

Автономная Некоммерческая Организация Дополнительного
Профессионального Образования

Международный институт практической психологии и
психотерапии «Интеграция»

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНО ДПО МИППиП
«Интеграция»

Азизова Аниса Рамильевна

«20» марта 2026 г.

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ,
ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Основы телесной психологии»**

Срок реализации: 6 месяцев

РАЗАБОТАНО

Автор-составитель:

Дуплищев К.Н.

Новосибирск, 2026

Программа повышения квалификации: «Основы телесной психологии» разработана на основе Профессионального стандарта «Психолог-консультант», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 537Н от 14.09.2022 (зарегистрировано в Минюсте России 14.10.2022 № 70506), Профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 716Н от 14.09.2023 (зарегистрировано в Минюсте России 18.10.2023 № 75620).

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	4
1.1. Общая характеристика программы.....	4
1.2. Цели и задачи программы, планируемые результаты обучения	5
1.3. Количество часов на освоение программы повышения квалификации.....	7
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ...	8
2.1. Тематический план	8
2.2. Календарный учебный график	13
2.3. Календарный учебный график (сводный).....	16
2.4. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, итоговой аттестации по итогам освоения программы и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	17
РАЗДЕЛ 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	18
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	18
3.1.1. Требования к организации пространства.....	18
3.2. Информационное обеспечение обучения	18
3.3. Общие требования к организации образовательного процесса	18
3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса	19
РАЗДЕЛ 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ...	20
4.1. Результаты обучения, соотнесенные с видами и методами контроля ..	20
Основные источники	22
Дополнительные источники	22

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Общая характеристика программы

Программа повышения квалификации (далее – программа) «Основы телесной психологии» реализуется Автономной Некоммерческой Организацией Дополнительного Профессионального Образования Международный институт практической психологии и психотерапии «Интеграция» (далее – АНО ДПО МИППИП «Интеграция», организация).

Программа представляет собой систему документов, разработанных организацией на основе Профессионального стандарта «Психолог-консультант», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 537Н от 14.09.2022 (зарегистрировано в Минюсте России 14.10.2022 № 70506), Профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 716Н от 14.09.2023 (зарегистрировано в Минюсте России 18.10.2023 № 75620), с учетом Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 (зарегистрировано в Минюсте России 21.08.2020 № 59374), с учетом требований регионального рынка труда.

Программа регламентирует цель, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии организации образовательного процесса, оценку качества подготовки выпускника по данному направлению и включает в себя учебный план, рабочие программы дисциплин (занятий), итоговой аттестации, обеспечивающие качественную подготовку обучающихся. Ежегодно, с учетом запросов работодателей, особенностей развития региона, программа повышения квалификации «Основы телесной психологии» пересматривается и обновляется в части содержания учебных планов, состава и содержания программ дисциплин (занятий), обеспечивающих качество подготовки обучающихся, с учетом установленных профессиональных стандартов. Обучение по программе ведется на русском языке. Теоретико-методологической основой программы являются работы отечественных и зарубежных ученых в области психологического консультирования.

Теоретико-методологической основой программы являются работы зарубежных и отечественных ученых в области педагогической и телесной психологии, теории адаптации, телесно-ориентированного психоанализа и телесно-ориентированных методов психокоррекции и психотерапии.

Программа базируется на:

- Фундаментальном положении интегральности феноменов психики и целостности организма человека (А.К. Анохин, Б.Г. Ананьев, Н.А. Бернштейн, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, М.Г. Ярошевский, Б.Ф. Ломов и др.).
- Фундаментальных положениях и идеях о единстве личности, сознания и деятельности (К.А. Абульханова-Славская, Б.С. Братусь, И.В. Бестужев-Лада, А.А.

Бодалев, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, А. В. Петровский, В.А. Петровский, СЛ. Рубинштейн и др.).

- Современных концепциях гуманизации образования (В.П. Бездухов, А.Л. Бусыгина, С.Г. Вершловский, О.С. Газман, В.М. Минияров, Б.С. Гершунский, В.А. Слостенин и др.).

