



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ЧУ ДПО «ИППИ»  
«27» марта 2020 г.  
О.И. Мулярь

М.П.

## Учебные программы курса «Телесно-ориентированная психотерапия: системный подход»

### Дисциплина «Введение в психотерапию»

**Введение:** курс предназначен для формирования базовых представлений о методологии и практике психотерапии.

**В программе:**

1. Основы психотерапии.
2. Место ТОП в системе психотерапии.
3. Структура личности и типология характера.
4. Социально-психологические факторы, влияющие на развитие личности.

**Формы работы:** лекционные занятия, анализ случаев, практика работы, упражнения.

**Форма контроля:** зачет (реферат).

**Рекомендуемая литература:**

1. Бурно М.Е. Клиническая психотерапия. М: Академический проект, 2000 г.
2. Карвасарский Б.Д. (ред) Психотерапевтическая энциклопедия. СПб: Питер, 2000 г.
3. Карвасарский Б.Д. Учебник по психотерапии. СПб: Питер, 1998 г.
4. Макаров В.В. Лекции по психотерапии. М: Академический проект, 1999 г.

## **Дисциплина** **«Личность терапевта в телесно-ориентированной психотерапии»**

**Введение.** Дисциплина раскрывает этические и экологические аспекты работы телесного терапевта

### **В программе:**

1. Этика работы в ТОП.
2. Экология работы в ТОП.
3. Формирование идентичности телесного терапевта.

**Формы работы:** лекционные занятия, анализ случаев, практика работы, упражнения.

**Форма контроля:** зачет (реферат).

### **Рекомендуемая литература:**

1. Бурно М.Е. Клиническая психотерапия. М: Академический проект, 2000 г.
2. Карвасарский Б.Д. (ред) Психотерапевтическая энциклопедия. СПб: Питер, 2000 г.
3. Карвасарский Б.Д. Учебник по психотерапии. СПб: Питер, 1998 г.
4. Макаров В.В. Лекции по психотерапии. М: Академический проект, 1999 г.

## **Дисциплина** **«Введение в телесно-ориентированную психотерапию»**

**Введение:** курс предназначен для формирования базовых представлений о методологии и практике телесно-ориентированной психотерапии.

### **В программе:**

1. История развития, основные школы ТОП.
2. Анализ методологических подходов В. Райха, Ф. Александра, А Лоуэна, М. Фельденкрайза.
3. Базовые понятия и области применения ТОП.
4. Теория здорового функционирования личности в телесно-ориентированной психотерапии.
5. Теория патогенеза, устанавливающая связь между личностными нарушениями и телесными проявлениями.
6. Диагностическая система личностных нарушений в телесно-ориентированной психотерапии.
7. Этапы работы в ТОП и структура психотерапевтического процесса.
8. Механизмы терапевтического воздействия в телесно-ориентированной психотерапии.
9. Психотерапевтические средства ТОП.
10. Перенос и контрперенос в ТОП.
11. Системный взгляд на телесную психотерапию.
12. Первый контакт с клиентом.
13. Первичное интервью, сбор психологического анамнеза.
14. Построение психотерапевтической гипотезы.
15. Заключение контракта.
16. Понятие психотерапевтической интервенции.
17. Перенос и контрперенос как основной инструмент психотерапевтического консультирования.
18. Состояние внутренней готовности терапевта.
19. Центрирование или подготовка тела клиента к работе.
20. Диагностика телесного опыта.

