# Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования» Краснодарского края (ГБОУ ИРО Краснодарского края)

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ» ПО НАПРАВЛЕНИЮ

«Психолог»

Pac	смотре	ена и ут	верждена
на зас	седания	ч Учено	го совета
	np	отокол	No /
OT (	30 »_	01	20/9.
OT «_	Прогр на зас	едании	бсуждена кафедры этокол № 20/9г

Автор (составитель): Кагерман О.М., практикующий психолог, травмопсихотерапевт, телесно-ориентированный психотерапевт

### Разработчики программы:

Кагерман О.М., практикующий психолог, травмопсихотерапевт, телесноориентированный психотерапевт.

Рецензенты программы: Внешний рецензент:

Внутренний рецензент:

\$

# СОДЕРЖАНИЕ

1.	Цели освоения дисциплины	4
2.	Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования	4
3.	Категория слушателей	5
4.	Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины/модуля	5
5.	Структура и содержание дисциплины	7
	5.1 Общая трудоемкость дисциплины	7
	5.2 Форма обучения дисциплины	7
5.3 Тематический план дисциплины		7
	<ol> <li>5.3.1 Основные теории и понятия телесно-ориентированной терапии (лекционные занятия)</li> </ol>	7
	<ol> <li>5.3.2. Специфика работы с клиентом телесно- ориентированной терапии (практические занятия)</li> </ol>	8
	5.4 Итоговая форма контроля	8
	5.4.1 Примерные вопросы зачета	8
6. (	Образовательные технологии	10
	Условия реализации программы	10
	Список литературы	10

# 1. Цели освоения дисциплины

Цель дисциплины: формирование и развитие научных психологических знаний у слушателей в области телесно-ориентированной терапии и овладения приемами и техниками телесно-ориентированной терапии в работе с клиентом.

Залачи:

- знакомство с концепциями телесно-ориентированной терапии;
- изучение основных понятий телесно-ориентированной терапии;
- изучение основных методов телесно-ориентированной терапии;
- знакомство с основными принципами и путями терапевтической работы в телесно-ориентированной терапии;
- формирование умения использовать примы телесно-ориентированной терапии в психокоррекционной и психотерапевтической работе;

# 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Дисциплина «Основы телесно-ориентированной терапии» является дисциплиной базовой части модуля 4 «Специальные дисциплины» дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки по направлению «Психолог».

Программа опирается на теоретические знания, полученные слушателями на предшествующей ступени высшего профессионального образования и призвана систематизировать у них представление современных знаний о применении методов телесно-ориентированной терапии в работе с клиентом.

Для освоения данной дисциплины слушатель должен обладать рядом знаний, умений И навыков; иметь представление закономерностях этапов психического развития и формирования личности; профессиональной компитентностью области научнопсихологического описания и анализа развития человека; обладать сформированной системой научных понятий и научно-упорядоченных знаний обо всех существенных аспектах жизнедеятельности и активности человека.

Овладение этим спецкурсом обеспечивает слушателей определенным минимумом знаний и умений профессиональной терапевтической деятельности.

## 3. Категория слушателей

К освоению профессиональной переподготовки допускаются лица, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

# 4. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины/модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции		
ОК-1 (общекультурные компетенции)	способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу		
ОК-3 (общекультурные компетенции)	готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала		
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	готовность к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач профессиональной деятельности		
ОПК-2 (профессиональные компетенции)	готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия		
ПК-4 способность анализировать базовые механизмь психических процессов, состояний и индивидуразличий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельнос человека в фило-социо- и онтогенезе			
ПК-11 готовность к поиску оптимальных решений профессиональных задач с учетом современного психологического инструментария, отвечающего требованиям валидности, стоимости, информацио социальной, экономической и этической безопасно			
ПК-6	свойств и состояний, психических процессов,		

(профессиональные компетенции)	различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	
ПК-7 (профессиональные компетенции)	способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека	
ПК-8 (профессиональные компетенции)	способность разрабатывать и использовать инновационные психологические технологии для решения новых задач в различных областях профессиональной практики	

В результате освоения дисциплины студент:

- 1. должен знать:
- основные теории телесно-ориентированной терапии;
- основные принципы телесно-ориентированной работы;
- базовые понятия ТОП;
- основные принципы и пути терапевтической работы в ТОП;
- принципы отбора техник для терапевтической работы.
- 2. должен уметь:

диагностировать проблематику клиента в телесно-ориентированной терапии; строить терапевтическую стратегию в работе с клиентом;

подбирать методы и техники работы с телом или телесной метафорой, адекватные

клиентскому запросу;

работать с телесными блоками и дыханием клиента.

3. должен владеть:

основными методами телесно-ориентированной терапии и их применением в работе с детьми

- с учетом их возрастных и личностных особенностей.
- 4. должен демонстрировать способность и готовность:

самостоятельного анализа случаев, возникающих в практической работе психолога в

образовании; знание и понимание теоретического содержания курса; сформированность

необходимых практических умений при применении техник телесноориентированной терапии в работе с детьми; высокое качество выполнения всех предусмотренных программой обучения учебных заданий.

# 5. Структура и содержание дисциплины

# 5.1 Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 24 часа. Форма контроля - не дифференцированный зачет по окончанию.

# 5.2 Форма обучения дисциплины

Форма обучения - очно-заочная.

