

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования "Пермский
государственный национальный исследовательский
университет"**

Кафедра общей и клинической психологии

**Авторы-составители: Борисова Светлана Николаевна
Корниенко Дмитрий Сергеевич
Петрова Ольга Анатольевна
Игнатова Екатерина Сергеевна**

Кафедра СГПИ филиал ПГНИУ - педагогики и психологии

Авторы - составители: (СГПИ) Петрова Ольга Анатольевна

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЯ ТЕЛЕСНОСТИ И ТЕЛЕСНООРИЕНТИРОВАННАЯ
ПСИХОТЕРАПИЯ**

Код УМК 74050

**Утверждено
Протокол №10
от «26» мая 2021 г.**

Пермь, 2021

1. Наименование дисциплины

Психология телесности и телесноориентированная психотерапия

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть Блока « Б.1 » образовательной программы по направлениям подготовки (специальностям):

Направление подготовки: **37.03.01** Психология
направленность Психология

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины **Психология телесности и телесноориентированная психотерапия** у обучающегося должны быть сформированы следующие компетенции:

37.03.01 Психология (направленность : Психология)

ПК.6 Способен участвовать в реализации программ оказания психологической помощи, предполагающих использование традиционных методов и технологий

Индикаторы

ПК.6.1 Определяет направления, формы и способы оказания психологической помощи лицам/группам лиц, испытывающим трудности в различных сферах жизнедеятельности

ПК.6.2 Участвует в оказании консультативной помощи отдельным лицам (клиентам) и социальным группам

4. Объем и содержание дисциплины

Направление подготовки	37.03.01 Психология (направленность: Психология)
форма обучения	очная
№№ триместров, выделенных для изучения дисциплины	10
Объем дисциплины (з.е.)	3
Объем дисциплины (ак.час.)	108
Контактная работа с преподавателем (ак.час.), в том числе:	42
Проведение лекционных занятий	14
Проведение практических занятий, семинаров	28
Самостоятельная работа (ак.час.)	66
Формы текущего контроля	
Формы промежуточной аттестации	Зачет (10 триместр)

5. Аннотированное описание содержания разделов и тем дисциплины

Психология телесности и телесноориентированная психотерапия. Первый семестр

Курс "психология телесности и телесно-ориентированная психотерапия" направлен на изучение подходов и концепций, сфокусированных на изучении феноменов телесности человека: социальных норм технологий модификации биологического тела в труде и социальных практиках, социализации телесных функций и явлений "культурной" патологии тела. В прикладной части курса изучается телесно-ориентированная психотерапия и формируются навыки ее применения в практической деятельности психолога.

Психология телесности как область психологического знания

Определение психологии телесности. Междисциплинарные источники новой области психологического знания: исторические и культурологические, естественно-научные(медицина и биология), собственно психологические(социальная психология, психология ощущений), клиническая психология, организация жизни и быта. Естественно-научный подход к феноменам телесности. Медицинские и биологические концепции описания телесного опыта, Возможности и ограничения естественно-научного подхода при организации лечения охраны здоровья человека. Психологический подход к исследованию феноменов телесности. Исследования образа физического Я в психологии. Схема тела, образ тела, образ физического Я. Концепции, связывающие личностные особенности с конституцией человека и его телесным опытом. Подходы к пониманию витальных функций человека. Социализация телесных функций и ее специфичность. Культурное опосредование телесных функций. Психическая регуляция телесных функций. "Культурная" патология тела. Работы А Лоуэна. Психология питания. Психология сексуальности. Психология сна. Современные и исторические системы оздоровления человека,(система оздоровления М. Норбекова, П. Сытина, П. Иванова, йога, цигун, аюрведа и др.) их психологический анализ. Связи между психическим и телесным, лежащие в основе этих концепций. Тело как объект и инструмент коммуникации. Теоретические и эмпирические исследования коммуникативной функции тела. Невербальные аспекты коммуникации(поза, жесты, мимика, голос).

Предмет и источники психологии телесности

Определение психологии телесности, рассматриваются междисциплинарные источники новой области психологического знания: исторические и культурологические, естественно-научные, собственно психологические, организация жизни и быта.