## 21. Обучение техникам прикосновения.

**Формы работы:** лекционные занятия, анализ случаев, демонстрация техник, практика работы, упражнения, супервизия.

**Форма контроля:** экзамен (супервизия).

### Рекомендуемая литература:

1. Аммон Г. «Психосоматическая терапия». СПб: Речь, 2000.
2. Ананьев В. «Психология здоровья». СПб: Речь, 2006.
3. Брукс Ч. «Чувственное сознание. Как вернуть себе полноту переживания.». Москва: Либрис. 1997.
4. Грачёва В., Зарянова И. «Тайны моего тела.». СПб.: ИК "Комплект", 1999.
5. Ермошин А.Ф. Вещи в теле: Психотерапевтический метод работы с ощущениями. Москва. Независимая фирма "Класс", 1999.
6. Кулаков С. «Психосоматика» Издательские решения, 2017.
7. Лоуэн А. «Терапия которая работает.» Издательство "Речь", 2000 г.
8. Лоуэн А., Лоуэн Л.; «Сборник биоэнергетических опытов» Пер. с англ. Е.В. Поле. — М: ООО «Издательство АСТ», 2004.
9. Мак-Нили Д.. Прикосновение: глубинный анализ и телесная терапия. Институт общегуманитарных исследований. Алетейа. Москва. 1999.
10. Минделл А., Минделл Э. «Вскачь задом наперёд: Процессуальная работа в теории и практике.» Москва.: Независимая фирма "Класс", Издательство трансперсонального института, 1999.
11. Минделл Э. «Психотерапия как духовная практика» Независимая фирма "Класс" 1997.
12. Минченков А. "Искусство работы с телом" журнал "Целительные силы" N19,20 за 1997 г.
13. Никитин В. «Психология телесного сознания.» Алетейа. Москва, 1999.
14. Райх В. «Характероанализ. Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков.» Когито-Центр, 1971.
15. Розен М. «Работа с телом. Доступ к бессознательному через прикосновение.» Психотерапия, М. 2013.
16. Сандомирский М.Е. «Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство» - М: Независимая фирма «Класс», 2005.
17. «Свободное тело» Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике» Редактор-составитель В.Ю.Баскаков Институт общегуманитарных исследований Москва 2004.
18. Телесно-ориентированная психотерапия. Хрестоматия. Автор-составитель Л. С. Сергеева. – СПб, 2000.
19. Федорова Г., Бажурина В. «Холистический массаж» Невский проспект, 2001.
20. Фельденкрайз М. «Сознание через движение: двенадцать практических уроков» /Пер. с англ. М. Папуш— М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
21. Фельденкрайз М. «Искусство движения. Уроки мастера» / Пер. с англ. А. Заславской. — М.: Изд-во Эксмо, 2003.

## **Дисциплина**

### **«Базовые методы телесно-ориентированной психотерапии»**

**Введение.** Возможности тела поистине неисчерпаемы. Тело может помочь человеку справиться с болезнью, трудной жизненной ситуацией, установить контакт и взаимопонимание, быть успешным в достижении поставленных целей и многое другое. Тело – наш мудрый учитель. Работа с телом запускает процесс глубоких внутренних изменений, направленный на улучшение здоровья и качества жизни. Дисциплина знакомит слушателей с разными техниками телесно-ориентированной психотерапии.

#### **В программе:**

1. Мышечная релаксация.
2. Дыхательные техники.
3. Медитативные техники.
4. Массажные техники.
5. Релаксационный комплекс.
6. Приемы работы с телесными образами и метафорами.
7. Техники работы с ощущениями.
8. Техники работы с движениями.
9. Особенности метода Фельденкрайза. Техники Фельденкрайза.
10. Особенности метода Александера. Техники Александера.
11. Реинтеграция, балансировка, центрирование в рамках теории «Пять элементов телесности».
12. Холистический пульсационный массаж (палсинг) Т. Браунинг.
13. Механизмы воздействия холистического пульсационного массажа.
14. Техника холистического массажа: принципы, основные движения, основные положения, области применения.
15. Схема сеанса холистического массажа в положении на спине.
16. Схема сеанса холистического массажа в положении на животе.
17. Схема сеанса холистического массажа в положении на боку.
18. Схема сеанса холистического массажа в положении сидя.
19. Диагностика телесных блоков в ходе сеанса холистического массажа.
20. Способы работы с телесными блоками в ходе сеанса холистического массажа.
21. Телесно-ориентированный тренинг как групповая формы работы в ТОП.
22. Интегративная модель ТОП.
23. Способы «встраивания» телесно-ориентированной работы в имеющийся профессиональный опыт консультанта.
24. История формирования и развития метода БЭСТ. Сходство и различие с основными направлениями в ТОП.
25. Теоретические и практические аспекты БЭСТ. Принципы БЭСТ. Психофизиологические механизмы и закономерности, лежащие в основе метода. Обратная связь, активный диалог, динамический транс, управление вниманием, образное моделирование.
26. Взаимодействие с клиентом в БЭСТ. Энерго-информационный модуль.
27. Возникновение, генерирование и коррекция телесных метафор внутри трансовых состояний в БЭСТ. Области применения
28. Базовые приемы био-энерго-системо-терапии (БЭСТ) Е. Зуева: мягкие растяжки, рольфинг, вербальная и невербальная суггестия.
29. Приемы с опорой на массажные техники.
30. Приемы с опорой на бесконтактные техники.
31. Приемы с опорой на суггестию.

