

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

факультет клинической психологии

Оценочные материалы по дисциплине

Основы телесно-ориентированной психотерапии

(приложение к рабочей программе дисциплины)

Специальность 37.05.01 Клиническая психология

**Ростов-на-Дону
2025**

1. Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (полностью или частично)*

профессиональных (ПК)

Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Индикатор(ы) достижения общепрофессиональной компетенции
ПК-4. Способен к использованию методов классических и современных направлений психотерапии при оказании психологической помощи	ИД 1. ПК-4. 4 Способен использовать знания о целях и методах основных направлений психотерапии, теорий психологического консультирования и других видах психологической помощи ИД 6. ПК-4. Использовать систему психотерапевтических категорий и знания о методах психотерапевтического воздействия в различных областях профессиональной практики ИД 7. ПК-4. Владеть методами организации и осуществления психотерапевтического воздействия в профессиональной практике

2. Виды оценочных материалов в соответствии с формируемыми компетенциями

Наименование компетенции	Виды оценочных материалов	количество заданий на 1 компетенцию
ПК-4	Задания закрытого типа	25 с эталонами ответов
	Задания открытого типа	75 с эталонами ответов

ПК-4

Задания закрытого типа

1. Какое из направлений психотерапии придает особое значение работе с телесными ощущениями клиента и раскрытию его внутренних конфликтов через тело и разум?

- 1) Психоанализ
- 2) Поведенческая терапия
- 3) Телесно-ориентированная психотерапия
- 4) Гештальт-терапия

Эталон ответа: 3. Телесно-ориентированная психотерапия

2. Какое из открытий В. Райха стало ключевым для его практики психоанализа?

- 1) Переход от анализа симптомов к анализу характера пациента.
- 2) Использование гипноза в психоаналитической терапии.
- 3) Применение медитации во время сеансов терапии.
- 4) Оказание психологической поддержки пациентам.

Эталон ответа: 1. Переход от анализа симптомов к анализу характера пациента.

3. Что В. Райх считал основным источником невротических состояний, с которыми он работал в своей вегетотерапии?

- 1) Накопление душевных травм.
- 2) Недостаток гипнотической поддержки.

- 3) Неравномерное распределение вегетативной энергии в организме.
- 4) Неэффективное использование медитации пациентами.

Эталон ответа: 3. Неравномерное распределение вегетативной энергии в организме.

4. Какое заболевание В. Райх использовал для изучения эффективности своей методики вегетотерапии?

- 1) Депрессия
- 2) Биполярное расстройство
- 3) Шизофрения с кататоническим синдромом
- 4) Паническое расстройство

Эталон ответа: 3. Шизофрения с кататоническим синдромом

5. Что является основным препятствием для полного переживания сильных эмоций, согласно В. Райху?

- 1) Недостаток медитации
- 2) Отсутствие психологической поддержки
- 3) Хронические мышечные зажимы
- 4) Недостаточная физическая активность

Эталон ответа: 3. Хронические мышечные зажимы

6. Что представляет собой основу терапии по методу Райха?

- 1) Распускание мышечных зажимов в каждом сегменте панциря
- 2) Использование психоаналитических методов
- 3) Применение медитативных практик
- 4) Психологическая поддержка со стороны терапевта

Эталон ответа: 1. Распускание мышечных зажимов в каждом сегменте панциря

7. Что является ключом к пониманию эмоционального состояния, согласно биоэнергетическому анализу Лоуэна?

- 1) Отношение к терапевту
- 2) Ощущения, испытываемые от собственного тела
- 3) Визуализация и фантазирование
- 4) Поддержка окружающих

Эталон ответа: 2. Ощущения, испытываемые от собственного тела

8. В каких сферах применяется техника Александера?

- 1) Только в сфере творчества и искусства
- 2) Только для лечения органических заболеваний
- 3) Только для укрепления физического здоровья
- 4) Для творчества, лечения некоторых увечий и хронических заболеваний

Эталон ответа: 4. Для творчества, лечения некоторых увечий и хронических заболеваний

9. Какой метод самосовершенствования известен как "соматическое обучение"?

- 1) Метод Фрейда
- 2) Метод Юнга
- 3) Метод Фельденкрайза
- 4) Метод Эриксона

Эталон ответа: 3. Метод Фельденкрайза

10. Какая цель ставится перед методом структурной интеграции (рольфингом)?

- 1) Увеличение мышечной массы и снижение уровня стресса
- 2) Приведение тела к лучшему мышечному равновесию и улучшение позы

- 3) Освобождение от бессознательных конфликтов через глубокое расслабление
- 4) Повышение уровня самосознания и духовной гармонии

Эталон ответа: 2. Приведение тела к лучшему мышечному равновесию и улучшение позы

11. Каким образом происходит манипулирование тканью в методе рольфинга?

- 1) С помощью гипноза и релаксации
- 2) Через медитацию и контролируемое дыхание
- 3) Путем глубокого массажа с использованием пальцев, суставов пальцев и локтей
- 4) С помощью психологической поддержки и консультирования

Эталон ответа: 3. Путем глубокого массажа с использованием пальцев, суставов пальцев и локтей

12. Какой метод психотерапии основывается на "физическом" переживании травм и освобождении от них через проявление напряжения, психологической защиты и др.?

- 1) Гипнотерапия
- 2) Интегративная терапия
- 3) Психодрама
- 4) Первичная терапия

Эталон ответа: 4. Первичная терапия

13. На какие аспекты направлена психотехника "Чувственное сознание"?

- 1) Только на увеличение стремления "стараться"
- 2) На изучение культурно и социально привитых образов
- 3) На развитие сознательной осведомленности о повседневной деятельности
- 4) На улучшение навыков медитации

Эталон ответа: 3. Развитие сознательной осведомленности о повседневной деятельности

14. Что представляет собой психотерапия биосинтеза?