- Теориях социализации личности (Г.М. Андреева, Л. С. Выготский, АЛ. Свенцицкий, К. Роджерс, Ж. Пиаже и др.).

- Основных положениях психоанализа, телесно-ориентированного психоанализа, телесно-ориентированных методов психокоррекции и психотерапии (З. Фрейд, В. Райх, А. Лоуэн, Б.Г. Ананьев, В.Ю. Баскаков, Д. Перакос, М. Фельденкрайз, М. Алворд и др.).

Нормативно-правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 537Н от 14.09.2022 (зарегистрировано в Минюсте России 14.10.2022 № 70506);

- Профессиональный стандарт «Психолог в социальной сфере», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 716Н от 14.09.2023 (зарегистрировано в Минюсте России 18.10.2023 № 75620);

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденный приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 (зарегистрировано в Минюсте России 21.08.2020 № 59374);

- Общероссийский классификатор специальностей по образованию ОК 009-2016, принят и введен в действие приказом Росстандарта от 08.12.2016 № 2007-ст;

- Устав АНО ДПО МИППиП «Интеграция»;

- Локальные акты АНО ДПО МИППиП «Интеграция».

Программа направлена на повышение квалификации по направлению «Психология» на базе среднего профессионального образования, либо высшего образования, а также специалистов психологов, клинических психологов, психологов в социальной сфере и образовании, социальных работников в области оказания помощи посредством психологического консультирования и других специалистов помогающих профессий.

1.2. Цели и задачи программы, планируемые результаты обучения

Цель программы: подготовка специалистов, практикующих телесно-ориентированный подход в работе, овладение теорией и практикой телесно-ориентированной психотерапии (ТОП) и психотехники, а также формирование общих и профессиональных компетенций с учетом профессиональных стандартов.

Задачи:

- сформировать представление о теоретических и практических основах телесно-ориентированной психологии (ТОП);
- ознакомить учащихся с теоретическими и практическими положениями телесно-ориентированной психологии;
- обучить студентов использованию техник телесно-ориентированной психологии в консультативной практике.

Программа повышения квалификации ориентирована на реализацию следующих принципов:

- приоритет практико-ориентированных навыков выпускника;
- формирование потребности к постоянному развитию и инновационной деятельности в профессиональной сфере, в том числе и к продолжению образования;
- формирование готовности принимать решения и профессионально действовать в нестандартных ситуациях.

С целью овладения соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения программы должен: иметь практический опыт (ПО):

Код практического опыта	Содержание практического опыта
ПО 1.	Владение диагностическими возможностями и способами телесного считывания
ПО 2.	Владение техниками и методами ТОП в консультативной практике

уметь (У):

Код умения	Содержание умения
У 1.	Организовывать работу ТОП офлайн и онлайн
У 2.	Проводить диагностику и телесное считывание
У 3.	Использовать техники ТОП в консультативной практике
У 4.	Анализировать собственную профессиональную деятельность с целью совершенствования и эффективности для каждого конкретного случая

знать (З):

Код знания	Содержание знания
З 1.	Теоретические положения ТОП

3 2.	Основные категории и понятия ТОП – Основы телесной психологии; – Телесная психология и личностный рост; – Методы управления вниманием и чувственным осознанием; – Осознавание схемы тела; – Техники работы проективными практиками; – Техники дыхательной саморегуляции; – Профессиональные стандарты.
3 3.	Потенциальные возможности применения методик и упражнений ТОП в практической деятельности психолога
3 4.	Особенности организации и ведения ТОП процесса онлайн и офлайн
3 5.	Особенности, задачи и принципы организации работы телесно-ориентированного психолога

1.3. Количество часов на освоение программы повышения квалификации

Удостоверение о повышении квалификации выдается на 72 часов, из них:

Прохождение всей программы	72 часа
1. Занятие (24)	48 часа
2. Самоподготовка: изучение рекомендованной литературы	24 часов
3. Зачет	+

Используемые образовательные технологии:

1. Программа состоит из 24 занятий, включающих теоретические и практические формы обучения.
2. Занятия проводятся с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения по будням 1 раз в неделю на протяжении 6 месяцев. Время с 17:00 до 19:00 (по МСК). За исключением летнего периода.
3. Зачет проводится на последнем занятии в виде наглядной демонстрации полученных навыков.