**Форма контроля:** экзамен (супервизия)

### Рекомендуемая литература:

1. «Свободное тело» Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике» Редактор-составитель В.Ю.Баскаков Институт общегуманитарных исследований Москва 2004.
2. Богданович В.Н, Суггестия в телесно-ориентированных практиках и в массаже: БЭСТ по Е.И, Зуеву – СПб., 2020
3. Брукс Ч. «Чувственное сознание. Как вернуть себе полноту переживания.». Москва: Либрис. 1997.
4. Грачёва В., Зарянова И. «Тайны моего тела.». СПб.: ИК "Комплект", 1999.
5. Грачева В. Мысли лечат тело. Исцеляющая сила Души. - СПб.: «Питер», 2018
6. Ермошин А.Ф. Вещи в теле: Психотерапевтический метод работы с ощущениями. Москва. Независимая фирма "Класс", 1999.
7. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М., Советский спорт, 1989
8. Зуев Е.И. Древо целительства. – М., 1991
9. Лоуэн А. «Терапия которая работает.» Издательство "Речь", 2000 г.
10. Лоуэн А., Лоуэн Л.; «Сборник биоэнергетических опытов» Пер. с англ. Е.В. Поле. — М: ООО «Издательство АСТ», 2004.
11. Мак-Нили Д.. Прикосновение: глубинный анализ и телесная терапия. Институт общегуманитарных исследований. Алетейа. Москва. 1999.
12. Минделл А., Минделл Э. «Вскачь задом наперёд: Процессуальная работа в теории и практике.» Москва.: Независимая фирма "Класс", Издательство трансперсонального института, 1999.
13. Минделл Э. «Психотерапия как духовная практика» Независимая фирма "Класс" 1997.
14. Минченков А. "Искусство работы с телом" журнал "Целительные силы" N19,20 за 1997 г.
15. Никитин В. «Психология телесного сознания.» Алетейа. Москва, 1999.
16. Пряхина М.В. Телесно-ориентированная терапия в коррекции посттравматических состояний сотрудников ОВД //Социально-правовые и психологические основы деятельности органов внутренних дел: проблемы теории и практики. Тезисы докладов. – СПб.: СПб университет МВД РФ, 2002. С. 156-160.
17. Пряхина М.В., Кобозев И.Ю. Профессиональный стресс руководителей органов внутренних дел и его психопрофилактика. – СПб., 20011. – 157 с.
18. Пряхина М.В., Голуб Я.В. Возможности использования палсинга, светозвуковой и музыкальной стимуляции в коррекции состояний нервно-психической дезадаптации сотрудников органов внутренних дел// Вестник психотерапии.- Санкт-Петербург,2012.- №42(47)
19. Райх В. «Характероанализ. Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков.» Когито-Центр, 1971.
20. Розен М. «Работа с телом. Доступ к бессознательному через прикосновение.» Психотерапия, М. 2013.
21. Сандомирский М.Е. «Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство» - М: Независимая фирма «Класс», 2005.
22. Телесно-ориентированная психотерапия. Хрестоматия. Автор-составитель Л. С. Сергеева. – СПб, 2000.
23. Тимошенко Г. Леоненко Е. Работа с телом в психотерапии. Практическое руководство. - Москва.: «Психотерапия», 2010
24. Уалдмет Фрэнк Движение без боли. Уникальные методы против боли в спине, шее, конечностях. - СПб.: «Питер», 2016
25. Федорова Г., Бажурина В. «Холистический массаж» Невский проспект, 2001.
26. Фельденкрайз М. «Сознание через движение: двенадцать практических уроков» /Пер. с англ. М. Папуш— М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
27. Фельденкрайз М. «Искусство движения. Уроки мастера» / Пер. с англ. А. Заславской. — М.: Изд-во Эксмо, 2003.