Исторические, этнографические и культурологические исследования психологии телесности человека

Концепции и исследования телесных феноменов в исторических науках и этнографии. Исторический обзор концепций телесности. История человеческого тела в различных культурах. Культурно-исторический подход к пониманию телесности.

Естественно-научный подход к исследованию тела человека и современная медицина

Естественно-научный подход к феноменам телесности. Медицинские и биологические концепции описания телесного опыта, сформированные в рамках объективного подхода: в биологии, физике, химии, медицине. Возможности и ограничения естественно-научного подхода при организации лечения охраны здоровья человека.

Психологические исследования телесности человека

Психологический подход к исследованию феноменов телесности. Исследования образа физического Я в психологии. Схема тела, образ тела, образ физического я. Концепции, связывающие личностные особенности с конституцией человека и его телесным опытом.

Психология витальных функций

Подходы к пониманию витальных функций человека. Социализация телесных функций и ее специфичность. Культурное опосредование телесных функций. Психическая регуляция телесных функций. "Культурная" патология тела. Работы А Лоуэна. Психология питания. Психология сексуальности. Психология сна.

Тело человека в профессиональной деятельности, спорте, художественно-исполнительской деятельности и других социальных практиках

Тело как инструмент профессиональной деятельности, спорта, художественно-исполнительской деятельности и др. социальных практик. Системы модификации тела и его функций в спорте, боевых искусствах, исполнительских искусствах. Психология спорта высших достижений. Психология голоса.

Тело человека и здоровье. Оздоровительные системы и здоровьесберегающие технологии.

Современные и исторические системы оздоровления человека, (система оздоровления М.Норбекова, П.Сытина, П.Иванова, йога, цигун, аюрведа и др) их психологический анализ. Связи между психическим и телесным, лежащие в основе этих концепций.

Тело и коммуникация.

Тело как объект и инструмент коммуникации. Теоретические и эмпирические исследования коммуникативной функции тела. Невербальные аспекты коммуникации (поза, жесты, мимика, голос).

Телесно-ориентированная психотерапия

Основные направления телесно-ориентированной психотерапии, их теоретические основы, принципы, приемы, техники и процедуры психотерапевтического воздействия. Вегетотерапия В. Райха, биоэнергетика А Лоуэна, первичная терапия А.Янова, метод М.Фельденкраца, танцедвигательная терапия и др.

Сравнительный анализ явных и эксплицитных концепций телесности человека, лежащих в основе различных телесноориентированных психотерапевтических систем: вегетотерапии В.Райха, биоэнергетики А Лоуэна, первичной терапии А.Янова, метода М.Фельденкраца, танцедвигательной терапии и др.

Телесно-ориентированная психотерапия и ее направления

Основные направления телесно-ориентированной психотерапии, их теоретические основы, принципы, приемы, техники и процедуры психотерапевтического воздействия. Вегетотерапия В.Райха, биоэнергетика А Лоуэна, первичная терапия А.Янова, метод М.Фельденкраца, танцедвигательная терапия и др.

Концепции телесности человека в различных направлениях телесно-ориентированной психотерапии

Сравнительный анализ явных и эксплицитных концепций телесности человека, лежащих в основе различных телесноориентированных психотерапевтических систем: вегетотерапии В.Райха, биоэнергетики А Лоуэна, первичной терапии А.Янова, метода М.Фельденкраца, танцедвигательной терапии и др.

Подготовка к аттестации

Студент осуществляет самостоятельную работу по закреплению и интеграции полученных знаний и навыков.

- Определение психологии телесности, предмет, объект, место в системе психологического знания.
- Междисциплинарные источники новой области психологического знания: исторические и

культурологические, естественно-научные(медицина и биология), собственно психологические(социальная психология, психология ощущений), клиническая психология, организация жизни и быта.