- 1) Метод, основанный на использовании гипноза для достижения терапевтических целей.
- 2) Техника, направленная на освобождение от стресса и тревоги через медитацию.
- 3) Направление, сфокусированное на работе с процессами в теле и восстановлении здоровой пульсации.
- 4) Подход, предоставляющий клиенту поддержку и эмоциональное сопровождение в терапевтическом процессе.

Эталон ответа: 3. Направление, сфокусированное на работе с процессами в теле и восстановлении здоровой пульсации.

15. На какие традиции и теории опирается подход биосинтеза?

- 1) Только на райхианскую терапию.
- 2) Только на эмбриологию и теорию объектных отношений.
- 3) На райхианскую терапию, эмбриологию и теорию объектных отношений.
- 4) Только на биоэнергетику и биодинамику.

Эталон ответа: 3. На райхианскую терапию, эмбриологию и теорию объектных отношений.

16. Какие терапевтические стратегии применяет биосинтез для работы с паттернами личности?

- 1) Разрушение паттернов с помощью эмоционального высвобождения.
- 2) Обращение к ядерному уровню чувств радости, надежды и благополучия.
- 3) Исследование паттернов с большим уважением и обеспечение реализации жизнезащитной функции.

- 4) Психоаналитическая интерпретация паттернов и их связь с бессознательными конфликтами.

Эталон ответа: 3. Исследование паттернов с большим уважением и обеспечение реализации жизнезащитной функции.

17. Что представляет собой термин "Танатотерапия", созданный В. Баскаковым?

- 1) Метод борьбы с психосоматическими заболеваниями.
- 2) Авторский метод инициации естественной смерти.
- 3) Система психологической поддержки для тяжелобольных.
- 4) Техника регрессивной гипнотерапии.

Эталон ответа: 2. Авторский метод инициации естественной смерти.

18. Какое значение имеет в популярной мифологии персонаж Танатос?

- 1) Бог сна, спутник Танатоса.
- 2) Воплощение смерти, собирающий души умерших.
- 3) Жестокий бог, ненавидящий остальных богов.
- 4) Хранитель подземного царства, брат Зевса и Посейдона.

Эталон ответа: 2. Воплощение смерти, собирающий души умерших.

19. Какие цели ставит перед собой Танатотерапия?

- 1) Минимизация физической боли умирающих.
- 2) Обеспечение спокойного терминального периода.
- 3) Установление максимально полного контакта с процессами умирания и смерти.
- 4) Снятие психологической тревоги у близких умирающего.

Эталон ответа: 3. Установление максимально полного контакта с процессами умирания и смерти.

20. Что представляет собой бондинг в контексте отношений между матерью и ребенком?

- 1) Формирование жизненного партнерства между матерью и ребенком.
- 2) Эмоциональная и интуитивная связь между матерью и ребенком, позволяющая матери лучше понимать потребности и состояние ребенка.
- 3) Установление психологического контроля со стороны матери над ребенком.
- 4) Формирование паттернов поведения, которые ребенок приобретает от матери.

Эталон ответа: 2. Эмоциональная и интуитивная связь между матерью и ребенком, позволяющая матери лучше понимать потребности и состояние ребенка.

21. Что представляет собой Розен-терапия?

- 1) Практика изучения своего тела и воздействие на психическое состояние через телесные методы.
- 2) Психоаналитическая терапия с использованием гипноза.
- 3) Специальная методика медитации.
- 4) Психологическая поддержка в период стресса.

Эталон ответа: 1. Практика изучения своего тела и воздействие на психическое состояние через телесные методы.

22. Каково происхождение термина "трансперсональная психология"?

- 1) От латинских слов, обозначающих "переход сквозь личность и душу".
- 2) От греческих слов, означающих "психическое состояние и разум".
- 3) От арабских корней, обозначающих "путешествие к высшей истине".
- 4) От древних китайских понятий, означающих "гармония и равновесие".

Эталон ответа: 1. От латинских слов, обозначающих "переход сквозь личность и душу".

23. Какие феномены в основном изучает трансперсональная психология?

- 1) Стандартные состояния сознания, типичные для обыденного опыта.
- 2) Физическое здоровье и биологические процессы.
- 3) Измененные состояния сознания, выходящие за рамки обыденного опыта.
- 4) Социальные взаимодействия и культурные нормы.

Эталон ответа: 3. Измененные состояния сознания, выходящие за рамки обыденного опыта.

24. Какие методы применяются в трансперсональной психологии для изменения сознания?

- 1) Только гипноз и медитация.
- 2) Только сенсорная депривация и шаманизм.
- 3) Различные техники и вещества, включая сенсорную депривацию, медитацию, наркотики и другие.
- 4) Только суггестивные и гипнотические техники.

Эталон ответа: 3. Различные техники и вещества, включая сенсорную депривацию, медитацию, наркотики и другие.

25. Что представляет собой интеграция в методике "вайвейшн"?

- 1) Изменение контекста восприятия, расширение возможных вариантов реагирования.
- 2) Полное принятие как позитивных, так и негативных чувств.
- 3) Доверие своим ощущениям и процессу.
- 4) Расширение сознания и переоценка жизненных ценностей.

Эталон ответа: 2. Полное принятие как позитивных, так и негативных чувств.

Задания открытого типа

1. Каковы основные принципы телесно-ориентированной психотерапии и как они отличаются от подходов, основанных на психоанализе или когнитивно-поведенческой терапии?

