



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ИГО

Т.Е. Абрамзон

11.02.2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ

Направление подготовки
37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

Направленность (профиль) программы
Практическая психология

Уровень высшего образования - бакалавриат
Программа подготовки - академический бакалавриат

Форма обучения
заочная

Институт/ факультет	Институт гуманитарного образования
Кафедра	Психологии
Курс	4

Магнитогорск
2020 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 г. № 946)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психологии 15.01.2020, протокол № 5

Зав. кафедрой  О.П. Степанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО 11.02.2020 г. протокол № 5

Председатель  Т.Е. Абрамзон

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры Психологии, канд. психол. наук  О.П. Степанова

Рецензент:

директор Автономной некоммерческой организации общества благополучия семьи «Открытый институт проектирования», канд. психол. наук  И.В. Бузунова



Лист актуализации рабочей программы

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2021 - 2022 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022 - 2023 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2023 - 2024 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2025 - 2026 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

1. способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп

2. способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Телесно-ориентированная терапия входит в вариативную часть учебного плана образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Психологическая коррекция

Психологическая служба в организации

Психологическое консультирование

Психология здоровья

Технологии личностного развития

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Корпоративный тренинг

Организационная психология

Нейролингвистическое программирование

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Психологическая помощь в кризисных и экстремальных ситуациях

Психология манипуляций

Психология стресса. Тренинг стрессоустойчивости

Социально-психологический тренинг

Арт-методы в психологии

Диагностика и коррекция детско-родительских отношений

Методы психотерапии

Методы развития креативности

Наркология

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Практикум по психологическому консультированию

Психология общения. Тренинг коммуникативных навыков

Психология семьи и семейного консультирования

Тренинг ассертивности

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины (модуля) «Телесно-ориентированная терапия» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
	ПК-3 способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

Знать	Знать стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП
Уметь	Употреблять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП
Владеть	Владеть навыками стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий ТОП
ПК-14 способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп	
Знать	основные способы анализа состояния научно-технической проблемы путём подбора, изучения и анализа литературных и патентных источников по тематике исследований.
Уметь	использовать основные способы анализа состояния научно-технической проблемы путём подбора, изучения и анализа литературных и патентных источников по тематике исследований.
Владеть	навыками и приёмами подбора, изучения и анализа литературных и патентных источников по тематике исследований.

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 4,4 акад. часов;
- аудиторная – 4 акад. часов;
- внеаудиторная – 0,4 акад. часов
- самостоятельная работа – 99,7 акад. часов;

– подготовка к зачёту – 3,9 акад. часа

Форма аттестации - зачет

Раздел/ тема дисциплины	Курс	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Райхианская психотерапия и неорайхианские школы и традиции в системе телесно-ориентированной терапии								
1.1 Основные положения теории и практики В. Райха.	4				23,7	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии	ПК-3, ПК-14
1.2 Тема Особенности терапии по В.Райху.		0,5		0,5/ИИ	19	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии, реферат	ПК-3, ПК-14
Итого по разделу		0,5		0,5/ИИ	42,7			
2. Школы и направления в системе тренингов расширения сенсорного опыта личности								
2.1 Терапевтические техники Ф. Александера	4	0,5		0,5/ИИ	19	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии	ПК-3, ПК-14
2.2 Методика работы с телом М. Фельденкрайза		0,5		0,5/ИИ	19	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии, реферат	ПК-3, ПК-14
2.3 Изучение телесноориентированных техник саморегуляции различных школ и направлений		0,5		0,5/ИИ	19	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии	ПК-3, ПК-14
Итого по разделу		1,5		1,5/3ИИ	57			
Итого за семестр		2		2/4ИИ	99,7		зачёт	
Итого по дисциплине		2		2/4ИИ	99,7		зачет	ПК-3,ПК-14

5 Образовательные технологии

Для организации работы преподавателя, читающему данный курс, необходимы следующие методические материалы:

– рабочая программа дисциплины, в которой прописаны цель и задачи изучения дисциплины, содержание и объем учебных занятий, предусмотренных рабочим учебным планом (РУП), перечень рекомендуемой литературы и средства обучения, необходимые для изучения дисциплины;

– методические указания для студентов по выполнению различных видов учебной деятельности, предусмотренных РУП;

– пакет контрольно-измерительных материалов

Для реализации предусмотренных видов учебной работы в качестве образовательных технологий в преподавании дисциплины используются традиционная и модульно-компетентностная технологии.

