

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:
6bbcb8f4da576404e256c146b8898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С РАЗЛИЧНОЙ ПРОБЛЕМАТИКОЙ

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 нейробиологические механизмы эмоционального выгорания и тактильного восприятия (С-систему), теорию привязанности в контексте сексуальности и сердечности, а также нейрофизиологию агрессии и концепции В. Райха о формировании активной личности	умеет под руководством наставника проводить диагностику копинг-стратегий и телесных проявлений подавленного гнева, анализировать влияние семейных посланий на психосоматическое здоровье клиента и формулировать консультативные гипотезы для индивидуальной и групповой работы	владеет базовыми техниками телесно-ориентированной психотерапии для работы с расщеплением чувственности, приемами безопасного выражения агрессии и первичным опытом реализации программ профилактики выгорания и реабилитации клиентов, опираясь на интеграцию телесного опыта и фантазий как зон личностного развития
	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		
Роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания Диагностика синдрома эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии. Синдром эмоционального выгорания и копинг-стратегии Стратегия и тактика ведения клиента с синдромом эмоционального выгорания в телесно-ориентированной психотерапии, индивидуальная и групповая работа	Устный опрос	знает нейробиологические механизмы эмоционального выгорания и тактильного восприятия (С-систему), теорию привязанности в контексте сексуальности и сердечности, а также нейрофизиологию агрессии и концепции В. Райха о формировании активной личности
	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить диагностику копинг-стратегий и телесных проявлений подавленного гнева, анализировать влияние семейных посланий на психосоматическое здоровье клиента и формулировать консультативные гипотезы для индивидуальной и групповой работы

Профилактика синдрома эмоционального выгорания в работе ТОП специалиста Базовые понятия и нейробиологические механизмы «эмоционального» тактильного восприятия через с-тактильную систему Теория развития чувственности, сердечности и сексуальности с точки зрения телесно-ориентированной психотерапии. Виды расщепления чувственности, сердечности, сексуальности Раннее развитие и семейная система как фундамент личности Психофизиология и природа агрессии в онтогенезе Вегетативная регуляция и методология телесной работы	Практическое задание №2	владеет базовыми техниками телесно-ориентированной психотерапии для работы с расщеплением чувственности, приемами безопасного выражения агрессии и первичным опытом реализации программ профилактики выгорания и реабилитации клиентов, опираясь на интеграцию телесного опыта и фантазий как зон личностного развития
--	--------------------------------	---

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). Клиент лежит на спине, руки разведены в стороны и образуют одну прямую линию. Ноги согнуты. Первый этап. Под голосовое сопровождение клиент очень медленно поднимает руки до вертикального положения. Второй этап, клиент также очень медленно меняет расстояние между руками исследуя ту позицию, где в руках или грудной клетке поднимается вибрация. Третий этап, клиент очень медленно опускает ладони на сердечную зону. Четвертый этап, терапевт берет руку клиента и кладет себе на зону сердца и свою руку на зону сердца клиента. Пятый этап, клиент лежит с закрытыми глазами и исследует реакции тела. Каждый участник должен побывать в двух ролях
Практическое задание №2	Работа студентов в малых группах с использованием техники звуковой агрессии. Малая группа дает звук в одной тональности, один из участников малой группы (по очереди) выбирает другую тональность и наблюдает за тем, как его тело реагирует на отличные от других проявления

Типовые вопросы по компетенции ПК-2:

1. В нейробиологии кожи выделяют особые С-тактильные нервные волокна. Медленные поглаживания какой глубины и скорости способны их активировать и как этот контакт физиологически лечит истощенную нервную систему выгоревшего клиента?
2. В телесной психотерапии часто встречается феномен расщепления чувственности (сердечности) и сексуальности. Как этот раскол проявляется во взрослой жизни и отношениях человека?
3. В онтогенезе ребенка агрессия считается естественной силой. Зачем психологу помогать клиенту разблокировать его подавленный гнев и как здоровая соматическая агрессия связана со способностью защищать свои границы в жизни?
4. Как ранняя атмосфера в дисфункциональной семье (например, частые скандалы родителей) влияет на вегетативную регуляцию ребенка? Как этот стресс превращается во взрослое выгорание и панцирь?
5. Работая с клиентами в состоянии тяжелого выгорания, острого кризиса или подавленного гнева, какое главное правило соматической гигиены должен соблюдать сам психолог на сессии, чтобы не заразиться чужим аффектом?

