

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 16:46:46
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e256c146b8896094e



**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 ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Клинический подход в коррекции психосоматических расстройств
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
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	знает эволюцию взглядов на психосоматику (от Ф. Александера до В. Райха), физиологические механизмы связи эмоций с вегетативной нервной системой, а также критерии дифференциальной диагностики психосоматических расстройств от конверсионных и ипохондрических состояний	умеет под руководством наставника проводить комплексную оценку влияния семейной системы и нарушений личностных границ на формирование соматического симптома, формулировать диагностические гипотезы и планировать этапы психологической реабилитации	владеет базовыми техниками телесной осознанности, приемами «заземления», центрирования и дыхательными практиками для коррекции психосоматических нарушений, а также первичными навыками реализации программ профилактики эмоционального выгорания и психосоматических расстройств у специалистов помогающих профессий
	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. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
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		
Эволюция взглядов на возникновение психосоматических расстройств. Современное представление о психосоматике Отличие психосоматических расстройств от иных телесных симптомов, соматизированных депрессий, конверсионных и	Устный опрос	знает эволюцию взглядов на психосоматику (от Ф. Александера до В. Райха), физиологические механизмы связи эмоций с вегетативной нервной системой, а также критерии дифференциальной диагностики психосоматических расстройств от конверсионных и ипохондрических состояний

ипохондрических расстройств Взгляд В.Райха, Ф.Александера на психосоматику. Связь развития психосоматических расстройств с вегетативной нервной системой, системами внутренних органов Физиологические механизмы формирования психосоматических расстройств. Формирование навыков телесной осознанности, заземления, центрирования Роль семейной системы в формировании психосоматических расстройств Связь эмоциональных факторов с развитием психосоматических расстройств. Телесные практики, направленные на осознание и выражение эмоций. Дыхательные практики как важный элемент работы с психосоматическими нарушениями Нарушение границ как фактор, способствующий развитию психосоматических расстройств. Терапевтическая работа с границами Психотерапевтическая работа с различными психосоматическими расстройствами методами телесно-ориентированной психотерапии в парах и малых группах Профилактика психосоматических расстройств у людей помогающих профессий	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить комплексную оценку влияния семейной системы и нарушений личностных границ на формирование соматического симптома, формулировать диагностические гипотезы и планировать этапы психологической реабилитации
	Практическое задание №2	владеет базовыми техниками телесной осознанности, приемами «заземления», центрирования и дыхательными практиками для коррекции психосоматических нарушений, а также первичными навыками реализации программ профилактики эмоционального выгорания и психосоматических расстройств у специалистов помогающих профессий

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	Наставник приглашает в большой круг из числа студентов одного участника, который будет выступать в роли клиента, за основу берется личный запрос участника по психосоматической тематике. Наставник проводит клиентскую встречу. Участник отрабатывает навык формирования запроса и расширяет представление о процессе психотерапии с клиентской позиции. Остальные участники группы в рамках протокола проведения демонстрационной работы выступают в роли наблюдателя, проясняют соматический резонанс и формируют представление о ведении клиентского случая. Далее полученная информация анализируется в общем кругу
Практическое задание №2	Упражнение выполняется самостоятельно при сопровождении наставника. Студенты занимают устойчивое вертикальное положение. Перенес вес на одну ногу, другая нога, за счет сгибания мышц внутреннего свода стопы и пальцев продвигается вперед под углом 45 градусов на расстояние до 50 см от тела. *Важно не терять равновесие, быть в контакте с дыханием, осознавать телесную динамику. Для большего соединения с задачей участникам предлагается представить, что передняя треть стопы - это голова гусеницы, которая ползет вперед и затем назад. (Одной ногой упражнение делается несколько раз). Затем стопы меняются и упражнение повторяется другой стопой.

Типовые вопросы по компетенции ПК-3:

1. В чем принципиальная разница между конверсионным симптомом (например, внезапной "психогенной слепотой" или параличом руки при истерии) и истинным психосоматическим заболеванием (например, язвой желудка или астмой)?
2. Как физическое ощущение прочной опоры на землю и хорошего контакта стоп с полом (заземление) помогает человеку справляться с паническими атаками и острой тревогой в голове?
3. Согласно В. Райху, наше тело строит "мышечный панцирь". Как хроническое подавление сильных эмоций (например, запрет на крик, гнев или слезы) превращается в мышечные зажимы и как этот панцирь в итоге приводит к развитию психосоматических болезней?
4. Что означает термин "соматический резонанс"? Как психолог может использовать внезапно возникшие в его собственном теле ощущения (например, комок в горле или тяжесть в груди) во время наблюдения за клиентом?
5. Как наше тело реагирует, если мы не умеем говорить "нет", терпим агрессию или соглашаемся на токсичные отношения? Какое телесное упражнение (например, на удержание позы силы) может помочь клиенту вернуть свои границы?