Эталон ответа:

Основные принципы телесно-ориентированной психотерапии включают акцент на работе с телесными ощущениями и процессами, реализацию телесных выражений эмоций, исследование того, как травмы и эмоциональные конфликты отражаются в теле, и интеграцию работы с телом и разумом. В отличие от психоаналитического подхода, который уделяет внимание преимущественно разгадыванию символического содержания сновидений или анализу прошлого опыта, ТОП фокусируется на непосредственном опыте в теле и работе с ним. По сравнению с когнитивно-поведенческой терапией, где акцент делается на изменении мыслей и поведения, ТОП стремится к изменению телесных реакций и выражений, полагая, что это может привести к изменениям в психическом состоянии.

2. Какова роль телесных процессов в телесно-ориентированной психотерапии, и как они помогают в разрешении психологических проблем клиента?

Эталон ответа: В ТОП рассматривается, что неразрешенные эмоции и травмы могут отражаться в теле через физиологические механизмы психологической защиты. Работа с этими телесными проявлениями позволяет проводить коррекцию психологических проблем клиента через принцип обратной связи. Через исследование телесных состояний, ощущений и выражений клиента терапевт может помочь ему осознать и принять вытесненные аспекты личности, интегрировать их и достичь более гармоничного состояния.

3. Какие исторические фигуры и теории оказали наибольшее влияние на развитие телесно-ориентированной психотерапии?

Эталон ответа:

На развитие телесно-ориентированной психотерапии оказали влияние работы Ф.Месмера, Ш.Рике и Ж.-П.Шарко, И.Бернхайма, В.Джемса, а также теория И.М.Сеченова о "мышечном чувстве". Однако наибольшее влияние на формирование этого направления оказали работы В.Райха, который начал активно использовать контакт с телом в процессе терапии для анализа структуры характера клиента и выявления мышечных зажимов.

4. Какие методы и техники применяются в телесно-ориентированной психотерапии и как они помогают клиентам?

Эталон ответа:

В телесно-ориентированной психотерапии применяются различные методы и техники, включая массаж, контролируемое надавливание, мягкое прикосновение, работу с дыханием, двигательные упражнения, танцевальные терапии и другие. Эти методы помогают клиентам осознать и проработать телесные выражения эмоций, разрешить внутренние конфликты, интегрировать вытесненные аспекты личности и достичь глубинного понимания себя.

5. Какие практические примеры можно привести для пояснения того, как телесно-ориентированная психотерапия помогает клиентам раскрыть свой личностный потенциал и улучшить физическое самочувствие?

Эталон ответа:

Примером может служить работа с клиентом, который страдает от хронического напряжения и болей в спине. Через телесные практики и терапевтический массаж клиент может осознать и расслабить зажатые мышцы, а также проработать эмоциональные корни этого напряжения. В результате клиент может испытать облегчение физических симптомов и улучшение эмоционального благополучия.

6. Какие основные принципы легли в основу вегетотерапии В. Райха, и как они отличаются от традиционного психоанализа?

Эталон ответа:

Основные принципы вегетотерапии В. Райха включают переход от анализа симптомов к анализу характера пациента, концепцию "характерного панциря" как механизма подавления эмоций, и понятие вегетативной энергии как основы здоровья. Эти принципы отличаются от традиционного психоанализа в уделяемом внимании к телесным проявлениям психических проблем и в использовании физиологических методов лечения.

7. Какие патологические состояния и болезни рассматриваются как результат нарушения нормального протекания вегетативной энергии согласно теории В. Райха?

Эталон ответа:

Согласно теории В. Райха, патологические состояния и болезни, такие как неврозы, психосоматические заболевания, а также некоторые психические расстройства, рассматриваются как результат нарушения нормального протекания вегетативной энергии. Это происходит из-за дисбаланса между накоплением и расходом этой энергии.

8. Какие наблюдения и исследования В. Райха легли в основу его метода, и как они связаны с его концепцией вегетативной энергии?

Эталон ответа:

Наблюдения над пациентами с шизофренией и кататоническим синдромом вдохновили В. Райха на разработку вегетотерапии. Он отметил, что у этих пациентов застой эмоциональной энергии может привести к внезапным проявлениям ярости и бешенства.

после периодов мышечной гипертонии. Эти наблюдения подтверждают его теорию о связи между эмоциями, мышечным тонусом и вегетативной энергией.

9. Какие основные идеи В. Райха касательно психического и физического блокирования эмоций и их связи с мышечным напряжением?

Эталон ответа:

Основные идеи В. Райха заключаются в том, что характер человека формируется защитными механизмами, включая хронические мышечные напряжения, которые блокируют тревожность, гнев и сексуальное возбуждение. Он также утверждал, что мышечный панцирь и психологический панцирь тесно связаны, и что полное освобождение от заблокированных эмоций возможно только через их глубокое переживание.

10. Как В. Райх использовал технику характерного анализа для помощи пациентам осознать и преодолеть их защитные механизмы?

Эталон ответа:

В. Райх анализировал физические позы и привычки пациентов, чтобы помочь им осознать, какие части тела они подавляют, и как это связано с заблокированными эмоциями. Он также просил пациентов усилить определенные мышечные напряжения, чтобы они могли лучше осознать их и выявить связанные с ними эмоции.

11. Какова роль физического панциря в психическом функционировании человека согласно теории В. Райха, и как он связывает его с освобождением эмоций?

Эталон ответа:

Физический панцирь, по мнению В. Райха, блокирует энергетические потоки, связанные с сильными эмоциями, и ограничивает искаженное выражение чувств. Он считал, что освобождение от заблокированных эмоций происходит только через их глубокое переживание, и что положительные эмоции могут быть пережиты только после проработки отрицательных.

12. Какие особенные физические ощущения могут возникать при освобождении хронически зажатых мышц в процессе работы с мышечным панцирем согласно методу В. Райха, и как он интерпретировал эти ощущения?

Эталон ответа:

В процессе освобождения хронически зажатых мышц могут возникать различные физические ощущения, такие как чувство тепла или холода, покалывание, зуд или эмоциональный подъем. В. Райх интерпретировал эти ощущения как результат высвобождения вегетативной или биологической энергии.