## Дисциплина «Телесно-ориентированный подход к коррекции проблем личностного развития»

**Введение.** Дисциплина призвана познакомить с современным взглядом на роль эмоций в нашей жизни и практиками по управлению эмоциями.

### **В программе:**

1. Терапия дезадаптивных психических состояний с использованием техник палсинга.
2. Приемы палсинга в коррекции базовых личностных проблем: принятие себя и окружающего мира, ощущение собственной ценности, выстраивание границ.
3. Телесно-ориентированные подходы к коррекции деструктивных эмоций и негативных жизненных сценариев.
4. Современный взгляд на природу эмоций. Первичные, вытесненные и перенятые эмоции. Отличие негативных эмоций от деструктивных.
5. Телесные практики для восстановления эмоционального равновесия. Особенности телесной работы со страхом, гневом и чувством вины.
6. Телесные практики для повышения стрессоустойчивости и развития психологической гибкости.
7. Телесные практики в работе с конфликтами и восстановления эмоционального контакта в парах.
8. Телесно-ориентированные техники для формирования желаемых состояний: творческой активности, готовности начинать и завершать действия, уверенности в ситуации противостояния и осуществления изменений.
9. Влияние особенностей эмоционального реагирования на формирование жизненных сценариев.
10. Телесные практики для коррекции разрушающих жизненных стратегий.
11. Психологическая реабилитации людей с пограничными состояниями психики с использованием техник холистического массажа.
12. Пограничные состояния личности: нозология, коррекция и реабилитация средствами телесно-ориентированной психотерапии.
13. Базовые личностные умения: способность принимать себя и мир, способность выстраивать свои личные границы, способность брать на себя ответственность, способность ставить осмысленные цели.
14. Коррекция базовых личностных нарушений средствами телесно-ориентированной психотерапии.
15. Симптом как напоминание о недопрожитом жизненном опыте.
16. Целостная работа с телесным осознанием ощущений, эмоций, образов и мыслей.
- 17.

**Формы работы:** мини лекции, техники работы с движение, медитативные практики.

**Форма контроля:** экзамен (супервизия).

### **Рекомендуемая литература.**

1. Александер Ф., Фельденкрайц М., Янов А., Руководство по телесно ориентированной терапии — Спб - Речь 2007
2. Баскаков В. Свободное тело. Хрестоматия по телесно-ориентированным практикам. – М.,2012
3. Войтенко Р.М. Социальная психиатрия с основами медицинской социальной экспертизы и реабилитологии. – СПб., 2002
4. Гиршон А. Истории, рассказанные телом. Практика аутентичного движения.– СПб., 2010
5. Грачева В. Мысли лечат тело. Исцеляющая сила Души. - СПб.: «Питер», 2018
6. Грачева Вера Николаевна. Все болезни от головы.— Спб.: «ПИТЕР», 2088

7. Джоан Ходоров. Танцевальная терапия и глубинная психология. – М., 2009
8. Зейгарник Б.В. Патопсихология. – М., 1986
9. Карвасарский Б.Д. Неврозы. – М., 1980
10. Козлов В., Гиршон А., Веремеенко Н. Интегративная танце-двигательная терапия. – М., 2008
11. Левин П. Исцеление от травмы. – М., 2011
12. Лоуэн А. Депрессия и тело. – М., 2015
13. Под редакцией Баскакова В.Ю. Хрестоматия по Телесно ориентированной терапии и психотехники. - Москва.: ИОИ, 2013г
14. Пряхина М.В., Голуб Я.В. Возможности использования палсинга, светозвуковой и музыкальной стимуляции в коррекции состояний нервно-психической дезадаптации сотрудников органов внутренних дел// Вестник психотерапии.- Санкт-Петербург,2012.- №42(47)
15. Пряхина М.В., Кобозев И.Ю. Профессиональный стресс руководителей органов внутренних дел и его психопрофилактика. – СПб., 20011. – 157 с.
16. Тимошенко Г., Леоненко Е. Работа с телом в психотерапии. Практическое руководство. – М., 2017
17. Уалдмет Фрэнк Движение без боли. Уникальные методы против боли в спине, шее, конечностях. - СПб.: «Питер», 2016.