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Тематический план

№	Виды занятий	Количество часов		Количество часов
		Теория	Навыки	Всего
1.	Занятие 1. Введение в основы телесной психологии. Принципы работы	1	1	2
2.	Занятие 2. Базовая диагностика по телу	1	1	2
3.	Занятие 3. Тазовый сегмент. Значение таза в телесной психологии. Диагностика сексуальности	1	1	2
4.	Занятие 4. Стопы. Четыре точки опоры	1	1	2
5.	Занятие 5. Ноги. Статическая и динамическая диагностика	1	1	2
6.	Занятие 6. Таз. Статическая и динамическая диагностика. Практика "Губка Райха"	1	1	2
7.	Занятие 7. Теория стыда. Практики работы со стыдом	1	1	2
8.	Занятие 8. Проективные практики на проработку тазового сегмента. Подведение итогов блока	1	1	2
9.	Занятие 9. Теория страха. Зона живота	1	1	2
10.	Занятие 10. Поясница. Диагностика. Практика работы напряжения в пояснице	1	1	2
11.	Занятие 11. Диафрагма. Зоны напряжения. Диагностика дыхания	1	1	2
12.	Занятие 12. Грудная клетка и зона сердца. Психологическая интерпретация. Практика	1	1	2
13.	Занятие 13. Позвоночник. Диагностика зон спины. Практика	1	1	2
14.	Занятие 14. Плечевой пояс и лопатки. Динамическая диагностика	1	1	2
15.	Занятие 15. Руки, плечо, локти, кисть. Диагностика. Практика исследование подвижности и чувствительности	1	1	2
16.	Занятие 16. Проективные практики на проработку сердечной зоны. Подведение итогов блока	1	1	2
17.	Занятие 17. Шея. Диагностика шейного отдела.	1	1	2

	Практика			
18.	Занятие 18. Горло. Принципы работы с горлом. Практики звучания	1	1	2
19.	Занятие 19. Лицо. Строение зон лица. Практики	1	1	2
20.	Занятие 20. Теория агрессия. Зона челюсти	1	1	2
21.	Занятие 21. Глаза. Психологическая интерпретация. Особенности зрительного контакта в онлайн	1	1	2
22.	Занятие 22. Голова. Практика на работы с контролем	1	1	2
23.	Занятие 23. Проективные практики на проработку зон лица и головы	1	1	2
24.	Занятие 24. Заключительное занятие. Итоговая аттестация	1	1	2
25.	Самоподготовка			24
26.	Общая трудоемкость (всего часов)			72

I занятие. Введение в основы телесной психологии. Принципы работы

Тема 1. Обучение в ТОП.

Тема 2. Особенности работы ТОП в онлайн и офлайн.

Тема 3. Основные понятия ТОП.

Тема 4. Основы телесного контакта.

Тема 5. Практическая проработка.

II занятие. Базовая телесная диагностика

Тема 1. Основные принципы базовой телесной диагностики.

Тема 2. Особенности телесной диагностики онлайн.

Тема 3. Практическая проработка.

III занятие. Тазовый сегмент. Значение зоны таза в телесной психологии. Диагностика сексуальности

Тема 1. Особенности работы с тазовым сегментом в ТОП.

Тема 2. Базовая анатомия тазового сегмента.

Тема 3. Психологическое значение тазового сегмента. Движение, желания, опора.

Тема 4. Диагностика основных зон тазового сегмента.

Тема 5. Диагностика сексуальности.

Тема 6. Практическая проработка.

IV занятие. Стопы. Четыре точки опоры

Тема 1. Особенности работы с зоной стоп в ТОП.

Тема 2. Базовая анатомия стоп.

Тема 3. Психологическое значение зоны стоп. Заземление, опора, устойчивость, контакт с реальностью.

Тема 4. Статическая и динамическая диагностика стоп.

Тема 5. Практическая проработка.

V занятие. Ноги. Статическая и динамическая диагностика

Тема 1. Особенности работы с ногами в ТОП.