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-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	
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой из следующих подходов наиболее характерен для холистического взгляда на человека? А) Разделение психических и физических процессов Б) Учет взаимосвязи тела и психики В) Фокусировка только на симптомах заболеваний Г) Использование исключительно медикаментозного лечения Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какое из следующих утверждений наиболее точно описывает роль симпатической ветви вегетативной нервной системы? А) Она отвечает за расслабление и восстановление организма Б) Она активируется в состоянии покоя и способствует пищеварению В) Она активируется в стрессовых ситуациях и подготавливает организм к действиям Г) Она не влияет на функционирование внутренних органов Ответ:

3	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какое из следующих утверждений наилучшим образом описывает роль границ в здоровом развитии ребенка? А) Границы помогают ребенку развивать самостоятельность и уверенность в себе Б) Границы ограничивают свободу ребенка и подавляют его инициативу В) Границы создают конфликты в отношениях между родителями и детьми Г) Границы не имеют значения для эмоционального развития ребенка Ответ:												
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих факторов могут способствовать формированию "блоков" в теле, связанных с травмами развития ребенка? А) Эмоциональное подавление Б) Неправильное питание В) Хронический стресс Г) Осознание своих эмоций Ответ:												
5	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих факторов могут свидетельствовать о нарушении границ в дисфункциональной семье? А) Отсутствие личного пространства у членов семьи Б) Четкое разделение ролей и обязанностей в семье В) Смешение личных и семейных интересов Г) Поддержка индивидуальности каждого члена семьи Ответ:												
6	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте термины с их описаниями. <table><tr><th colspan="2">Термин</th><th colspan="2">Описание</th></tr><tr><td>1</td><td>Психосоматические расстройства</td><td>А</td><td>Симптомы, возникающие в результате психологического стресса и не имеющие органической причины</td></tr><tr><td>2</td><td>Соматизированные депрессии</td><td>Б</td><td>Депрессивные состояния, проявляющиеся через физические симптомы</td></tr></table>	Термин		Описание		1	Психосоматические расстройства	А	Симптомы, возникающие в результате психологического стресса и не имеющие органической причины	2	Соматизированные депрессии	Б	Депрессивные состояния, проявляющиеся через физические симптомы
Термин		Описание											
1	Психосоматические расстройства	А	Симптомы, возникающие в результате психологического стресса и не имеющие органической причины										
2	Соматизированные депрессии	Б	Депрессивные состояния, проявляющиеся через физические симптомы										

	<table><tr><td>3</td><td>Конверсионные расстройства</td><td>В</td><td>Психические расстройства, проявляющиеся через физические изменения без органической патологии</td></tr><tr><td>4</td><td>Ипохондрические расстройства</td><td>Г</td><td>Постоянная озабоченность здоровьем и интерпретация обычных телесных ощущений как симптомов болезни</td></tr></table>	3	Конверсионные расстройства	В	Психические расстройства, проявляющиеся через физические изменения без органической патологии	4	Ипохондрические расстройства	Г	Постоянная озабоченность здоровьем и интерпретация обычных телесных ощущений как симптомов болезни		
	3	Конверсионные расстройства	В	Психические расстройства, проявляющиеся через физические изменения без органической патологии							
	4	Ипохондрические расстройства	Г	Постоянная озабоченность здоровьем и интерпретация обычных телесных ощущений как симптомов болезни							
Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				1	2	3	4				
1	2	3	4								