## **Дисциплина**

### **«Телесно-ориентированная терапия психосоматических расстройств»**

**Введение.** Дисциплина направлена на формирование базовых навыков телесной терапии с клиентами, имеющими психосоматические заболевания.

#### **В программе:**

1. Психобиологические основы психосоматического единства человека.
2. Расстройства психосоматического спектра.
3. Телесная работа в терапии психосоматических расстройств.
4. Возможности работа с телом в клинике соматических заболеваний.
5. Психологические и системные источники возникновения болезни.
6. Виды стресса.
7. Роль болезни в жизни и ее цели. Болезнь, как субличность.
8. Язык болезни. Связь заболеваний с психофизиологическими особенностями человека. Телесные практики для восстановления и поддержания здоровья при различных хронических заболеваниях.

**Формы работы:** мини лекции, техники работы с движение, медитативные практики.

**Форма контроля:** экзамен (супервизия).

#### **Рекомендуемая литература.**

1. Под редакцией Баскакова В.Ю. Хрестоматия по Телесно ориентированной терапии и психотехники. - Москва.: ИОИ, 2013г
2. Грачева В. Мысли лечат тело. Исцеляющая сила Души. - СПб.: «Питер», 2018
3. Тимошенко Г. Леоненко Е. Работа с телом в психотерапии. Практическое руководство. - Москва.: «Психотерапия», 2010.
4. Уалдмет Фрэнк Движение без боли. Уникальные методы против боли в спине, шее, конечностях. - СПб.: «Питер», 2016

## Дисциплина

### «Телесно-ориентированная терапия острых травматических расстройств (ОСР) и посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР)»

**Введение.** Дисциплина направлена на формирование базовых навыков телесной терапии с клиентами, имеющими ОСР и ПТСР.

#### **В программе:**

1. Основные подходы к оказанию помощи при ПТСР.
2. Научные и мировоззренческие предпосылки использования ТОП при тяжелых психотравмах.
3. Телесное осознание как способ переживания психологической травмы и ее ресурсной интеграции в жизненный опыт.
4. Экзистенциальная телесно-ориентированная психотерапия травмы Д. Ингла.
5. Техника переработки травматического опыта Э. Джозефа и Л. Зеттл.
6. Техники процессуальной терапии А. Миндела в работе с ПТСР.

**Формы работы:** мини лекции, техники работы с движением, медитативные практики.

**Форма контроля:** экзамен (супервизия).

#### **Рекомендуемая литература.**

5. Под редакцией Баскакова В.Ю. Хрестоматия по Телесно ориентированной терапии и психотехники. - Москва.: ИОИ, 2013г
6. Грачева В. Мысли лечат тело. Исцеляющая сила Души. - СПб.: «Питер», 2018
7. Тимошенко Г. Леоненко Е. Работа с телом в психотерапии. Практическое руководство. - Москва.: «Психотерапия», 2010.
8. Уалдмет Фрэнк Движение без боли. Уникальные методы против боли в спине, шее, конечностях. - СПб.: «Питер», 2016

## Дисциплина

### «Телесно-ориентированная терапия неврологических поражений»

**Введение.** Данная дисциплина направлена на формирование у учащихся знаний и навыков практической работы с клиентами, имеющими неврологические поражения посттравматической, постинсультной, психосоматической природы.

#### **В программе:**

1. Понятие о неврологическом поражении. Неврологическое поражение как форма психосоматоза. Роль врача невролога и роль психолога.
2. Специфика работы с техниками ТОТ с клиентами, имеющими неврологические поражения.
3. Неврологическое поражение как психосоматоз.
4. Психологический фон, сопутствующий поражениям различного генеза. Специфические черты личности при невротиях. Инсульт, рассеянный склероз, деменция, ДЦП, Черепно-мозговые и спинальные поражения.
5. Телесные метафоры, соответствующие неврологическим синдромам. Выявление, фиксация и динамика метафор.
6. Образ тела при неврологическом поражении. Методики выявления и коррекции искажений образа тела. Техники, направленные на восстановления целостности образа тела;
7. Болевые симптомы неврологического происхождения. Правила работы с болью. Болевой симптом. Личностное расстройство с болевым симптомом. Психосоматоз. Техники и



методики работы с болью. Дозированные болевые воздействия и их роль в формировании нормального образа тела. Физиологические и психологические компоненты методик.