Тема 2. Базовая анатомия и строение ног.

Тема 3. Статическая и динамическая диагностика ног. Теория.

Тема 4. Статическая и динамическая диагностика ног. Практическая проработка.

VI занятие. Таз. Статическая и динамическая диагностика. Практика "Губка Райха"

Тема 1. Работа с сексуальными процессами.

Тема 2. Статическая и динамическая диагностика таза. Теория.

Тема 3. Статическая и динамическая диагностика. Практическая проработка.

Тема 4. Практика на работу с тазовым блоком.

VII занятие. Теория стыда. Практики работы со стыдом

Тема 1. Теория мужского и женского. Анатомия. Физиология.

Тема 2. Психологическое значение мужского и женского в ТОП.

Тема 3. Теория стыда.

Тема 4. Особенности работы со стыдом в ТОП.

Тема 5. Практика на проработку стыда.

Тема 6. Мужское и женское взаимодействие в ТОП.

Тема 7. Практическая проработка.

VIII занятие. Проективные практики проработки тазового сегмента. Подведение итогов блока

Тема 1. Основные принципы проективных практик.

Тема 2. Проективные практики на проработку тазового сегмента.

IX занятие. Теория страха. Зона живота

Тема 1. Теория эмоционального проживания страха и тревоги.

Тема 2. Базовая анатомия и строение зоны живота.

Тема 3. Основные телесные зоны страха. Теория.

Тема 4. Психологическое значение зоны живота.

Тема 5. Практики на проработку страха.

X занятие. Поясница. Диагностика. Практика работы с напряжением с поясничной зоной

Тема 1. Анатомия поясничной зоны.

Тема 2. Психологическое значение поясничной зоны.

Тема 3. Диагностика зоны поясницы.

Тема 4. Практика на проработку поясничной зоны.

XI занятие. Диафрагма. Зоны напряжения. Диагностика дыхания

Тема 1. Строение диафрагмальной зоны

- Тема 2. Психологическое значение диафрагмальной зоны
- Тема 3. Физиология дыхания.
- Тема 4. Диагностика напряжения в диафрагмальной зоне.
- Тема 5. Диагностика дыхания.
- Тема 6. Практическая проработка напряжения в диафрагмальной зоне.

XII занятие. Грудная клетка и зона сердца. Психологическая интерпретация. Практика

- Тема 1. Анатомия и строение сердца грудной клетки
- Тема 2. Психологическое значение зоны сердца и грудной клетки
- Тема 3. Диагностика зон напряжения грудной клетки
- Тема 4. Практическая проработка

XIII занятие. Позвоночник. Диагностика зон спины. Практика

- Тема 1. Строение позвоночника
- Тема 2. Психологическое значение зон спины
- Тема 3. Диагностика зон спины
- Тема 4. Практическая проработка

XIV занятие. Плечевой пояс и лопатки. Динамическая диагностика

- Тема 1. Строение, анатомия и функции плечевого пояса и зоны лопаток
- Тема 2. Психологическое значение зон плечевого пояса и лопаток
- Тема 3. Динамическая диагностика зон плечевого пояса и лопаток
- Тема 4. Практическая проработка зон плечевого пояса и лопаток

XV занятие. Руки, плечо, локти, кисть. Диагностика. Практика исследования подвижности и чувствительности

- Тема 1. Строение рук. Плечи, локти, кисти
- Тема 2. Психологическое значение рук
- Тема 3. Диагностика рук
- Тема 4. Практика исследования чувствительности и подвижности рук

XVI занятие. Проективные практики на проработку сердечной зоны. Подведение итогов блока

- Тема 1. Проективные практики на проработку сердечной зоны

XVII занятие. Шея. Диагностика шейного отдела. Практика

- Тема 1. Анатомия и функции шейного отдела, особенности крепления головы к шее
- Тема 2. Психологическое значение шейного отдела
- Тема 3. Диагностика зоны крепления головы к шее
- Тема 4. Практическая проработка зоны шеи