Содержание занятий, а также методика их подготовки и проведения соответствуют основным задачам курса. Ведущими видами занятий для данного курса являются лабораторные занятия, систематическая работа слушателей над рекомендованной литературой.

Практические занятия проводятся методами развёрнутой беседы, дискуссии, круглого стола, ролевых игр и специальных заданий. Формы практических занятий: деловая игра, анализ ситуаций. Практическое занятие в форме презентации – представление результатов проектной или исследовательской деятельности с использованием специализированных программных сред.

Самостоятельная работа обучаемых имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, подготовку к предстоящим занятиям и зачету по дисциплине, а также формирование навыков умственного труда и самостоятельности в поиске и приобретении новых знаний. На самостоятельной подготовке студенты знакомятся с рекомендованной литературой, конспектируют источники, дополняют конспект лекций, используют мультимедийные обучающие программы, решают ситуационные задачи и отвечают на контрольные вопросы, готовят рефераты, стимульный материал и демонстрационный материал для работы на практических занятиях.

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Представлено в приложении 1.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Представлены в приложении 2.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Обухова, Ю.В. Современная практическая психология в обеспечении ресурсов самореализации личности: [Электронный ресурс]: Монография / Ю.В. Обухова. - Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. - 305 с.: ISBN 978-5-9275-2234-7 - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/996774>

2. Общая психокоррекция: [Электронный ресурс] учеб. пособие / Б.Р. Мандель. – Москва : Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2019. – 349 с. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/982126> .

б) Дополнительная литература:

1. Гребнева, В.В. Теория и технология решения психологических проблем : [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.В. Гребнева. – Москва : ИНФРА-М, 2014. – 192 с. - Режим доступа: <https://znanium.com/read?id=59308> .

2. Жегурова, О. А, Арт-терапия в профилактической и лечебной работе: [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие / О. А, Жегурова, Е, А. Потемкина. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского университета, 2019.– 100 с. - ISBN 978-5-288-05898-1. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1054130>

3. Любчик, В. Н. Немедикаментозные методы реабилитации: цветотерапия, музыкотерапия, аэрофитотерапия с эфирными маслами растений [Электронный ресурс]: монография / В.Н. Любчик, Н.В. Мирошниченко, Т.Ф. Голубова. – Москва : ИНФРА-М, 2019. – 182 с. - Режим доступа: <https://znanium.com/document?id=343389> . – (Научная мысль).

в) Методические указания:

Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 18.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Windows 7 Professional (для классов)	Д-1227-18 от 08.10.2018	11.10.2021
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information	https://dlib.eastview.com/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: https://scholar.google.ru/
Информационная система - Единое окно доступа к информационным	URL: http://window.edu.ru/
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp

Университетская информационная система РОССИЯ	https://uisrussia.msu.ru
Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of	http://webofscience.com
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база	http://scopus.com
Международная база полнотекстовых журналов Springer	http://link.springer.com/
Международная коллекция научных протоколов по различным	http://www.springerprotocols.com/
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Springer	https://www.nature.com/siteindex

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения дистанционных занятий лекционного типа: Стол компьютерный, стол письменный, стул офисный, документ-камера Epson, источник бесперебойного питания POWERCOMIMD-1500AP , камера высокого разрешения, компьютер персональный (типб), проектор ViewSonicPJD7526W, спикерфон настольный Calisto-620 Plantronics, веб-камера LogitechC920, система акустическая настольная, стереогарнитура (микрофон с шумоподавлением), экран настенный Digis Optimal-C MW DSOC-11032*2.

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: Стол компьютерный, стол письменный, стул офисный, документ-камера Epson, источник бесперебойного питания POWERCOMIMD-1500AP , камера высокого разрешения, компьютер персональный (типб), проектор ViewSonicPJD7526W, спикерфон настольный Calisto-620 Plantronics, веб-камера LogitechC920, система акустическая настольная, стереогарнитура (микрофон с шумоподавлением), экран настенный Digis Optimal-C MW DSOC-11032*2.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: Стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

Приложение 1.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Раздел/ тема дисциплины	Вид самостоятельной работы	Формы контроля
Раздел 1. Райхианская психотерапия и неорайхианские школы и традиции в системе телесно-ориентированной терапии		
1.1. Основные положения теории и практики В. Райха.	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии
1.2. Тема Особенности терапии по В.Райху.	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии, реферат
Итого по разделу		Тест
Раздел 2. Школы и направления в системе тренингов расширения сенсорного опыта личности		
2.1. Терапевтические техники Ф. Александра	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии
2.2. Методика работы с телом М. Фельденкрайза	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии, реферат
2.3 Изучение телесноориентированных техник саморегуляции различных школ и направлений	Подготовка к занятиям (ПЗ)	Выполнение практических рекомендаций на лабораторном занятии
Итого за семестр		Экзамен
Итого по дисциплине		Экзамен

Приложение 2.