7	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите термины с их определениями. <table><tr><th colspan="2">Термин</th><th colspan="2">Определение</th></tr><tr><td>1</td><td>Дисфункциональная семья</td><td>А</td><td>Установка, передаваемая в семье, которая влияет на восприятие здоровья</td></tr><tr><td>2</td><td>Семейные послания</td><td>Б</td><td>Семейная система, в которой отсутствует поддержка и здоровое взаимодействие</td></tr><tr><td>3</td><td>Юбилейный синдром</td><td>В</td><td>Психосоматическое расстройство, возникающее в связи с ожиданиями и давлением при достижении определенного возраста</td></tr><tr><td>4</td><td>Самоисполняющееся пророчество</td><td>Г</td><td>Прогноз или ожидание, которое приводит к реальному результату из-за веры в него</td></tr></table>	Термин		Определение		1	Дисфункциональная семья	А	Установка, передаваемая в семье, которая влияет на восприятие здоровья	2	Семейные послания	Б	Семейная система, в которой отсутствует поддержка и здоровое взаимодействие	3	Юбилейный синдром	В	Психосоматическое расстройство, возникающее в связи с ожиданиями и давлением при достижении определенного возраста	4	Самоисполняющееся пророчество	Г	Прогноз или ожидание, которое приводит к реальному результату из-за веры в него
	Термин		Определение																		
	1	Дисфункциональная семья	А	Установка, передаваемая в семье, которая влияет на восприятие здоровья																	
2	Семейные послания	Б	Семейная система, в которой отсутствует поддержка и здоровое взаимодействие																		
3	Юбилейный синдром	В	Психосоматическое расстройство, возникающее в связи с ожиданиями и давлением при достижении определенного возраста																		
4	Самоисполняющееся пророчество	Г	Прогноз или ожидание, которое приводит к реальному результату из-за веры в него																		
Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				1	2	3	4														
1	2	3	4																		

8	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте психосоматические расстройства с их характеристиками.
---	---

Психосоматическое расстройство		Характеристика	
1	Язвенная болезнь желудка	А	Связано с нарушением обмена веществ
2	Избыточный вес	Б	Часто связано с подавлением эмоций и стрессом
3	Сахарный диабет 2 типа	В	Может быть следствием семейных и культурных факторов
4	Гипертония	Г	Может проявляться в виде физической симптоматики

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Упорядочите этапы развития конверсионного расстройства от начала до завершения.

1. Психологический стресс или конфликт
2. Проявление физических симптомов
3. Обращение к врачу
4. Диагностика и лечение

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Упорядочите этапы формирования психосоматических расстройств в контексте семейной системы.

1. Формирование семейных установок
2. Влияние дисфункциональной семьи
3. Проявление психосоматических симптомов
4. Передача семейных сценариев

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

11	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы работы с клиентом, страдающим от психосоматических расстройств, в правильной последовательности. 1. Проведение телесных практик (заземление, центрирование) 2. Выявление эмоциональных блоков и их связь с телесными симптомами 3. Обсуждение семейной истории клиента 4. Разработка индивидуальной терапевтической стратегии Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа В. Райх утверждал, что психосоматические расстройства возникают исключительно из-за органических заболеваний. Ответ: Обоснование:
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Подавление и вытеснение чувств не влияют на развитие психосоматических расстройств. Ответ: Обоснование:
14	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Специалисты помогающих профессий не нуждаются в навыках саморегуляции, так как их работа не связана с эмоциональными нагрузками. Ответ: Обоснование:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка 30 лет жалуется на постоянные головные боли и напряжение в шее, которые усиливаются в стрессовые моменты на работе. Она также упоминает о своих трудностях в общении с коллегами и страхе быть осужденной.