XVIII занятие. Горло. Принципы работы с горлом. Практики звучания

- Тема 1. Анатомия горла

- Тема 2. Психологическое значение зоны горла
- Тема 3. Принципы работы с зоной горла
- Тема 4. Теория работы с голосом
- Тема 5. Практика по работе с голосом
- Тема 6. Практическая проработка зоны горла

XIX занятие. Лицо. Строение зон лица. Практики

- Тема 1. Теория особенности строения и анатомия лица
- Тема 2. Психологическое значение зон лица
- Тема 3. Базовая телесная диагностика лица
- Тема 4. Практики на работы с лицом в ТОП

XX занятие. Теория агрессия. Зона челюсти

- Тема 1. Теория эмоционального проживания агрессии
- Тема 2. Особенности работы с агрессией в ТОП
- Тема 3. Базовая анатомия и строение челюсти
- Тема 4. Психологическое значение челюстной зоны
- Тема 5. Практики на работу с агрессией в ТОП

XXI занятие. Глаза. Психологическая интерпретация. Особенности зрительного контакта в онлайн

- Тема 1. Строение и базовая анатомия глазной зоны
- Тема 2. Психологическая интерпретация глазной зоны
- Тема 3. Диагностика напряжения в глазах
- Тема 4. Особенности зрительного контакта в онлайн и офлайн
- Тема 5. Практическая проработка глазной зоны

XXII занятие. Голова. Практика на работы с контролем

- Тема 1. Строение и базовая анатомия зон головы
- Тема 2. Психологическое значение зон головы
- Тема 3. Диагностика отделов головы
- Тема 4. Практики на работу с контролем
- Тема 5. Практики на работу с зонами головы

XXIII занятие. Проективные практики на проработку зон лица и головы

- Тема 1. Проективные практики на проработку зон лица и головы

XXIV занятие. Заключительное занятие. Итоговая аттестация

- Тема 1. Практические сессии слушателей программы
- Тема 2. Итоговая аттестация

2.2. Календарный учебный график

№	Название темы занятия	Количество часов	Описание содержания занятий
1.	Занятие 1. Введение в основы телесной психологии. Принципы работы.	1 час	Теория основ телесной психологии. Знакомство с программой. Условия обучения. Презентация программы.
2.		1 час	Практика диагностики чувствительности тела.
3.	Занятие 2. Базовая телесная диагностика.	1 час	Теория базовой телесной диагностики в ТОП.
4.		1 час	Практическая диагностика. Практика.
5.	Занятие 3. Тазовый сегмент. Значение зоны таза в телесной психологии. Диагностика сексуальности.	1 час	Теория особенностей работы с тазовым сегментом в ТОП. Базовая анатомия тазового сегмента. Психологическое значение тазового сегмента. Теория диагностики сексуальности.
6.		1 час	Диагностика основных зон тазового сегмента. Диагностика сексуальности. Практическая проработка.
7.	Занятие 4. Стопы. Четыре точки опоры.	1 час	Особенности работы с зоной стоп в ТОП. Базовая анатомия стоп. Психологическое значение зоны стоп. Практика «4 точки стопы».
8.		1 час	Статическая и динамическая диагностика стоп. Практика «Циферблат стопы»
9.	5 занятие. Ноги. Статическая и динамическая диагностика.	1 час	Теория особенностей работы с ногами в ТОП. Базовая анатомия и строение ног. Теория статической и динамической диагностики ног
10.		1 час	Статическая и динамическая диагностика ног. Практика «Я падаю»
11.	6 занятие. Таз. Статическая и динамическая диагностика. Практика "Губка Райха".	1 час	Теория особенностей работы с сексуальными процессами в ТОП. Статическая и динамическая диагностика таза.
12.		1 час	Практика «Губка Райха».
13.	7 занятие. Теория стыда. Практики работы со стыдом.	1 час	Теория мужского и женского. Психологическое значение мужского и женского в ТОП. Теория стыда. Особенности работы со стыдом в ТОП. Практика на проработку стыда.