8. Техники воздействия и методики реабилитации, направленные на коррекцию образа тела. Обучение движению при различных расстройствах двигательной сферы. Принципы подбора и выполнения движений.
9. Занятия с терапевтом и задания для самостоятельной работы. Роль терапевта и роль пациента. Контракт.

**Форма контроля:** зачет

**Вопросы для контроля:**

1. Дайте определение неврологического поражения и определите роль психолога-психотерапевта при работе с неврологической клиникой
2. Опишите психологические компоненты неврологических поражений.
3. Приведите примеры телесных метафор, соответствующих невротизмам.
4. Опишите последовательность действий при выявлении искажений образа тела при невротизме.
5. Приведите примеры психологических техник, используемых при работе с болью.
6. Методика реабилитации при обширных поражениях, инсульт, ДЦП, черепно-мозговые и спинальные травмы.
7. Приемы и техники для самостоятельного использования.

**Рекомендуемая литература:**

1. Атланов Д.Ю. Расстанься с болью. – СПб. Питер. 2018.
2. Атланов Д.Ю. СТОП-анализ. – б.м. 2018
3. Бадалян Л.О. Невропатология. М., Просвещение, 1987
4. Минченков А.В., Елпидифоров Н.Б. Методы структурной психосоматики. – М.Институт общегуманитарных исследований, 2001.
5. Расстройства психосоматического спектра: патогенез, диагностика, лечение. – СПб. Спецлит. 2014
6. Сандомирский М.Е. Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство. М., Класс, 2005
7. Тимошенко Г.В., Леоненко Е.А. Работа с телом в психотерапии: практическое руководство – М., Психотерапия 2006
8. Хомская Е.Д. Нейропсихология: учебник для вузов. – СПб., Питер 2011

## Дисциплина

### «Телесно-ориентированная терапия сексуальных расстройств»

**Введение.** Программа направлена на формирование у учащихся знаний и навыков в работе с сексуальными расстройствами у клиентов методами ТОП.

**В программе:**

1. Инстинкты, социальные статусы и несчастная любовь. Биологические механизмы, формирующие ссексуальность. Пол и сексуальность: основные понятия. Половозрастные особенности. Эрогенная реактивность и рефлекс у женщин и мужчин. Дисфункции половой сферы.
2. Общие и специфические телесные симптомы при расстройствах сексуальной сферы. Телесные метафоры. Проекционные зоны.
3. Специфика работы с сексрасстройствами методами ТОП. Показания и противопоказания к использованию. Сексуальное расстройство как симптом.

4. Мишени терапии. Коррекция образа тела. Восстановление нормального функционирования вегетатики. Визуализация, актуализация и коррекция состояния, восстановление общего тонуса. Нормализация кровоснабжения в подпупочной области. Вибрационные техники.
5. Восстановление нормальных механизмов восприятия вытесненных и гиперчувствительных зон. Контактные и бесконтактные техники. стереометрическая техника «Солнышко» при гинекологических нарушениях).
6. Телесные техники и массаж с установкой. Перенос рефлекса.
7. Моделирование. Техника выполнения психо-суггестивной мануальной терапии живота (висцеральная матрица, эротическая матрица, экологическая матрица)
8. Построение консультационной и терапевтической работы при индивидуальной и парной консультации. Алгоритм выполнения приемов.

**Форма контроля:** зачет

**Вопросы для контроля:**

1. В чем состоит связь телесного и психологического расстройств в сексуальной сфере.
2. Каковы особенности психофизической конституции возможного клиента.
3. Какие телесные метафоры и проекционные зоны могут быть задействованы в ходе сеанса ТОП
4. Как вы понимаете задачи моделирования с установкой.
5. Опишите алгоритм терапевтического воздействия при работе с симптомом.