13. Какие основные сегменты составляют мышечный панцирь согласно классификации В. Райха, и какие эмоциональные состояния они блокируют?

Эталон ответа:

Мышечный панцирь согласно В. Райху состоит из семи основных сегментов: глаза, рот, шея, грудь, диафрагма, живот и таз. Каждый из этих сегментов блокирует определенные эмоциональные состояния, такие как тревога, гнев, грусть, страсть и другие.

14. Какое влияние на развитие биоэнергетической терапии оказало учение В. Райха, и какие аспекты метода Лоуэна отличаются от методов Райха?

Эталон ответа:

Учение В. Райха оргонотерапии оказало значительное влияние на развитие биоэнергетической терапии, которую занимался А. Лоуэн. Однако, Лоуэн учёл ошибки Райха и предпочёл употреблять более приемлемые термины, такие как "биоэнергия"

вместо "оргона", чтобы избежать сопротивления со стороны научного сообщества. Также Лоуэн разработал собственные методы работы с телом, которые включали в себя физические упражнения, определенные позы и работу с "телесной броней".

15. В чём заключается основное внимание в телесно-ориентированной технике Лоуэна, и какие основные принципы лежат в ее основе?

Эталон ответа:

Основное внимание в телесно-ориентированной технике Лоуэна уделяется исследованию функций тела в их отношении к психике. Основным принципом является понимание, что личность и характер отражаются в физическом строении, а неврозы проявляются в телесном облике, в строении тела и движениях.

16. Какова роль "заземления" в биоэнергетической терапии, и какие методы используются для достижения этого состояния?

Эталон ответа:

"Заземление" играет важную роль в биоэнергетической терапии, поскольку оно помогает человеку установить лучшую связь с землей и восстановить гармонию с природой. Для достижения этого состояния применяются методы, направленные на работу с ногами и тазом, такие как физические упражнения и практики укоренения.

17. Какие принципы лежат в основе метода Александера, и какой опыт лежит в его основе?

Эталон ответа:

Основой метода Александера является уравновешенное отношение между головой и позвоночником, которое считается ключом к свободным естественным движениям. Метод основан на самонаблюдении и опыте Франца Александера, который обнаружил связь между давящим движением головы и потерей голоса, и научился подавлять это движение, что привело к положительным изменениям в его теле.

18. Какова сущность метода Фельденкрайза и какие принципы лежат в его основе?

Эталон ответа:

Метод Фельденкрайза, названный им "осознание через движение", основан на развитии навыков самонаблюдения и погружении в неглубокое измененное состояние сознания во время выполнения телесных и ментальных упражнений. Он направлен на "осознание себя" и формирование "полного образа себя". Основные принципы метода включают в себя развитие направленного внимания к своему телу, открытость для невербальных функциональных состояний и работу над целостным развитием личности.

19. Каким образом метод Фельденкрайза может применяться в современных методиках психотерапии?

Эталон ответа:

Метод Фельденкрайза может быть использован в современных методах психотерапии для работы над целостным развитием личности, избавления от физических и психологических напряжений, а также для достижения гармонии между телом и психикой.

20. Какова суть метода структурной интеграции (рольфинга) и какие принципы лежат в его основе?

Эталон ответа:

Метод структурной интеграции, или рольфинг, разработанный Идой Рольф, представляет собой физическое вмешательство, направленное на психологическую модификацию личности. Он основан на взглядах Вильгельма Райха и стремится вернуть телу правильное положение и линии, используя глубокие вытягивания мускульных фасций и прямое

воздействие. Основной целью является достижение лучшего мышечного равновесия и соответствия линиям тяжести, что ведет к улучшению позы и эффективности движений.

21. Какие основные области тела обычно подвергаются массажу в процессе рольфинга, и какие проблемы могут быть связаны с этими областями?

Эталон ответа:

В процессе рольфинга обычно проводится массаж различных областей тела, включая грудь, живот, ступни, бока, таз, шею и голову. Эти области часто связаны с напряжением и эмоциональными проблемами, и массаж направлен на ослабление этого напряжения и эмоциональную разрядку.

22. Какие основные принципы лежат в основе первичной терапии Янова, и какие эмоциональные и психологические проблемы она призвана решать?

Эталон ответа:

Основные принципы первичной терапии Янова включают в себя идею о том, что первичные травмы и неудовлетворенные потребности, пережитые в детстве, могут привести к неврозам и психозам взрослой жизни. Терапия направлена на переживание и освобождение от этих травм через выражение эмоций, в том числе при помощи крика. Она призвана решать эмоциональные блоки, препятствующие нормальному функционированию человека, и позволяет ему стать более "настоящим".

23. Как проходит процесс первичной терапии Янова, и какие основные этапы включает в себя этот процесс?

Эталон ответа:

Процесс первичной терапии начинается с индивидуальных сессий с квалифицированным психотерапевтом, где обсуждаются ранние травмы и переживания. Затем клиент переходит к фазе терапии в группе, где вместе с другими участниками он продолжает работу над своими эмоциональными блоками и травмами. Основные этапы включают в себя идентификацию, выражение и переживание ранних эмоций и травм.

24. Какие ограничения и особенности характерны для процесса первичной терапии Янова?

Эталон ответа:

Процесс первичной терапии Янова требует от клиента времени и энергии, так как он интенсивен и включает в себя ежедневные сессии продолжительностью до трех часов в день в течение трех недель. Курс лечения также требует отказа от работы течение первой фазы терапии.

25. Какие изменения происходят у клиентов, завершивших курс первичной терапии, и как это влияет на их жизненную практику?

Эталон ответа:

Клиенты, завершившие курс первичной терапии, часто освобождаются от бремени прежних страданий и начинают лучше справляться с жизненными ситуациями. Их действия становятся более осознанными и соответствуют их настоящим потребностям, что способствует улучшению их жизненной практики и самоощущения.