14.		1 час	Практика «Мужское и женское дыхание».
15.	8 занятие. Проективные практики проработки тазового сегмента. Подведение итогов блока.	1 час	Основные принципы проективных практик.
16.		1 час	Проективные практики на проработку тазового сегмента. Практика «Тазовый зверь». Подведение итогов блока.
17.	9 занятие. Теория страха. Зона живота. Практики на проработку страха.	1 час	Теория эмоционального проживания страха и тревоги. Базовая анатомия и строение зоны живота. Основные телесные зоны страха. Психологическое значение зоны живота.
18.		1 час	Практика «Дыхание животом». Практика «Работа с зонами напряжения живота».
19.	10 занятие. Зона поясницы. Диагностика. Практика работы с напряжением с поясничной зоной.	1 час	Теория строения и анатомии поясничной зоны. Психологическое значение поясничной зоны.
20.		1 час	Диагностика зоны поясницы. Практика на проработку поясничной зоны.
21.	11 занятие. Диафрагма. Зоны напряжения диафрагмы. Диагностика дыхания.	1 час	Теория и анатомия строения диафрагмальной зоны. Психологическое значение диафрагмальной зоны. Физиология дыхания. Диагностика напряжения в диафрагмальной зоне.
22.		1 час	Диагностика дыхания. Практика проработка напряжения диафрагмальной зоны.
23.	12 занятие. Грудная клетка и зона сердца. Психологическая интерпретация. Практика.	1 час	Теория строения и анатомии сердца и грудной клетки. Психологическое значение зоны сердца и грудной клетки
24.	12 занятие. Грудная клетка и зона сердца. Психологическая интерпретация. Практика.	1 час	Диагностика зон напряжения грудной клетки. Практика «Груз на груди».
25.	13 занятие. Позвоночник. Диагностика зон спины. Практика.	1 час	Теория строения позвоночника. Психологическое значение зон спины. Теория и практика по диагностике зон спины.
26.		1 час	Практика «Материнская опора».
27.	14 занятие. Плечевой пояс и лопатки. Динамическая диагностика зон плечевого пояса и лопаток.	1 час	Теория строения, анатомии и функций плечевого пояса и зоны лопаток. Психологическое значение зон

			плечевого пояса и лопаток.
28.		1 час	Динамическая диагностика зон плечевого пояса и лопаток.
29.	15 занятие. Руки, плечо, локти, кисть. Диагностика. Практика исследования подвижности и чувствительности	1 час	Теория строения и анатомии рук. Психологическое значение рук. Диагностика рук.
30.		1 час	Практика «Исследование чувствительности и подвижности рук».
31.	16 занятие. Проективные практики на проработку сердечной зоны. Подведение итогов блока	1 час	Проективная практика «Сердце».
32.		1 час	Проективные практики работы с животом и сердцем.
33.	17 занятие. Шея. Диагностика шейного отдела. Практика.	1 час	Теория строения, анатомии и функций шейного отдела. Особенности крепления головы к шее. Психологическое значение шейного отдела. Диагностика зоны крепления головы к шее.
34.		1 час	Практика «Валик под шею». Практика «Бычок».
35.	18 занятие. Горло. Принципы работы с горлом. Практики звучания.	1 час	Теория особенностей работы с зоной горла. Строение и анатомия горла. Психологическое значение зоны горла. Принципы работы с зоной горла.
36.		1 час	Теория работы с голосом. Практика на проработку горлового сегмента.
37.	19 занятие. Лицо. Строение зон лица. Практики.	1 час	Теория строения и анатомия лица. Психологическое значение зон лица. Базовая телесная диагностика лица.
38.		1 час	Практика «Мимическая буря». Практика «Прикосновения».
39.	20 занятие. Теория агрессия. Зона челюсти.	1 час	Теория эмоционального проживания агрессии. Особенности работы с агрессией в ТОП. Базовая анатомия и строение челюсти. Психологическое значение челюстной зоны.
40.		1 час	Практики на работу с агрессией в ТОП. Практика «Вес челюсти».
41.	21 занятие. Глаза. Психологическая интерпретация. Особенности зрительного контакта в онлайн.	1 час	Теория строения и базовая анатомия глазной зоны. Психологическая интерпретация глазной зоны. Диагностика напряжения в глазах. Практика «Циферблат». Особенности зрительного контакта в онлайн и офлайн.
42.		1 час	Практика проработки напряжения