**Рекомендуемая литература:**

1. Алексеев Б.Е. Доморацкий В.А. Подростковая сексология. – СПб. 2014
2. Алексеев Б.Е. Психосексуальная сфера женщин больных неврозами – СПб., 2017
3. Жуков Д.А. Стой, кто ведет? Биология поведения человека и других зверей. – М., 2014
4. Зуев Е.И, Сингулярная сексоматика. Эротический БЭСТ-массаж. – СПб., 1999
5. Иванушкина Ю.В. Массаж внутренних органов, или Живот всему голова – СПб., 2006

## Дисциплина

### «Телесно-ориентированный подход к проблемам развития детей и детско-родительских отношений»

**Введение.** Программа направлена на формирование у учащихся понимания механизмов, искажающих нормальное психофизиологическое развитие в семье. А также формирование представлений о путях коррекции и возможных направлениях помощи семье и ребенку в рамках телесно-ориентированно психотерапии. Учащиеся познакомятся с различными формами телесного взаимодействия в традиционной народной педагогике. Получат представление о возможностях коррекции детско-родительских, сиблинговых отношений, отношений между сверстниками в группе, средствами телесно-ориентированных практик.

**В программе:**

1. Личность и тело. Человек как система. Развитие человека, возрастная модель актуализации динамической системы. Возрастные переходы между уровнями (кризисы). Образ тела и этапы его трансформации. Механизмы изменения и коррекции образа тела. Содержание понятия личность в контексте телесно-ориентированной психотерапии. Проекция на тело структурных элементов личности. Потребности и их удовлетворение в контексте семейных отношений.
2. Период младенчества. Ранняя диагностика и коррекция проблем развития. Тонус и кинетика как основы характера. Ребенок как проекция психологического статуса и поведения

- родителей. Телесная диагностика проблем детского развития; коррекция отклонений в раннем развитии Симптомы детского невроза. Приемы диагностики.
3. Символический мир детства. Присвоение ролей. Особенности детского телесного реагирования. Выявление ролевых предпочтений. Влияние семьи на формирование неврозов и психосоматозов у детей. Методика и техники работы с детьми.
  4. Подростковый период. Рефлексия и саморефлексия. Зазеркалье. Поведенческие метафоры, проблемное поведение как метафора. Отношение к телу. Классификации поведенческих и телесных метафор у подростков. Особенности психотерапевтической работы с подростками.
  5. Тело как карта семейной истории. Диагностика по телу и коррекция искажений семейных сценариев. Работа в родовом канале.
  6. Телесно-ориентированные практики, способствующие формированию безопасной привязанности в младенческом возрасте.
  7. Игровые телесные практики для эмоционального, коммуникативного и когнитивного развития детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста.
  8. Ребенок как проекция психологического статуса и поведения родителей: телесная диагностика проблем детского развития.
  9. Особенности эмоциональных отношений между близким значимым взрослым и ребёнком от младенчества до младшего школьного возраста;
  10. Телесно-ориентированные практики, способствующие формированию привязанности в младенческом и раннем возрасте: ранний массаж, пестование младенцев.
  11. Телесно-ориентированные практики в раннем возрасте ребёнка. Место телесно-ориентированных практик в авторской развивающей программе «Растём вместе».
  12. Знакомство с основами программы MINI – MISP.
  13. Телесно-ориентированные практики в дошкольном и младшем школьном возрасте.
  14. Знакомство с авторской психолого-педагогической технологией «Игровой массаж для дошколят».
  15. Основы программы «Массаж в школах» Миа Элмсэтер и Сильвии Хету.
  16. Коррекция эмоциональных нарушений у детей средствами телесно-ориентированных практик.
  17. Коррекция отклонений в раннем развитии, неврозов и психосоматозов у детей методами БЭСТ и телесно-ориентированного психоанализа.
  18. Возможности БЭСТ и телесно-ориентированного психоанализа в коррекция трудного поведения у подростков.

