



## ИНСТИТУТ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ «ИМАТОН»

Учрежден Институтом психологии Российской Академии Наук  
Лицензия №1652 от 30 декабря 2015 г.

199178, Санкт-Петербург, 10-я линия Васильевского острова, д. 59

Тел.: (812) 320-71-54, 327-55-84; тел./факс: (812) 320-71-54

E-mail: ippi@imaton.ru

[www.imaton.ru](http://www.imaton.ru)

### ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «АЗБУКА ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ»

**Вид образования:** дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

**Цель:** совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

**Категория слушателей:** специалисты со средним и высшим профессиональным образованием.

**Форма обучения:** очная, дневная

**В результате обучения** участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные компетенции:

- освоят базовые инструменты телесно-ориентированной терапии;
- познакомятся с традиционными техниками телесно-ориентированной терапии;
- освоят новые возможности применения техник телесно-ориентированной терапии;
- освоят техники и подходы работы с телом в контексте психологического консультирования.

#### Учебно-тематический план:

Наименование дисциплины	Всего (ак.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (ак.ч.)	практика (ак.ч.)	
«Азбука телесно-ориентированной психотерапии»	80	26	54	Супервизия
I ступень «Базовые инструменты телесной терапии»	32	10	22	Супервизия
II ступень «Современная практика использования классических техник телесной терапии»	24	8	16	Супервизия
III ступень «Техники работы с телом в терапевтическом процессе».	24	8	16	Супервизия

#### Календарный учебный график:

объем ОП (кол-во ак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
80	10	дд.мм.гг начала про-	<b>1 день каждой ступе-</b> <b>ни</b>	8	48	2	дд.мм.гг, супер- визия

		граммы – дд.мм.гг окончания программы	11:00 – 12:30 12:40 – 14:10 обед 14:10 – 14:50 14:50 – 16:20 16:30 – 18:00 <b>Все остальные дни</b> 10:00 – 11:30 11:40 – 13:10 обед 13:10 - 13:50 13:50 – 15:20 15:30 – 17:00				
--	--	--	--	--	--	--	--

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

## **I СТУПЕНЬ (32 ак. часа)**

### **Учебная программа**

- Обзор существующих направлений телесно-ориентированной психологии.
- Работа с телом и психоанализ. Концепция Вильгельма Райха: понятия «мышечный панцирь», «семь основных сегментарных зажимов», «движение оргонной энергии в теле».
- Основные приемы восточного массажа. Методы и приемы работы с энергетическими точками. Техники линейного массажа, основные тонизирующие и седатирующие приемы. Методы работы с зонами спины.
- Способы расслабления «мышечного панциря». Работа с лицевым напряжением. Роль глазного и челюстного зажимов. Отражение психофизических состояний в мимических стереотипах.
- Снятие хронических напряжений с шейной и грудной зоны. Влияние перенапряжения этих зон на способность к коммуникации. Проработка глубокой грудной мускулатуры и изменение стереотипа дыхания.
- Работа с диафрагмальным зажимом. Выход из фобических состояний через расслабление диафрагмы.
- Блокирование эмоций и напряжение брюшной области. Физиологические проявления страха.
- Страхи и тазовый зажим. Корректная работа с напряжениями тазовой области.
- Работа с зонами конечностей. Картография и техники работы с зонами стопы и кисти. Техники и приемы работы с суставами.
- Телесные метафоры. Выход за границы проблемной зоны. Работа с кинестетическими субмодальностями.
- Интеграция техник в практику психологического консультирования и проведения групповых занятий.

## **II СТУПЕНЬ (24 ак. часа)**

### **Учебная программа**

- Определение «телесного характера» клиента по физическому состоянию и структуре его тела. Типология «телесных характеров». Особенности психотерапевтической работы.
- Телесно-ориентированная диагностика и психокоррекция с позиций биоэнергетического психоанализа (Лоуэн, Перракос). Работа с чакрами в психологическом консультировании.
- БЭС-терапия (по методу Е.И. Зуева). Показания к применению, возможные ограничения.
- Техники и приемы работы с телесными метафорами в различных терапевтических подходах:
- Техники и приемы восточных телесно-ориентированных практик:
- история возникновения, отличие от европейской школы телесной терапии;
- концепция «инь - янь» и пяти первоэлементов;
- представления о точках и каналах, энергии «ци»;
- исследование «сигнальных и сочувственных точек», зон стоп и ушной раковины;

- определение знака заболевания;
- приемы точечного массажа (поглаживание, растирание, прессация, вибрация, защипывание);
- техники линейного массажа, тонизирующие и седативные приемы.

### **III Ступень (24 ак. часа)**

#### **Учебная программа**

- Техники и приемы восточных телесно-ориентированных практик.
- Работа с рефлекторными полями на теле человека.
- Непосредственная телесная терапия. Розен-терапия, палсинг.
- Телесная педагогика М. Фельденкрайза.
- Гимнастика мозга. Основы Образовательной кинезиологии.
- Использование тела и телесных проявлений в индивидуальной и групповой терапии.
- Интеграция техник в практику психологического консультирования и групповых занятий.

**Формы работы:** мини-лекции, демонстрационные сессии, обсуждение и разбор практических ситуаций, особое внимание уделяется тщательному изучению и практической отработке участниками телесно-ориентированных техник и приемов, возможна работа по индивидуальным запросам участников.