26. Каким образом понятие "быть настоящим", в смысле первичной терапии, отличается от традиционного представления о здоровье и психическом благополучии?

Эталон ответа:

Понятие "быть настоящим" в контексте первичной терапии означает свободу от тревоги, депрессии, фобий и способность жить в полной гармонии со своими эмоциями и потребностями.

27. Какова цель техники чувственного сознания в телесно-ориентированной психотерапии, и какие аспекты человеческого функционирования она помогает изучить?

Эталон ответа:

Цель техники чувственного сознания в телесно-ориентированной психотерапии заключается в возвращении человека к соприкосновению с собственными телесными ощущениями и чувствами, которые были потеряны в процессе взросления. Она помогает изучить "личную экологию" человека, его естественные способности и взаимодействие с окружающим миром, а также выявить, что является частью его естественного функционирования, а что - второй натурой, созданной в результате внешних воздействий.

28. Какие проблемы детского опыта выделяются в контексте чувственного сознания, и как они влияют на развитие личности?

Эталон ответа:

Проблемы детского опыта, выделенные в контексте чувственного сознания, включают в себя реакции родителей на детей и стимулирование их "старания". Родители могут отвечать на детей согласно своим предпочтениям и идеям, а не учитывая естественное развитие ребенка. Это может привести к тому, что дети теряют контакт с собственными чувствами и потребностями, становятся зависимыми от внешних оценок и стандартов.

29. Какие основные принципы лежат в основе биосинтеза в телесно-ориентированной психотерапии, и как они отличаются от других подходов?

Эталон ответа:

Основные принципы биосинтеза включают ориентацию на процесс, работу с дыханием и мышечным напряжением, а также интеграцию трех основных энергетических потоков в организме человека. Этот подход отличается от других методов тем, что не стремится заменить паттерны клиента на паттерны терапевта, а помогает клиенту раскрыть его собственные внутренние тенденции и ресурсы.

30. Какие источники вдохновляли развитие метода биосинтеза в телесно-ориентированной психотерапии, и какие основные концепции они включают?

Эталон ответа:

Метод биосинтеза вдохновлен эмбриологией, райхианской терапией и теорией объектных отношений. Эти источники включают в себя понятия о трех энергетических потоках, связанных с тремя зародышевыми листками, а также представление о личности на трех уровнях: маска, уровень болезненных чувств и ядро личности.

31. Каким образом биосинтез помогает клиентам восстановить здоровую пульсацию и контакт с собственными ощущениями?

Эталон ответа:

Биосинтез помогает клиентам восстановить здоровую пульсацию и контакт с собственными ощущениями путем работы с дыханием, мышечным напряжением и интеграцией энергетических потоков. Терапевт в этом методе выступает в роли "партнера по танцу", который сопровождает клиента к новому опыту и помогает ему почувствовать заземление в собственном теле.

32. Какой подход использует терапевт в биосинтезе для работы с клиентом, и как он отличается от других методов психотерапии?

Эталон ответа:

В биосинтезе терапевт стремится направить клиента к первичному ядерному уровню ощущений, таким как радость, надежда, благополучие и удовольствие. Это отличается от других методов, где клиент может быть выведен на переживание боли, страха и ярости, но без достижения более глубоких слоев эмоционального опыта.

33. Как понимается понятие "защитного мышечного панциря" в контексте биосинтеза?

Эталон ответа:

В биосинтезе защитный мышечный панцирь рассматривается как стратегия выживания, адаптации и поддержки. Он представляет собой нечто, что обеспечивает человеку защиту во внешнем мире.

34. Какие основные процессы реинтеграции подразумевает биосинтез, и как они помогают клиенту достичь соматического, психического и духовного здоровья?

Эталон ответа:

Биосинтез предполагает три основных процесса реинтеграции: заземление, центрирование и видение (и звучание). Заземление направлено на оживление энергии в организме и восстановление его потока. Центрирование помогает клиенту достичь гармонии в дыхании и эмоциональном состоянии. Видение и звучание способствуют созданию терапевтического контакта через глаза, взгляд и голос.

35. Какова роль терапевта в биосинтезе, и почему важно учитывать внутренние ресурсы здоровья клиента?

Эталон ответа:

Роль терапевта в биосинтезе заключается в сопровождении клиента к новому опыту и помощи ему обрести внутреннюю поддержку. Учет внутренних ресурсов здоровья клиента важен, потому что эффективность терапии зависит от способности терапевта раскрыть эти ресурсы.

36. Какова цель танатотерапии, и в чем заключается методика инициации естественной смерти, разработанная Владимиром Баскаковым?

Эталон ответа:

Цель танатотерапии заключается в иницировании процесса естественной смерти с целью преодоления страха перед смертью и достижения психологической гармонии.

37. Какие аспекты мифологии и культуры влияют на понимание и подход к смерти в танатотерапии?

Эталон ответа:

В танатотерапии мифология и культура играют важную роль в формировании представлений о смерти. Например, аспекты мифологии, связанные с греческим богом Танатосом, могут влиять на восприятие смерти как неотъемлемой части жизни и естественного процесса.

38. Какие ключевые принципы работы с клиентом применяются в танатотерапии, чтобы помочь ему преодолеть страх перед смертью?

Эталон ответа:

Один из ключевых принципов работы в танатотерапии - это создание безопасной и поддерживающей среды, где клиент может исследовать свои эмоции и мысли относительно смерти. Другими принципами являются работа с телом через различные практики и упражнения, а также обращение к психологическим аспектам смерти, таким как страх, горе и принятие.

39. Какое значение имеет практика танатотерапии в современном обществе, и как она может помочь людям столкнуться со страхом перед смертью?