			глазной зоны. Практика «Зажмуривание».
43.	22 занятие. Зона головы. Практики на работу с контролем.	1 час	Теория строения и базовой анатомии зон головы. Психологическое значение зон головы. Диагностика отделов головы.
44.		1 час	Практики на работу с контролем. Практики на работу с зонами головы.
45.	23 занятие. Проективные практики на проработку зон лица и головы	1 час	Проективная практика «Автопортрет».
46.		1 час	Проективная практика «Голова».
47.	24 занятие. Заключительное занятие. Итоговая аттестация.	1 час	Практические сессии слушателей программы. Зачет.
48.		1 час	Вручение документов. Подведение итогов. Обратная связь участников.
49.	Самоподготовка.	24 часа	Изучение рекомендованной литературы. Изучение рекомендованных видеолекций.
50.			
51.	Итого:	72 часа	

2.3. Календарный учебный график (сводный)

Детальный календарный учебный график формируется непосредственно при реализации программы в форме расписания занятий при наборе группы на обучение.

Месяц	Формы обучения, количество часов			
	Теория	Практика	Самоподготовка	Итоговая аттестация
1 месяц обучения	4	4	4	-
2 месяц обучения	4	4	4	-
3 месяц обучения	4	4	4	-
4 месяц обучения	4	4	4	-
5 месяц обучения	4	4	4	-
6 месяц обучения	3	3	4	2

2.4. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, итоговой аттестации по итогам освоения программы и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Примерные темы к самостоятельному изучению:

1. Общая анатомия человека.
2. Общая физиология человека.
3. Основы общей психологии.
4. Основы телесно-ориентированной психологии.
5. Основы телесной диагностики в психотерапии.
6. Особенности работы в онлайн.
7. Особенности структуры личности в ТОП.
8. Работа с голосом в ТОП.

РАЗДЕЛ 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

- Установленная программа ZOOM (иные программы) с указанием фамилии, имени, отчества участника.
- Исправные видео- и аудиоустройства на персональном компьютере или телефоне обучающегося.
- Стабильный интернет.

3.1.1. Требования к организации пространства

- Безопасное изолированное пространство, без посторонних людей (минимум 3х3 метра).
- Возможность перемещать камеру по помещению для реализации разных ракурсов.
- Обеспечение необходимым инвентарем в зависимости от темы занятия (коврик для занятий, плед, плотная подушка, полотенце, плотные мячики разных размеров, ремень, грузы разных весов, валик).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Программные средства:

1. Microsoft Office Standard (в составе: Word, Excel, Power point);
2. Yandex, Google Chrome, Internet Explorer и другие браузеры.

3.3. Общие требования к организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса по программе осуществляется в соответствии с Профессиональным стандартом «Психолог-консультант», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 537Н от 14.09.2022 (зарегистрировано в Минюсте России 14.10.2022 № 70506); Профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 716Н от 14.09.2023 (зарегистрировано в Минюсте России 18.10.2023 № 75620), с учетом Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 (зарегистрировано в Минюсте России 21.08.2020 № 59374), с учебным планом, с программой, с расписанием занятий, с требованиями к результатам освоения: компетенциям, практическому опыту, умениям и знаниям.

В процессе освоения используются традиционные формы обучения (лекция, тренинг) в сочетании с внеаудиторной работой для формирования и развития профессиональных компетенций обучающихся.

Оценка качества освоения программы включает текущий контроль знаний и итоговую аттестацию. Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на соответствующий раздел. Итоговая аттестация проводится в форме зачета.

3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров, реализующих программу повышения квалификации «Основы телесной психологии»:

- наличие профессионального образования, соответствующего профилю преподаваемого модуля;
- наличие стажа работы в организациях соответствующей профессиональной сферы не менее 1 года.

Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях, не реже 1 раза в 3 года.