- Естественно-научный подход к феноменам телесности. Возможности и ограничения естественно-научного подхода при организации лечения о храны здоровья человека
- Психологический подход к исследованию феноменов телесности.
- Исследования образа физического Я в психологии.
- Схема тела, образ тела, образ физического Я.
- Концепции, связывающие личностные особенности с конституцией человека и его телесным опытом.
- Социализация телесных функций и ее специфичность. Культурное опосредование телесных функций. Психическая регуляция телесных функций. "Культурная" патология тела.
- Психология питания.
- Психология сексуальности.
- Психология сна.
- Психологический анализ системы оздоровления М.НорбековаСвязи между психическим и телесным, лежащие в основе данной концепции.
- Психологический анализ системы оздоровления П.Иванова. Связи между психическим и телесным, лежащие в основе данной концепции.
- Психологический анализ системы оздоровления в йоге. Связи между психическим и телесным, лежащие в основе данной концепции.
- Психологический анализ системы оздоровления в цигун, Связи между психическим и телесным, лежащие в основе данной концепции.
- Психологический анализ системы оздоровления в аюрведе. Связи между психическим и телесным, лежащие в основе данной концепции.
- Тело как объект и инструмент коммуникации. Теоретические и эмпирические исследования коммуникативной функции тела.
- Невербальные аспекты коммуникации(поза, жесты, мимика, голос)- Теоретические основы, принципы, приемы,техники и процедуры психотерапевтического воздействия в вегетотерапии В.Райха,
- Теоретические основы, принципы, приемы,техники и процедуры психотерапевтического воздействия в биоэнергетике А Лоуэна,
- Теоретические основы, принципы, приемы,техники и процедуры психотерапевтического воздействия в первичной терапии А.Янова,
- Теоретические основы, принципы, приемы,техники и процедуры психотерапевтического воздействия в методе М.Фельденкраца.
- Теоретические основы, принципы, приемы,техники и процедуры психотерапевтического воздействия в танцедвигательной терапии.
- Концепция телесности человека, лежащая в основе вегетотерапии В.Райха,
- Концепция телесности человека, лежащая в основе биоэнергетики А Лоуэна,
- Концепция телесности человека, лежащая в основепервичной терапии А.Янова,
- Концепция телесности человека, лежащая в основеметода М.Фельденкраца,
- Концепция телесности человека, лежащая в основетанцедвигательной терапии.

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Освоение дисциплины требует систематического изучения всех тем в той последовательности, в какой они указаны в рабочей программе.

Основными видами учебной работы являются аудиторские занятия. Их цель - расширить базовые знания обучающихся по осваиваемой дисциплине и систему теоретических ориентиров для последующего более глубокого освоения программного материала в ходе самостоятельной работы. Обучающемуся важно помнить, что контактная работа с преподавателем эффективно помогает ему овладеть программным материалом благодаря расстановке необходимых акцентов и удержанию внимания интонационными модуляциями голоса, а также подключением аудио-визуального механизма восприятия информации.

Самостоятельная работа преследует следующие цели:

- закрепление и совершенствование теоретических знаний, полученных на лекционных занятиях;
- формирование навыков подготовки текстовой составляющей информации учебного и научного назначения для размещения в различных информационных системах;
- совершенствование навыков поиска научных публикаций и образовательных ресурсов, размещенных в сети Интернет;
- самоконтроль освоения программного материала.

Обучающемуся необходимо помнить, что результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем во время проведения мероприятий текущего контроля и учитываются при промежуточной аттестации.

Обучающимся с ОВЗ и инвалидов предоставляется возможность выбора форм проведения мероприятий текущего контроля, альтернативных формам, предусмотренным рабочей программой дисциплины. Предусматривается возможность увеличения в пределах 1 академического часа времени, отводимого на выполнение контрольных мероприятий.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

При проведении текущего контроля применяются оценочные средства, обеспечивающие передачу информации, от обучающегося к преподавателю, с учетом психофизиологических особенностей здоровья обучающихся.