Эталон ответа:

В современном обществе, где страх перед смертью может быть распространенным явлением, танатотерапия предлагает альтернативный подход к пониманию и принятию смерти.

40. Каковы основные принципы танатотерапии, разработанные Владимиром Баскаковым, и как они связаны с пониманием естественной смерти?

Эталон ответа:

Основными принципами танатотерапии являются создание контакта с процессами умирания и смерти, инициирование естественной смерти и установление глубокого транса через телесные практики. Методы включают использование специальных психотехник, таких как давление веса группы на лежащего партнера.

41. Какие психологические и физические изменения происходят в процессе инициации естественной смерти в рамках танатотерапии, и как они могут влиять на участников группы?

Эталон ответа:

В процессе инициации естественной смерти происходит максимальное расслабление тела, снижение сверхконтроля сознания и переживание сильных трансперсональных состояний.

42. Какие психотерапевтические и духовные выгоды могут получить участники танатотерапии, и как эти выгоды могут повлиять на их жизнь в целом?

Эталон ответа:

Участники танатотерапии могут получить уменьшение страха перед смертью, разрешение психологических конфликтов и переживание глубокого расслабления. Духовные выгоды включают в себя развитие понимания смерти как естественного процесса и укрепление связи с трансперсональным опытом.

43. Каким образом танатотерапия может помочь людям, боящимся смерти, и тем, кто находится в активной стадии умирания?

Эталон ответа:

Танатотерапия может помочь людям, боящимся смерти, преодолеть этот страх, шагнув за его порог и увидев, что в его основе лежат конкретные проблемы, которые могут быть решены. Для тех, кто находится в активной стадии умирания, танатотерапия может помочь лучше осознать и принять боль, что способствует улучшению психологического состояния и снижению страдания.

44. Каково значение бондинга между матерью и ребенком, и как оно влияет на взаимодействие между ними после рождения?

Эталон ответа:

Бондинг представляет собой незримую связь между матерью и ребенком, которая позволяет им оставаться единым целым даже после рождения. Эта связь позволяет матери лучше понимать потребности и состояние ребенка, что способствует гармоничному взаимодействию между ними.

45. Как формируется бондинг между матерью и ребенком?

Эталон ответа:

Бондинг формируется с самого начала беременности и обусловлен изменениями, происходящими в организме женщины. Это включает усиление чувств, интуиции и интеллектуальное притупление.

46. Какое значение имеют первые минуты и часы жизни младенца для установления бондинга между матерью и ребенком?

Эталон ответа:

Первые минуты и часы жизни младенца играют решающую роль в установлении бондинга с матерью. В этот период контакт-комфорт, обеспечиваемый матерью, имеет огромное значение для установления чувства безопасности и комфорта у ребенка, что способствует формированию неразрывной связи между ними.

47. Какие психологические последствия может иметь отсутствие бондинга между матерью и ребенком?

Эталон ответа:

Отсутствие бондинга между матерью и ребенком может привести к негативным психологическим последствиям как для матери, так и для ребенка. У ребенка это может проявиться в неустойчивых эмоциональных реакциях, трудностях в установлении отношений с окружающими и проблемах в психологическом развитии.

48. Каким образом родитель может укрепить бондинг с ребенком в течение его раннего детства?

Эталон ответа:

Для укрепления бондинга с ребенком в течение его раннего детства родитель может предоставить ему достаточное количество времени и внимания, выразить свою любовь и заботу, а также удовлетворять его естественные потребности. Важно также создать благоприятную атмосферу доверия и поддержки, что способствует установлению крепких эмоциональных связей.

49. Какие основные принципы лежат в основе Розен-метода и как они воздействуют на психическое состояние человека?

Эталон ответа:

Розен-метод основан на идее использования телесных воздействий для воздействия на психическое состояние человека. Он направлен на снятие мышечного напряжения, эмоционального дискомфорта и стресса путем установления гармонии между физическим и психическим состоянием.

50. Какой эффект оказывает Розен-метод на беременных женщин и молодых родителей?

Эталон ответа:

Розен-метод способствует снятию мышечного напряжения и стресса у беременных женщин, что благоприятно влияет на процесс беременности и родов. У молодых родителей он может помочь в снятии эмоционального дискомфорта и стресса, связанного с новыми обязанностями и ответственностью.

51. Каковы основные принципы трансперсональной психологии и как они отличаются от традиционных подходов?

Эталон ответа:

Основные принципы трансперсональной психологии включают в себя изучение феноменов сознания, выходящих за рамки обыденного опыта, таких как измененные состояния сознания, медитативные практики, спиритический опыт и другие. Отличие от традиционных подходов заключается в ориентации на цели, трансцендирующие индивидуальное "Я", а также в использовании различных техник и веществ для изменения сознания.

52. Какие методы и техники используются в трансперсональной психологии для достижения измененных состояний сознания?

Эталон ответа:

В трансперсональной психологии применяются сенсорная депривация, гипноз, медитация, йога, шаманизм, а также работа с энергетическими центрами и использование ПАВ.

53. В чем состоит различие между трансперсональным опытом и психозом?

Эталон ответа:

Основное различие заключается в произвольности воспроизведения особых состояний сознания. Трансперсональный опыт является контролируемым и осозанным, в то время как психоз характеризуется потерей контроля и нарушением сознания.

54. Какие практические применения может иметь трансперсональная психология в современном мире?

Эталон ответа:

Трансперсональная психология может применяться для личностного роста, самопознания, развития духовности, а также в клинической практике для лечения психологических проблем и стресса. Она также может быть полезна в исследованиях сознания и духовного развития.

55. Какие основные принципы лежат в основе методики "Свободное Дыхание" и методики "ребёфинг"? Как они отличаются друг от друга?