РАЗДЕЛ 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

4.1. Результаты обучения, соотнесенные с видами и методами контроля

<p>Результаты: освоенные профессиональные (ПК) и общепрофессиональные компетенции (ОПК)</p>	<p>Основные показатели оценки результата</p>	<p>Формы и методы контроля и оценки</p>
<p>Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам.</p>	<p>ПК 1.1 Психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами.</p> <p>ПК 1.2 Подготовка к проведению мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.</p> <p>ПК 1.3 Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам.</p>	<p>Текущий контроль: Экспертное наблюдение и оценка участия в собеседовании по отдельным занятиям программы; Экспертная оценка решения разноуровневых задач на занятиях программы.</p> <p>Итоговая аттестация: Экспертное наблюдение и оценка выполнения и демонстрации компетентностно-ориентированных навыков на итоговом занятии программы.</p>
<p>Организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп</p>	<p>ПК 2.1 Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам).</p> <p>ПК 2.2 Организация психологического сопровождения и психологической помощи различным слоям населения (клиентам).</p> <p>ПК 2.3 Оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы (клиентам).</p>	

Телесная диагностика.	ОПК-3. Способен выбирать адекватные, надежные методы телесной диагностики, организовывать сбор данных для решения задач телесной диагностики в заданной области исследований и практики.	<p>Экспертная оценка выполнения и обсуждения разноуровневых задач по отдельным темам программы;</p> <p>Экспертная оценка выполнения и обсуждения ситуационных (практико-ориентированных) задач по отдельным темам программы;</p> <p>Экспертная оценка и наблюдение за поведением на зачете по образовательной программе;</p> <p>Экспертная оценка и наблюдение проявления общей профессиональной культуры, культуры самоорганизации и самообразования, информационной культуры, культуры коммуникации в процессе освоения программы.</p>
Психологическое вмешательство (развитие, коррекция).	ОПК-4. Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций.	
	ОПК-5. Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного характера.	

Основные источники

1. Атлас анатомии человека/ Р. Д. Синельников и др. М.: Новая волна, 2022.
2. Нормальная физиология человека/ В. М. Покровский; под ред. В. М. Покровского. М.: Медицина, 2003.
3. Психосоматика: телесность и культура/ Е. Б. Айвазян и др.; под ред. В. В. Николаевой. Учебное пособие. М.: Академический проект, 2009.
4. Телесная психотерапия. Бодинамика./ ред.-сост.: В. Б. Березкина-Орлова.- М.: АСТ, 2010 416с.
5. Свободное тело. Хрестоматия по телесно-ориентированным практикам. В.Ю. Баскаков - М.: Издательство Институт общегуманитарных исследований. 2007.
6. Основы телесной диагностики в психотерапии/ К. Н. Дуплищев. Литрес, 2023.

Дополнительные источники

1. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела/ Пер. с англ. С. Коледа-М., 2000.
2. Лоуэн А. Терапия, которая использует язык тела. – СПб., 2000.
3. Лоуэн А. Предательство тела. - СПб.: Корвет. 2018.
4. Лоуэн А. Лоуэн Л. Сборник биоэнергетических опытов. - М.: АСТ. 2006.
5. Лоуэн А. Удовольствие. Творческий подход к жизни - М.: Психотерапия. 2011.
6. Фельденкрайз М. Сознание через движение. – М., 1995.
7. Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А. Психологический словарь справочник. - Минск, 2001.
8. Психологические методы обретения здоровья: Хрестоматия – сост. К. В. Сельченко. – М., 2001.
9. Руководство по телесно-ориентированной терапии. – СПб. 2000.
10. Райх В. Функция оргазма. - М.: Книга по требованию. 2012.
11. Фельденкрайз М. Искусство движения. /Пер. с англ. А.Заславской – М.: Изд-во Эксмо. 2003.
12. Линклэйтер К. Освобождение голоса. - М.: ГИТИС. 1993.
13. Лоренц К. Агрессия – М.: Римис. 2009.
14. Александер. Ф Психосоматическая медицина– М.: Институт общегуманитарных исследований. 2004.
15. Стюарт В. Работа с образами и символами в психологическом консультировании. - М.: Издательство Класс 2003.
16. Малкина-Пых И. Психосоматика. - М.: Эксмо 2008.