</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Потребность в поддержке и зависимости</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Мазохистская структура</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Подавление агрессии и терпение</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Ригидная структура</td> <td style="text-align: center;">Г</td> <td>Склонность к демонстративности и эмоциональной экспрессии</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 25px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 25px; text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				Тип структуры характера		Особенности		1	Оральная структура	А	Склонность к контролю и сдерживанию чувств	2	Истерическая структура	Б	Потребность в поддержке и зависимости	3	Мазохистская структура	В	Подавление агрессии и терпение	4	Ригидная структура	Г	Склонность к демонстративности и эмоциональной экспрессии	1	2	3	4				
Тип структуры характера		Особенности																														
1	Оральная структура	А	Склонность к контролю и сдерживанию чувств																													
2	Истерическая структура	Б	Потребность в поддержке и зависимости																													
3	Мазохистская структура	В	Подавление агрессии и терпение																													
4	Ригидная структура	Г	Склонность к демонстративности и эмоциональной экспрессии																													
1	2	3	4																													
7	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите элемент работы и его цель. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Элемент работы</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Цель</th> </tr> <tr> <td style="width: 30px; text-align: center;">1</td> <td>Арки Лоуэна</td> <td style="width: 30px; text-align: center;">А</td> <td>Выявление хронических напряжений через положение тела</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Анализ позы</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Усиление энергетических процессов и раскрытие дыхания</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Экспрессивные техники</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Стимуляция выражения подавленных эмоций</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Биоэнергетический стул</td> <td style="text-align: center;">Г</td> <td>Работа с опорой и напряжением в теле</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 25px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 25px; text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				Элемент работы		Цель		1	Арки Лоуэна	А	Выявление хронических напряжений через положение тела	2	Анализ позы	Б	Усиление энергетических процессов и раскрытие дыхания	3	Экспрессивные техники	В	Стимуляция выражения подавленных эмоций	4	Биоэнергетический стул	Г	Работа с опорой и напряжением в теле	1	2	3	4				
Элемент работы		Цель																														
1	Арки Лоуэна	А	Выявление хронических напряжений через положение тела																													
2	Анализ позы	Б	Усиление энергетических процессов и раскрытие дыхания																													
3	Экспрессивные техники	В	Стимуляция выражения подавленных эмоций																													
4	Биоэнергетический стул	Г	Работа с опорой и напряжением в теле																													
1	2	3	4																													

8	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Установите последовательность формирования мышечного блока. 1. Закрепление напряжения 2. Возникновение эмоционального импульса 3. Подавление выражения 4. Формирование устойчивого паттерна 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 Расположите этапы биоэнергетической работы с клиентом. 1. Освобождение напряжения 2. Диагностика телесных проявлений 3. Интеграция переживания 4. Усиление телесных ощущений Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Установите последовательность развития телесной осознанности. 1. Осознание телесных ощущений 2. Усиление контакта с телом 3. Связывание ощущений с эмоциями 4. Использование нового опыта в поведении Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:				

11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа В биоэнергетическом анализе структура характера рассматривается как проявляющаяся в телесной организации человека. Ответ: Обоснование:
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Заземление связано исключительно с физическим положением тела и не влияет на эмоциональное состояние. Ответ: Обоснование:
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Работа с дыханием является важной частью биоэнергетической терапии. Ответ: Обоснование:
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент описывает ощущение «оторванности от тела», отмечает трудности в ощущении опоры и устойчивости, движения кажутся ему неуверенными. Какие особенности биоэнергетического функционирования можно предположить и какие направления работы будут приоритетными? Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Во время выполнения телесных упражнений клиент испытывает выраженное напряжение и избегает углубления дыхания, при этом отмечает страх потерять контроль над собой. Как можно интерпретировать данную реакцию и какие терапевтические шаги будут уместны? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент демонстрирует выраженную ригидность тела, ограниченную подвижность и склонность к контролю эмоций, при этом отмечает трудности в переживании удовольствия. Какие особенности структуры характера можно предположить и какие мишени терапии следует выделить?

	Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы В процессе работы клиент начинает активно выражать подавленные эмоции, однако испытывает трудности в их осмыслении и интеграции в повседневную жизнь. Какие этапы биоэнергетической работы отражает данная ситуация и какие задачи стоят перед терапевтом? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Раскройте понятие заземления в биоэнергетическом анализе и его значение для психотерапевтической практики. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Охарактеризуйте взаимосвязь структуры характера и телесных проявлений в концепции А. Лоуэна. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Раскройте основные принципы и этапы работы в биоэнергетической терапии. Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Дайте определение основной теоретической концепции биоэнергетического анализа Александра Лоуэна.
2. Охарактеризуйте базовые принципы функционирования биоэнергии в биоэнергетическом анализе.
3. Опишите исторические предпосылки возникновения биоэнергетического анализа.
4. Охарактеризуйте роль Александра Лоуэна в формировании биоэнергетического анализа.
5. Опишите связь биоэнергетического анализа с психоаналитической теорией Зигмунда Фрейда.
6. Охарактеризуйте развитие биоэнергетического анализа после работ Александра Лоуэна.
7. Дайте определение взаимосвязи строения тела и характера человека в биоэнергетическом анализе.
8. Охарактеризуйте понятие мышечного блока как хронического мышечного напряжения.
9. Охарактеризуйте процесс формирования мышечного панциря.

10. Дайте определение психических структур, отражающихся в телесной организации человека.
11. Опишите особенности анализа повседневных движений человека в биоэнергетическом подходе.
12. Дайте определение заземления в биоэнергетическом анализе.
13. Охарактеризуйте виды заземления в биоэнергетическом подходе.
14. Опишите роль базовых физиологических функций в поддержании биоэнергетического состояния человека.
15. Охарактеризуйте основные принципы работы с клиентом в биоэнергетической терапии.
16. Перечислите профессиональные навыки специалиста биоэнергетического анализа.
17. Дайте определение соматического аспекта самосознания в биоэнергетическом анализе.
18. Охарактеризуйте соотношение принципа удовольствия и принципа реальности в биоэнергетическом подходе.
19. Дайте определение арок Лоуэна и их терапевтического назначения.
20. Охарактеризуйте основные типы характера в биоэнергетическом анализе и их телесные проявления.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
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	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: умение устанавливать контакт и определять феноменологию клиента используя техники телесно-ориентированной психотерапии, развитие навыка организации исследовательского формата телесной работы с клиентом
Практическое задание №2	Проводится обсуждение результатов подгруппового упражнения в общей группе. Участники других групп могут дать обратную связь. Критерии оценивания: умение найти спонтанность через движение, дыхание, звук, умение работать в роли телесно-ориентированного терапевта

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание теоретических основ телесно-ориентированных подходов, взаимосвязи психических и телесных процессов, а также логики применения данных подходов в психологической помощи. Под руководством преподавателя способен анализировать учебные ситуации, выделять значимые телесные и эмоциональные проявления, объяснять их в рамках изучаемых концепций и определять обобщенные направления психологической работы. Учитывает значение телесной энергии и двигательной активности в поддержании психологического равновесия.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные понятия, подходы и принципы телесно-ориентированной психотерапии, понимает взаимосвязь психических и телесных процессов на общем уровне. Под руководством преподавателя способен анализировать типовые учебные ситуации, выделять ключевые телесные и эмоциональные проявления, соотносить их с изучаемыми концепциями и в обобщенном виде определять возможные направления психологической помощи. Может объяснить выбор подхода и логику работы, допуская отдельные неточности и упрощения в интерпретации.
	Минимальный (пороговый)	Студент воспроизводит отдельные представления о телесно-ориентированных подходах и механизмах взаимодействия психики и тела, однако понимание носит фрагментарный и непоследовательный характер. Испытывает затруднения при анализе учебных ситуаций, не всегда корректно выделяет телесные и эмоциональные проявления и их взаимосвязь. С опорой на преподавателя способен участвовать в разборе простых случаев, частично соотносить наблюдаемые проявления с теоретическими положениями, но затрудняется в формулировании обоснованных направлений психологической работы.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания теоретических основ телесно-ориентированной психотерапии и принципов взаимосвязи психических и телесных процессов. Не способен выделять значимые проявления в учебных ситуациях и соотносить их с изучаемыми концепциями. Не ориентируется в возможностях применения подхода, не может участвовать в анализе даже простых случаев при поддержке преподавателя. Ответы носят несистемный, фрагментарный или некорректный характер.

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
------	------------