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
ПК-3 – способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий		
Знать	Знать стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий телесно-ориентированной терапии	<p>Теоретические вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.История возникновения телесно-ориентированной терапии. 2.Основные концепции и направления телесно-ориентированной терапии 3.Структурная интеграция (рольфинг). 4.Биоэнергетический анализ Лоуэна. 5.Первичная терапия Янова. 6.Метод Александра. 7.Метод Фельденкрайза. 8.Чувственное сознание. Розен-терапия. 9.Характер и «характерологический панцирь». 10.Мышечный «панцирь». 11.Биоэнергетика. 12.Сексуальная культура и половое воспитание. 13. Палсинг 14.Ши-а-цу
Уметь	Употреблять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий телесно-ориентированной терапии	<p>Практические задания</p> <p>Составить программу, с использованием техник телесно-ориентированной терапии по теме:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профилактика стрессовых состояний 2. Профилактика психофизиологических нарушений 3. Профилактика эмоционально-поведенческих нарушений 4. Тревожно-фобические расстройства 5. Саморегуляция состояний 6. Профилактика невротических состояний 7. Психосоматические нарушения 8. И пр.
Владеть	Владеть навыками стандартных базовых процедур оказания	Задачи из профессиональной области

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий телесно-ориентированной терапии	<p>1. Задача:</p> <p>Клиент С, 42года. Обратился к психологу с жалобами «..Сильная тревога особенно по утрам, отдышка, тяжесть, спазм в груди, сильный страх, потеря реальности...»</p> <p>Вопросы к задаче:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выделите основной клинический синдром. 2. Какие методики для уточнения состояния личности клиента будут использованы? 3. Назначьте дополнительные обследования, необходимые для уточнения состояния клиента и какие изменения характерны для данного симптомокомплекса? 4. Тактика ведения клиента, телесно-ориентированными технологиями 5. Профилактика, реабилитация. <p>И т</p>
ПК-14 – способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп		
Знать	психологические технологии телесно-ориентированной терапии, ориентированные на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп	<p>Теоретические вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие и структура телесно – ориентированной психотерапии 2. Основные понятия в телесно – ориентированной психотерапии 3. Предмет психотерапевтической деятельности в ТОТ 4. Стратегия и тактика телесно – ориентированной психотерапии 5. Основные механизмы психотерапевтического воздействия. <p>Тест:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Телесно-ориентированная психология это: <ol style="list-style-type: none"> а) физическая культура б) физическая активность в) культура отношения тела и психики, являющейся отражением аутентичности психической активност человека г) спорт

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>2. Заземление, это:</p> <p>а) взаимозависимость тела от земной поверхности</p> <p>б) степень соответствия существующей в каждый момент времени мышечных напряжений выполняемой в тот же момент работе</p> <p>в) проводимость энергии в теле человека</p> <p>И т.д.</p>
Уметь	использовать основные психологические технологии телесно-ориентированной терапии, ориентированные на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп	<p>Практические задания</p> <p>1. Студентам предлагается ознакомиться с основными технологиями и методиками телесно-ориентированной терапии</p> <p>2. Предлагается в установленные сроки представить авторскую программу с использованием психологических технологий телесно-ориентированной терапии, ориентированные на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп. Тема определяется самостоятельно каждым студентом.</p> <p>3. Предлагается в установленные сроки представить авторскую программу эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния, с использованием психологических технологий телесно-ориентированной терапии. Тема определяется самостоятельно каждым студентом.</p> <p>И т.п.</p>
Владеть	навыками и приёмами реализации психологических технологий телесно-ориентированной терапии, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп	<p>Задачи из профессиональной области</p> <p>1. Ознакомьтесь с представленными технологиями телесно-ориентированной терапии</p> <p>2. Проработайте их на себе</p> <p>3. Проведите данные техники с 2-5 клиентами</p> <p>4. Представьте видеотчет проведенной с клиентом, одной из техник</p>

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:

Промежуточная аттестация по дисциплине «Телесно-ориентированная терапия» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме зачета. Зачет по данной дисциплине проводится в устной форме по вопросам преподавателя.

Показатели и критерии оценивания на зачёте:

«Зачтено» - обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций ПК-3, ПК-14: всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

«Не зачтено» - обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.