**Форма контроля:** экзамен (супервизия)

**Рекомендованная литература:**

1. Атланов Д.Ю. СТОП-анализ. – б.м. 2018
2. Бадалян Л.О. Детская невропатология. М., Просвещение, 1987
3. Диагностика психического развития детей от рождения до 3х лет – СПб., 2005
4. Микадзе Ю.В. Нейропсихология детского возраста СПб 2014
5. Расстройства психосоматического спектра: патогенез, диагностика, лечение. – СПб. Спецлит. 2014.
6. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект 2006 г.
7. Бриш К. Теория привязанности и воспитание счастливых людей. - М.: Теревинф 2014г.
8. Герхардт С. Как любовь формирует мозг ребёнка? – М.: Этерна, 2012г.
9. Руководство по подготовке родителей к рождению и воспитанию здорового ребёнка под редакцией В.С. Коваленко СПб: 2000г.
10. Мак Клюр В. Ранний массаж Искусство общения с ребёнком с помощью прикосновений М.: Ресурс 2018г.
11. Хету С., Элмсэтер Э. Прикосновение в школах М.: Ресурс 2018
12. Петш Е.В. Совместная деятельность родителей с детьми с 1 до 2 лет под руководством педагога СПб: Детство-Пресс 2019

13. Петш Е.В. Совместная деятельность родителей с детьми с 1 до 2 лет под руководством педагога СПб: Детство-Пресс 2019
14. Петш Е.В. Совместная деятельность родителей с детьми с 2 до 3 лет под руководством педагога СПб: Детство-Пресс 2020
15. Ларечина Е.В. Игры на колених и игровые массажи для малышей 1-3лет СПб.: Речь 2011

## **Дисциплина** **«Телесно-ориентированный подход в работе с беременными»**

**Введение.** Материал программы погружает в перинатальную психологию, основы перинатальной психокоррекции, психологические и физиологические особенности беременности, родов и послеродового периода.

### **В программе:**

1. Основы перинатальной психокоррекции.
2. Физиологические и психологические особенности беременности.
3. Специфика телесной работы с беременными.
4. Гимнастика по триместрам, возможности аквааэробики и остеопатии.
5. Релаксация и дыхательные техники во время беременности и родов.
6. Обезболивающий массаж, родовые позы, партнерское взаимодействие в родах.
7. Телесная терапия в послеродовом восстановлении.

**Формы работы:** лекционные и практические занятия, разбор клинических случаев, дыхательная практика, остеопатическая гимнастика.

**Форма контроля:** зачет.

### **Рекомендуемая литература:**

1. Валлон А. Психическое развитие ребенка. - Электронная библиотека, НОУ ДО «ИППИ»,
2. 2011
3. Вельвовский И. Психопрофилактика болей в родах. – МЕДГИЗ 1954
4. Добряков И. Перинатальная психология. – ПИТЕР 2010
5. Коваленко Н. Психопрофилактика и психокоррекция женщин в период беременности и родов. – С.-ПЕТЕРБУРГ 2002
6. Коваленко В. Руководство по подготовке родителей к рождению и воспитанию здорового ребенка. – Фолиант. Санкт-Петербург. 2004
7. Оден М. Кесарево сечение. – Международная школа традиционного акушерства. Москва. 2009

## **Дисциплина** **«Телесно-ориентированные практики как основа психологии здоровья»**

**Введение.** Основная задача дисциплины познакомить со стратегией и тактикой работ с телом для улучшения здоровья тела и качества жизни.

### **В программе.**

1. Влияние телесного образа себя на жизненные сценарии.
2. Формирование матрицы здоровья
3. Системный подход в терапии с телом.

4. Приемы психологической саморегуляции.
5. Кинезиологическая гимнастика.
6. Стратегия и тактика работы с телом для улучшения состояния здоровья.
7. Стресс-менеджмент.

**Формы работы:** мини лекции, техники работы с движение, медитативные практики.

**Форма контроля:** зачет.

**Рекомендуемая литература.**

1. Под редакцией Баскакова В.Ю. Хрестоматия по Телесно ориентированной терапии и психотехники. - Москва.: ИОИ, 2013г
2. Грачева В. Мысли лечат тело. Исцеляющая сила Души. - СПб.: «Питер», 2018
3. Грачева Вера Николаевна. Все болезни от головы.— Спб.: «ПИТЕР», 2088