Эталон ответа:

Обе методики, "Свободное Дыхание" и "ребёфинг", основаны на принципе измененного состояния сознания через гипервентиляцию и использование принципа связного дыхания. Однако они различаются в подходах к дыхательным техникам, целям и методам достижения измененного состояния.

56. Какие принципы лежат в основе процесса ребефинга и какие изменения состояния сознания он способствует?

Эталон ответа:

Процесс ребефинга основан на дыхательных техниках без паузы между вдохом и выдохом, с использованием быстрого, частого и глубокого вдоха, а также медленного, расслабленного выдоха. Он способствует достижению измененного состояния сознания и резолуции психологических травм.

57. Какие основные элементы включает в себя методика "вайвейшн"? Какие принципы лежат в основе каждого из этих элементов?

Эталон ответа:

Методика "вайвейшн" включает пять основных элементов: связное дыхание, полное расслабление, внимание к деталям (объемное внимание), интеграция переживаний (гибкость контекста) и активное доверие. Каждый из этих элементов основан на принципах, способствующих развитию осознанности, принятию собственных чувств и созданию гармонии внутри себя.

58. Каким образом применение методики "вайвейшн" способствует развитию личностного и духовного роста?

Эталон ответа:

Применение методики "вайвейшн" способствует развитию личностного и духовного роста через улучшение осознанности собственных переживаний, улучшение способности к расслаблению и принятию, а также через обучение гибкости мышления и изменению контекста восприятия.

59. В чем состоит роль связного дыхания в процессе "вайвейшн"? Какие типы дыхания используются в этом методе?

Эталон ответа:

Связное дыхание играет ключевую роль в методике "вайвейшн", так как позволяет достичь измененного состояния сознания и углубить восприятие собственных переживаний. В процессе "вайвейшн" используются четыре типа дыхания: глубокое и медленное, глубокое и частое, частое и поверхностное, а также поверхностное и медленное.

60. Какие преимущества и особенности методики "вайвейшн" делают ее привлекательной для практикующих?

Эталон ответа:

Простота, безопасность и действенность методики "вайвейшн", а также возможность легкого освоения и применения на практике делают ее привлекательной для практикующих.

61. В чем заключается особенность техники "холотропное дыхание" и какие преимущества она предлагает?

Эталон ответа:

Особенность техники "холотропное дыхание" заключается в использовании специального типа дыхания, направленного на изменение состояния сознания и достижение глубоких переживаний. Преимущества этой техники включают возможность глубокой психотерапевтической работы, раскрытия скрытых эмоциональных блоков и трансформации личности через переживание различных уровней сознания.

62. Каким образом практика "вайвейшн" и "холотропное дыхание" могут повлиять на повседневную жизнь человека?

Эталон ответа:

Практика "вайвейшн" и "холотропное дыхание" может повлиять на повседневную жизнь человека, обогатив его внутренний мир, улучшив качество восприятия окружающего мира и способствуя лучшему управлению собственными эмоциями и стрессом. Эти методики помогают развивать осознанность, гибкость мышления и эмоциональную стабильность, что положительно сказывается на общем благополучии и самопонимании человека.

63. Какие основные принципы лежат в основе метода холотропного дыхания? Какие элементы сознания он акцентирует и как это влияет на психотерапевтический процесс?

Эталон ответа:

Основные принципы холотропного дыхания включают увеличение частоты и глубины дыхания, а также сосредоточение на происходящих внутри человека эмоциональных и психосоматических процессах. Этот метод акцентирует "внутреннюю мудрость тела", что способствует высвобождению и проявлению бессознательного материала. В процессе холотропного дыхания физические напряжения и блокировки разрешаются, что влияет на эмоциональное и психосоматическое состояние.

64. Какие сходства и различия с методикой "вайвейшн" вы можете выделить в контексте применения холотропного дыхания в психотерапии?

Эталон ответа:

Обе методики, холотропное дыхание и "вайвейшн", используют дыхательные техники для достижения измененного состояния сознания и погружения во внутренние переживания. Однако, если "вайвейшн" акцентирует внимание на связном дыхании, расслаблении и

принятии переживаний, то холотропное дыхание также подчеркивает увеличение частоты и глубины дыхания.

65. Какова роль инструктора в проведении сеанса холотропного дыхания? Какие навыки и качества необходимы для эффективного ведения психотерапевтической сессии?

Эталон ответа:

Инструктор в холотропном дыхании играет роль руководителя, который создает безопасное и поддерживающее окружение для участников сеанса. Он должен обладать навыками понимания психологических процессов, умением поддерживать эмоциональную безопасность и готовностью эффективно реагировать на возникающие внутренние переживания у участников.

66. Какую роль играет музыка в холотропном дыхании? Как она влияет на переживания и процесс психотерапии?

Эталон ответа:

Музыка в холотропном дыхании играет роль мощного средства изменения сознания. Она помогает мобилизовать старые эмоции и делает их доступными для выражения, интенсифицирует и углубляет процесс, создавая значимый контекст переживаний. Музыкальный фон в холотропной терапии способствует проявлению различных эмоциональных состояний и облегчает работу с ними.

67. На каких двух основных принципах основана телесно-ориентированная психотерапия?

Эталон ответа:

Телесно-ориентированная психотерапия (ТОП) придает важное значение восприятию телесных сигналов, эмоций и реакций организма. Она основывается на представлении о том, что тело и психика взаимосвязаны, и работа с телесными аспектами может влиять на психологические состояния.

68. Какие принципы руководят направленной работой с телом в конце сеанса холотропного дыхания? Какова цель такой работы и как она помогает дышащему?

Эталон ответа:

Направленная работа с телом в конце сеанса холотропного дыхания направлена на проявление различных форм физического дискомфорта, связанного с эмоциональными проблемами. Целью этой работы является усиление симптомов и выражение эмоциональных состояний через тело. Это помогает дышащему освободиться от психосоматического дискомфорта и достичь состояния расслабленности и удовлетворенности.