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **экзамен**

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 концепции Г. Селье описывается общий адаптационный синдром? А) Как последовательность физиологических реакций, включающая стадии тревоги, сопротивления и истощения Б) Как преимущественно когнитивная реакция на стрессовые события В) Как социально обусловленный процесс профессиональной дезадаптации Г) Как кратковременное эмоциональное напряжение

	Ответ:		
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой компонент модели выгорания К. Маслач отражает снижение чувства профессиональной компетентности? А) Эмоциональное истощение Б) Деперсонализация В) Снижение профессиональной эффективности Г) Эмоциональная лабильность Ответ:		
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие проявления относятся к телесному уровню синдрома эмоционального выгорания? А) Хроническое мышечное напряжение Б) Нарушение сна В) Снижение эмпатии Г) Усталость и истощение Д) Соматические жалобы Ответ:		
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие факторы способствуют формированию психосоматических проявлений выгорания? А) Хронический стресс Б) Подавление эмоций В) Нарушение телесных границ Г) Осознанная саморегуляция Д) Избегающие стратегии поведения Ответ:		
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Установите соответствие между компонентами выгорания и их проявлениями. <table><tr><td>Компонент выгорания</td><td>Проявление</td></tr></table>	Компонент выгорания	Проявление
Компонент выгорания	Проявление		

1	Эмоциональное истощение	А	Дистанцированное отношение к клиентам
2	Деперсонализация	Б	Снижение чувства компетентности
3	Снижение эффективности	В	Нарушение дыхания и мышечного тонуса
4	Телесная дисрегуляция	Г	Хроническая усталость

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между копинг-стратегиями и их характеристиками.

Копинг-стратегия		Характеристика	
1	Проблемно-ориентированные	А	Уход от ситуации
2	Эмоционально-ориентированные	Б	Закрепленные неосознаваемые реакции
3	Избегающие	В	Переработка эмоционального напряжения
4	Деадаптивные автоматические	Г	Работа с источником стресса

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между методами диагностики и их направленностью.

Метод	Направленность
-------	----------------

1	Шкала Холмса–Рея	А	Оценка стрессовых событий
2	Опросник Ричарда Лазаруса	Б	Считывание телесных маркеров
3	Методика самочувствия, активности и настроения	В	Самооценка состояния
4	Телесная диагностика	Г	Анализ копинг-стратегий

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

8

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Установите последовательность стадий стрессовой реакции.

1. Стадия истощения
2. Стадия тревоги
3. Стадия сопротивления
4. Стадия стабилизации

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

9

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Установите последовательность этапов телесной работы с выгоранием.

1. Интеграция
2. Осознание симптомов
3. Формирование ресурсов
4. Стабилизация

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Установите последовательность формирования выгорания. 1. Снижение мотивации 2. Хроническое напряжение 3. Эмоциональное истощение 4. Деперсонализация Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Синдром эмоционального выгорания включает телесные, психологические и поведенческие проявления. Ответ: Обоснование:				
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Соматический резонанс может использоваться как инструмент диагностики состояния клиента. Ответ: Обоснование:				
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Агрессия рассматривается как одна из форм жизненной энергии в телесно-ориентированной психотерапии. Ответ: Обоснование:				
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент описывает хроническую усталость, снижение интереса к работе и ощущение эмоциональной опустошенности. В телесной сфере отмечается поверхностное дыхание и постоянное напряжение в плечах. Определите ведущий компонент синдрома эмоционального выгорания и обоснуйте свой выбор. Ответ:				