7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

При самостоятельной работе обучающимся следует использовать:

- конспекты лекций;
- литературу из перечня основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля);
- текст лекций на электронных носителях;
- ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимые для освоения дисциплины;
- лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение из перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине;
- методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная:

1. Соколова, Е. Т. Психотерапия : учебник и практикум для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 359 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05416-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538331>
2. Детская и подростковая психотерапия : учебник для вузов / Е. В. Филиппова [и др.] ; под редакцией Е. В. Филипповой. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 432 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00349-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536150>

Дополнительная:

1. Общая психология. Тексты: В 3 томах. Т.1: Введение. Книга 2 / К. Мадсен, В. Вундт, Э. Б. Титченер [и др.] ; составители Ю. Б. Дормашев, С. А. Капустин, В. В. Петухов. — 2-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 728 с. — ISBN 978-5-89353-378-1 (т.1, кн.2), 978-5-89353-376-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/88325>
2. Общая психология. Тексты: В 3 томах. Т.1: Введение. Книга 3 / П. С. Гуревич, И. Т. Фролов, Э. Фромм [и др.] ; составители Ю. Б. Дормашев, С. А. Капустин, В. В. Петухов. — 2-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 688 с. — ISBN 978-5-89353-379-8 (т.1, кн.3), 978-5-89353-376-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/88326>
3. Общая психология. Тексты: В 3 томах. Т.1: Введение. Книга 1 / И. Кант, М. Вебер, Б. Рассел [и др.] ; составители Ю. Б. Дормашев, С. А. Капустин, В. В. Петухов. — 2-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 640 с. — ISBN 978-5-89353-377-4 (т.1, кн.1), 978-5-89353-376-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/88324>
4. Решетников, М. М. Избранные труды в 7 т. Том 5. современная психотерапия (статьи) / М. М. Решетников. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 499 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13587-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543658>

9. Перечень ресурсов сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины

<http://www.oxfordjournals.org/en/> Oxford University Press Доступ к журналам широкого тематического спектра

<http://www.tandfonline.com/> Журналы издательства Taylor & Francis

<http://link.springer.com/> SpringerLink Провайдер информационных услуг, журналов по различным научным направлениям

<http://psystudy.ru> Ресурсы широкой тематики Журнал Психологические исследования

<http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/archive.html> Вестник Московского университета Серия 14. Психология

<https://psyjournal.spbu.ru> Журнал Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология

<https://psy-journal.hse.ru/archive.html> Журнал Психология Высшей школы экономики

<http://psychologyinrussia.com> Журнал Психология в России (Psychology in Russia. State of Art)

<http://philsoc.psu.ru/vestnik> Вестник пермского университета. Философия. Психология. Социология

<https://www.psychology.ru/library> Библиотека сайта psychology.ru

<https://psy.su> Психологическая газета

<http://ppj.spbu.ru/index.php/psy/index> Петербургский психологический журнал

<http://psyjournals.ru/mpj/index.shtml> Журнал Консультативная психология и психотерапия

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Образовательный процесс по дисциплине **Психология телесности и телесноориентированная психотерапия** предполагает использование следующего программного обеспечения и информационных справочных систем:

- презентационные материалы;
- доступ в режиме on-line в Электронную библиотечную систему (ЭБС);
- доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

При освоении материала и выполнения заданий по дисциплине рекомендуется использование материалов, размещенных в Личных кабинетах обучающихся ЕТИС ПГНИУ (student.psu.ru)

Перечень необходимого лицензионного и (или) свободно распространяемого программного обеспечения:

ПО: ОС Microsoft Windows (предустановленная версия - OEM или версия согласно лицензионным соглашениям); пакет офисных приложений Microsoft Office (версия согласно лицензионным соглашениям); Kaspersky Endpoint Security for Business, Справочно-правовая система «КонсультантПлюс».

При организации дистанционной работы и проведении занятий в режиме онлайн могут использоваться:

система видеоконференцсвязи на основе платформы BigBlueButton (<https://bigbluebutton.org/>).

система LMS Moodle (<http://e-learn.psu.ru/>), которая поддерживает возможность использования текстовых материалов и презентаций, аудио- и видеоконтент, а так же тесты, проверяемые задания, задания для совместной работы.

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Материально-техническая база обеспечивается наличием:

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа:

Основное оборудование: специализированная мебель, меловая доска, ноутбук, проектор, экран.