# 5.3 Тематический план дисциплины

№	з зэдэл дисциплины	Виды и часы аудиторной работы в часах	
		Лекции	Практические занятия
1	Тема 1. Основные теории и понятия телесно- ориентированной терапии	12	-
2	Тема 2. Специфика работы с клиентом в телесно- ориентированной терапии		12 1
3	Тема 3. Итоговая форма контроля	Зачет 2 часа	
Іто	ro:	24 часа	

# 5.3.1 Основные теории и понятия телесно-ориентированной терапии (лекционные занятия)

Тема 1. Основные теории и понятия телесно-ориентированной терапии лекционные занятия (12 часов):

Психика и тело - исторический обзор. Вклад З.Фрейда, А.Адлера и К.Г.Юнга в развитие телесной терапии. В.Райх как основоположник ориентированной на тело терапии. Понятие энергии в телесно-ориентированной терапии. Оргонная ("биопсихическая" или вегетативная) энергия (по В.Райху). Понятие о биоэнергии (по А.Лоуэну). Понятие

заземления в телесно-ориентированной терапии. Представление о мышечном зажиме. Представление о мышечных блоках. Понятие о характерном ?мышечном? панцире. Характерологический анализ В.Райха. Биоэнергетический анализ А.Лоуэна. Метод Ф.Александера. Метод М.Фельденкрайза "осознавание через движение". Танцевально-двигательная терапия.

Первичная терапия А.Янова. Танатотерапия В.Ю.Баскакова.

# 5.3.2. Специфика работы с клиентом телесно-орнентированной терапии (практические занятия)

- Тема 2. Специфика работы с клиентом телесно-ориентированной терапии практические занятия (12 часов):
- Обучение организации пространства (пол, положение клиента относительно двери), тепло, напольное покрытие, форма одежды терапевта и клиента, тишина, музыкально сопровождение при необходимости, одеяло, валик, теплый чай.
- Демонстрация подготовки самого терапевта: удобная одежда, «браслеты как защита», удобное размещение терапевта в пространстве, заземление.
- Демонстрация присоединения по дыханию, отслеживание согласия клиента на работу с его телом посредством прикосновений терапевта.
  - Техника «заземления».
  - 5. Работа на распускание различных зажимов:
    - глазной сегмент;
    - челюстной сегмент;
    - шея;
    - грудной сегмент;
    - диафрагма;
    - живот;
    - тазовый сегмент.
  - 6. Акцент на бережное отношение к телу.
  - 7. Вывод из «заземления» клиента.
  - 8. Меры безопасности телесно-ориентированного терапевта.

#### 5.4 Итоговая форма контроля

# 5.4.1 Примерные вопросы зачета

Примерные вопросы к зачету:

- 1. История возникновения телесно ориентированной психотерапии.
- 2. Классификация базовых личностных проблем в телесно ориентированной психотерапии (по В.Баскакову).

- Этические принципы работы с клиентом в ТОТ (этические правила европейской ассоциации телесных психотерапевтов EABP и кодекс этических норм ассоциации телесно-ориентированных психотерапевтов).
- 4. Организационные аспекты клиентской работы в ТОП.
- 5. Понятие контакта в ТОТ. Виды контактов.
- 6. Теория вегетотерапии В. Райха.
- Основные понятия телесно ориентированной психотерапии (оргонная энергия, биоэнергия, заземление, мышечный зажим, мышечный блок, мышечный (характерный) панцирь).
- 8. Биоэнергетический анализ Александра Лоуэна.
- 9. Метод Ф. Александера.
- 10. Метод М. Фельденкрайза "осознавание через движение".
- 11. Метод структурной интеграции "рольфинг".
- 12. Метод чувственного сознавания. Основные положения и методы работы.
- 13. Теория биосинтеза Д.Боаделлы. Основные положения и методы работы.
- 14. Первичная терапия А.Янова. Основные положения и методы работы.
- 15. Танатотерапия В.Баскакова. Основные положения и методы работы.
- Танцевально двигательная психотерапия (цели, основные понятия и методы).
- 17. Методы диагностики в ТОП (Райх, Фельденкрайз, Лобан и т.д.).
- 18. Классификация проблемных паттернов дыхания (по А.Выховски)
- Понятие сверхконтроля в ТОТ. Основные методы работы со сверхконтролем в ТОТ.
- 20. Понятие границ в ТОП. Виды нарушения границ. Основные методы работы с нарушенными границами в ТОТ.
- 21. Телесно-ориентированная терапия в коррекции детско-родительстких отношениях.
- 22. Понятие опор и "заземления" в ТОТ. Основные методы работы.
- 23. Работа с телом на языке тела: работа с целенаправленным воздействием на мышечные блоки и зажимы (В.Райх, А.Лоуэн)
- 24. Работа с проблемными паттернами дыхания клиента.
- 25. Работа с телом на языке сознания и метафоры (цели, показания к применению, упражнения).
- 26. Работа с голосом в ТОТ (цели, показания к применению, упражнения).
- Сложности адаптации телесно-ориентированных техник в работе с детьми.
- 28. Опора на ведущую деятельность и учет возрастных особенностей при выборе техник ТОТ в работе с детьми.
- 29. Основные приемы и техники ТОТ, применяемые в работе с детьми.
- 30. Взаимосвязь психического и двигательного развития в онтогенезе.