69. Каким образом телесно-ориентированная психотерапия работает с границами и опорами клиента?

Эталон ответа:

Телесно-ориентированная психотерапия может помочь клиенту определить свои границы и укрепить их, а также найти опору внутри себя и во внешнем мире. Это может включать в себя работу с телесными ощущениями и границами, укрепление связи с телом и его потребностями, а также развитие стратегий самозащиты и самоуважения.

70. Как можно различить нормальное реагирование на внутренние кризисы от патологического, и какие методы предлагает телесно-ориентированная психотерапия для помощи клиентам в справлении с ними?

Эталон ответа:

Нормальное реагирование на внутренние кризисы может включать в себя временное чувство дезориентации или неуверенности, в то время как патологическое реагирование может привести к серьезным психическим или физическим расстройствам. Телесно-ориентированная психотерапия может помочь клиентам в справлении с кризисами путем работы с их телесными ощущениями, эмоциями и реакциями, а также развитием стратегий самоуправления и ресурсов для преодоления трудностей.

71. Какое значение имеют образы и структура тела в телесно-ориентированной психотерапии?

Эталон ответа:

Образы и структура тела отражают эмоциональные и психологические состояния клиента, а также историю его травм и переживаний.

72. Что означает понятие "Тело" в контексте телесно-ориентированной психотерапии?

Эталон ответа:

В телесно-ориентированной психотерапии тело рассматривается как основа Личности и сознания, а также как источник информации о внутреннем состоянии человека. Это не просто физический аспект организма, но и феномен, который включает в себя эмоции, чувства, мысли и психические процессы.

73. Каково значение понятия "телесность" в телесно-ориентированной психотерапии?

Эталон ответа:

Телесность отражает способность человека воспринимать, ощущать и выражать свои эмоции, потребности и опыт через тело. В телесно-ориентированной психотерапии внимание уделяется работе с телесностью как способу исследования и регулирования психических состояний, а также как инструменту для достижения гармонии и целостности.

74. Какие преимущества предоставляет телесно-ориентированная психотерапия в сравнении с другими методами психотерапии?

Эталон ответа:

Телесно-ориентированная психотерапия помогает клиентам выразить свои эмоции и переживания через телесные ощущения, что особенно полезно в случаях, когда клиенты испытывают трудности с использованием слов для описания своих проблем. Работа с телом позволяет клиентам более глубоко понять свои эмоциональные и психологические состояния.

75. Какие моторные поля и теории используются в телесно-ориентированной психотерапии, такие как Бояделла, Лоуэн и Марчер?

Эталон ответа:

Телесно-ориентированные психотерапевты, такие как Бояделла, Лоуэн и Марчер, используют концепцию моторных полей, которая предполагает, что эмоциональные состояния и травмы могут отражаться в напряжении и движении тела. Бояделла разработал концепцию "сегментного тонуса", Лоуэн сфокусировался на "напряжении-дефенсивных паттернах", а Марчер предложил понятие "бодинамики", описывающей взаимосвязь между эмоциями и движением тела. Эти теории используются для изучения и коррекции паттернов движения в телесно-ориентированной психотерапии.

КРИТЕРИИ оценивания компетенций и шкалы оценки

Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции	Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или удовлетворительный (пороговый) уровень освоения компетенции	Оценка «хорошо» (зачтено) или достаточный уровень освоения компетенции	Оценка «отлично» (зачтено) или высокий уровень освоения компетенции
Неспособность обучающегося самостоятельно продемонстрировать знания при решении заданий, отсутствие самостоятельности в применении умений. Отсутствие подтверждения наличия сформированности компетенции свидетельствует об отрицательных результатах освоения учебной дисциплины	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем, следует считать, что компетенция сформирована на удовлетворительном уровне.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных образцам, что подтверждает наличие сформированной компетенции на более высоком уровне. Наличие такой компетенции на достаточном уровне свидетельствует об устойчиво закреплённом практическом навыке	Обучающийся демонстрирует способность к полной самостоятельности в выборе способа решения нестандартных заданий в рамках дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной дисциплины, так и смежных дисциплин, следует считать компетенцию сформированной на высоком уровне.

Критерии оценивания тестового контроля:

процент правильных ответов	Отметки
91-100	отлично
81-90	хорошо
70-80	удовлетворительно
Менее 70	неудовлетворительно

При оценивании заданий с выбором нескольких правильных ответов допускается одна ошибка.

Критерии оценивания собеседования:

Отметка	Дескрипторы		
	прочность знаний	умение объяснять (представлять) сущность явлений, процессов, делать выводы	логичность и последовательность ответа
отлично	прочность знаний, знание основных процессов изучаемой предметной области, ответ отличается	высокое умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать	высокая логичность и последовательность ответа

	глубиной и полнотой раскрытия темы; владением терминологическим аппаратом; логичностью и последовательностью ответа	аргументированные ответы, приводить примеры	
хорошо	прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; свободное владение монологической речью, однако допускается одна - две неточности в ответе	умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; однако допускается одна - две неточности в ответе	логичность и последовательность ответа
удовлетворительно	удовлетворительные знания процессов изучаемой предметной области, ответ, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории. Допускается несколько ошибок в содержании ответа	удовлетворительное умение давать аргументированные ответы и приводить примеры; удовлетворительно сформированные навыки анализа явлений, процессов. Допускается несколько ошибок в содержании ответа	удовлетворительная логичность и последовательность ответа
неудовлетворительно	слабое знание изучаемой предметной области, неглубокое раскрытие темы; слабое знание основных вопросов теории, слабые навыки анализа явлений, процессов. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа	неумение давать аргументированные ответы	отсутствие логичности и последовательности ответа