Для самостоятельной работы: аудитория для самостоятельной работы, оснащенная компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», обеспеченной доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Помещение научной библиотеки СГПИ филиал ПГНИУ для обеспечения самостоятельной работы обучающихся:

Помещение Научной библиотеки СГПИ филиал ПГНИУ, оснащенное компьютерной техникой, с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ПГНИУ.

Основное оборудование: специализированная мебель, меловая доска, проектор, экран, ноутбуки, телевизор.

ПО: ОС Microsoft Windows (предустановленная версия - OEM или версия согласно лицензионным соглашениям); пакет офисных приложений Microsoft Office (версия согласно лицензионным соглашениям); Kaspersky Endpoint Security for Business. Справочно-правовая система «Консультант Плюс. Яндекс.Браузер (свободно распространяемое ПО) и/или Google Chrome (свободно распространяемое ПО); ОС «Альт Образование».

**Фонды оценочных средств для аттестации по дисциплине
Психология телесности и телесноориентированная психотерапия**

**Планируемые результаты обучения по дисциплине для формирования компетенции.
Индикаторы и критерии их оценивания**

ПК.6

Способен участвовать в реализации программ оказания психологической помощи, предполагающих использование традиционных методов и технологий

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
ПК.6.1 Определяет направления, формы и способы оказания психологической помощи лицам/группам лиц, испытывающим трудности в различных сферах жизнедеятельности	Знать основные методики и техники телесно-ориентированной терапии. Уметь составлять терапевтические программы, направленные на решение конкретной проблемы клиента. Владеть навыком реализации составленных программ, направленных на решение конкретной проблемы клиента.	Неудовлетворител Отсутствие знаний основных методик и техник телесно-ориентированной терапии. Отсутствие умения составлять терапевтические программы, направленные на решение конкретной проблемы клиента. Отсутствие навыка реализации составленных программ, направленных на решение конкретной проблемы клиента. Удовлетворительн Общие, но неструктурированные знания основных методик и техник телесно-ориентированной терапии. Частично сформированное умение составлять терапевтические программы, направленные на решение конкретной проблемы клиента. Фрагментарное применение навыка реализации составленных программ, направленных на решение конкретной проблемы клиента. Хорошо Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания основных методик и техник телесно-ориентированной терапии. В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение составлять терапевтические программы, направленные на решение конкретной проблемы клиента. целом успешное, но содержащее отдельные пробелы применение навыка реализации составленных программ, направленных на решение конкретной проблемы клиента. Отлично Сформированные и систематические знания основных методик и техник телесно-ориентированной терапии. Сформированное

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
		Отлично умение составлять терапевтические программы, направленные на решение конкретной проблемы клиента. Успешное применение навыка реализации составленных программ, направленных на решение конкретной проблемы клиента.
ПК.6.2 Участствует в оказании консультативной помощи отдельным лицам (клиентам) и социальным группам	Знать методологическую основу телесно-ориентированной терапии и основы индивидуального и группового консультирования. Уметь применять методики телесно-ориентированной терапии. Владеть навыком подбора необходимых методик телесно-ориентированной терапии.	Неудовлетворител Отсутствие знаний методологической основы телесно-ориентированной терапии и основ индивидуального и группового консультирования. Отсутствие умения применять методики телесно-ориентированной терапии. Отсутствие навыка подбора необходимых методик телесно-ориентированной терапии. Удовлетворительн Общие, но неструктурированные знания методологической основы телесно-ориентированной терапии и основ индивидуального и группового консультирования. Частично сформированное умение применять методики телесно-ориентированной терапии. Фрагментарное применение навыка подбора необходимых методик телесно-ориентированной терапии. Хорошо Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания методологической основы телесно-ориентированной терапии и основ индивидуального и группового консультирования. В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение применять методики телесно-ориентированной терапии. В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы применение навыка подбора необходимых методик телесно-ориентированной терапии. Отлично Сформированные и систематические знания методологической основы телесно-ориентированной терапии и основ индивидуального и группового

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
		Отлично консультирования. Сформированное умение применять методики телесно- ориентированной терапии. Успешное применение навыка подбора необходимых методик телесно-ориентированной терапии.

Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации

Схема доставки : очная