15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент активно включен в профессиональную деятельность, однако избегает обсуждения эмоциональных переживаний, концентрируясь исключительно на задачах. Наблюдается высокий уровень телесного напряжения. Определите доминирующую копинг-стратегию и поясните механизм ее формирования. Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент сообщает о снижении эффективности, чувстве внутренней пустоты и формальном выполнении обязанностей без вовлеченности. Проведите дифференциальный анализ с близкими психоэмоциональными состояниями и обозначьте ключевые критерии различия. Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы В процессе терапии у клиента усиливается осознание телесных ощущений, нормализуется дыхание и снижается уровень хронического напряжения. Определите этап терапевтического процесса и опишите его задачи. Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Раскройте роль телесной дисрегуляции в формировании синдрома эмоционального выгорания. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Проанализируйте взаимосвязь между копинг-стратегиями и выраженностью симптомов эмоционального выгорания. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Обоснуйте значение телесно-ориентированных техник в восстановлении психофизической целостности клиента при выгорании. Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Проанализируйте роль травматических и стрессовых событий в формировании синдрома эмоционального выгорания и обоснуйте механизмы его развития.
2. Сравните подходы Г. Фрейденберг и Г. Норт к пониманию синдрома эмоционального выгорания и сделайте вывод об их различиях.
3. Проанализируйте структуру симптомов выгорания по модели К. Маслач, С. Джексон и М. Лейтер и объясните их диагностическое значение.
4. Объясните, как трехмерная модель личности В. Франкл используется для понимания эмоционального выгорания.
5. Проанализируйте представление синдрома эмоционального выгорания в Всемирная организация здравоохранения и обоснуйте его значение для диагностики.
6. Охарактеризуйте стадии развития синдрома эмоционального выгорания и проанализируйте группы профессионального риска.
7. Объясните концепцию стресса Г. Селье и проанализируйте ее связь с эмоциональным выгоранием.
8. Проанализируйте методы диагностики стресса и интерпретируйте их применение в психотерапевтической практике.
9. Проанализируйте проявления эмоционального выгорания на физиологическом, поведенческом и психологическом уровнях.
10. Обоснуйте применение биологической, психологической и социальной моделей при работе с эмоциональным выгоранием.
11. Проанализируйте особенности диагностики выгорания в телесно-ориентированной психотерапии и обоснуйте значение телесных маркеров.
12. Объясните связь между синдромом эмоционального выгорания и копинг-стратегиями и проанализируйте их влияние на адаптацию.
13. Проанализируйте психосоматические механизмы формирования проблемной анатомии при эмоциональном выгорании.
14. Обоснуйте использование образа тела в коррекции выгорания и проанализируйте применение метода М. Фельденкрайз.
15. Проанализируйте влияние стратегий совладающего поведения на выраженность эмоционального выгорания.
16. Сравните синдром эмоционального выгорания с депрессивными и другими психоэмоциональными состояниями и обоснуйте различия.
17. Обоснуйте значение этических принципов и терапевтического союза при работе с эмоциональным выгоранием.
18. Проанализируйте структуру телесно-ориентированной работы с клиентом с выгоранием и обоснуйте этапность процесса.
19. Проанализируйте особенности групповой и дистанционной работы при эмоциональном выгорании и сделайте вывод об их применении.
20. Разработайте подход к профилактике эмоционального выгорания у специалиста и обоснуйте выбор методов саморегуляции.

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: сформированность навыка работы с сердечным блоком
Практическое задание №2	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: сформированность навыка самопредъявления

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
отлично	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. Демонстрирует понимание универсальности телесного подхода при работе с различными психологическими запросами.
хорошо	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.
удовлетворительно	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.
неудовлетворительно	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 **экзамена** оцениваются по следующей шкале:

Процент правильных ответов	Оценка
90-100	отлично
70-89	хорошо
60-69	удовлетворительно
0-59	неудовлетворительно