	Какой подход из теорий В. Райха или Ф. Александера может быть применен для понимания ее симптомов, и как это может помочь в терапии? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка, страдающая от хронической головной боли, часто говорит о том, что у нее нет права на выражение гнева, особенно по отношению к своему партнеру. На терапевтических сессиях она избегает обсуждения своих негативных эмоций и сосредотачивается только на физических симптомах. Какую стратегию можно предложить этой клиентке для работы с ее эмоциями и физическими симптомами? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете психотерапевтом и заметили, что во время сессий у вас возникают сильные эмоциональные реакции на истории клиентов. Это начинает мешать вашему профессиональному взаимодействию. Какие шаги вы можете предпринять для улучшения своей способности к контейнированию эмоций и саморегуляции в этой ситуации? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Объясните, как биохимические и нейрофизиологические основы базовых эмоций влияют на развитие психосоматических расстройств, согласно взглядам В. Райха и Ф. Александера. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Объясните, каким образом дыхательные практики могут помочь в процессе осознания и выражения эмоций при работе с психосоматическими расстройствами. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Объясните, почему навыки "двойного присутствия" важны для специалистов помогающих профессий и как они могут помочь в профилактике психосоматических расстройств. Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Охарактеризуйте основные этапы развития представлений о связи психики и тела в психологии и медицине.
2. Дайте краткую характеристику различий западного и восточного подходов к пониманию психосоматики.
3. Охарактеризуйте психосоматические расстройства и их отличие от соматизированных и ипохондрических состояний.
4. Опишите вклад В. Райха и Ф. Александера в развитие психосоматического подхода.
5. Охарактеризуйте роль вегетативной нервной системы в формировании психосоматических расстройств.
6. Перечислите основные признаки дисфункциональных семейных отношений и их влияние на здоровье человека.
7. Охарактеризуйте роль семейных установок и посланий в формировании отношения к здоровью.
8. Дайте определение подавления эмоций и опишите его связь с психосоматическими нарушениями.
9. Охарактеризуйте влияние нарушенных психологических границ на психосоматическое здоровье.
10. Перечислите основные телесные практики, применяемые при психосоматических расстройствах пищеварительной системы.
11. Охарактеризуйте связь стрессовых реакций с эндокринными нарушениями.
12. Дайте определение телесно-ориентированной психотерапии в контексте саморегуляции.
13. Охарактеризуйте факторы риска развития гипертонической болезни в психосоматическом подходе.
14. Дайте определение кожных симптомов как проявления психосоматических процессов.
15. Охарактеризуйте применение телесно-ориентированных методов при кожных заболеваниях.
16. Перечислите основные подходы телесно-ориентированной психотерапии при нарушениях опорно-двигательного аппарата.
17. Охарактеризуйте принципы работы с опорой и заземлением в телесной терапии.
18. Охарактеризуйте телесные методы работы при заболеваниях органов малого таза.
19. Дайте определение дыхательных техник и опишите их роль в терапии бронхиальной астмы.
20. Охарактеризуйте значение навыка двойного присутствия для специалистов помогающих профессий.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
Устный опрос	Студент дает полный и правильный ответ, демонстрирует глубокое понимание материала, может привести примеры и аргументы. Студент дает достаточно полный и правильный ответ, но может допустить небольшие ошибки или неточности. Студент дает неполный или неправильный ответ, но пытается исправить свои ошибки. Студент не может дать ответ на вопрос или дает неправильный ответ.
Практическое задание №1	Проводится обсуждение результатов группового упражнения в общей группе и в парах. Участники других групп могут дать обратную связь.

	Критерии оценивания: оценка навыка принадлежности участника группы, профессионального мышления, навыка психотерапевта
Практическое задание №2	Проводится обсуждение результатов упражнения в общей группе. Участники могут дать обратную связь. Критерии оценивания: оценка ощущений в процессе выполнения упражнений. сформированность навыка контакта с телесными импульсами

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание принципов и логики применения психотерапевтических методов в работе с психосоматическими расстройствами. Способен соотносить особенности состояния клиента с выбором техник, выделять мишени воздействия и обосновывать последовательность работы. Под руководством преподавателя анализирует учебные случаи, предлагает обоснованные варианты использования методов и проявляет готовность к их применению в учебной практике. Особое внимание уделяется использованию телесных методов для коррекции психосоматических симптомов и восстановления саморегуляции.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные методы и техники психотерапии психосоматических расстройств, их назначение и область применения. Под руководством преподавателя способен применять отдельные элементы в типовых ситуациях, выделять общие мишени воздействия и объяснять выбор методов на базовом уровне.
	Минимальный (пороговый)	Студент имеет общее представление о методах психотерапевтической работы, однако понимание их применения ограничено и несистемно. Испытывает затруднения при выборе техник и соотношении их с особенностями состояния клиента. С опорой на преподавателя способен участвовать в разборе простых ситуаций, использовать отдельные элементы методов без полного понимания их логики и целей, допускает неточности в объяснении.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания принципов применения психотерапевтических методов. Не способен соотнести техники с задачами работы и состоянием клиента. Не может участвовать в анализе учебных ситуаций и применять даже отдельные элементы методов. Ответы носят несистемный характер, отсутствует понимание целей и логики психотерапевтического вмешательства.

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