

Администрация города Перми
Департамент образования
Муниципальное бюджетное учреждение
ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
г. Пермь

Программа курсов повышения квалификации по теме:

«Телесная диагностика в теории и практике

Биоэнергетического анализа Александра Лоуэна».

Разработана
педагогом- психологом
Мельниковой Л.Н.

Утверждена на заседании
научно-методического совета
МБУ «ЦППМСП» г. Перми

___03.02.2017___

Программа
«Телесная диагностика в теории и практике
Биоэнергетического анализа Александра Лоуэна».

Актуальность

Александр Лоуэн – психотерапевт с мировым именем, основатель биоэнергетики – телесно-ориентированного метода психотерапии. Биоэнергетический анализ – это метод, объединяющий два направления – психоаналитическое и телесно-ориентированное. Тело и психика работают как единое целое: работа психики это отражение того, что происходит с телом и наоборот. Сакраментальное «в здоровом теле – здоровый дух» – единственная формула психического здоровья. Освобождение от хронического напряжения, восстановление живости и эмоционального благополучия – это и есть цель биоэнергетики.

В рамках работы мастерской слушатели рассмотрят теоретические основы метода и технологии и методы работы с детьми, родителями с учетом возрастных и индивидуальных характеристик детей, а также проанализируют примеры и вопросы из практики.

Программа представляет собой комплексную дополнительную образовательную услугу, направленную на повышение квалификации специалистов в области психологического консультирования.

Цели и задачи курса

Цель: совершенствование (качественное изменение) у педагогов-психологов необходимых для осуществления практической деятельности профессиональных компетенций (ПК1):

(ПК-1) - способность понимать теоретические основы телесно-ориентированной терапии и биоэнергетического анализа.

(ПК-2) - способность использовать современные методы и технологии биоэнергетического подхода в работе с различной категорией клиентов.

(ПК-3) - способность применять методы саморегуляции поведения в рамках биоэнергетического подхода.

Задачи:

- познакомить слушателей с теоретическими основами телесно-ориентированной психологии;
- познакомить слушателей с основными принципами работы в рамках биоэнергетического подхода;
- познакомить слушателей с различными типами структур характера по А. Лоуэну;
- развить у слушателей навыки и умения применения методов и технологий, используемых в биоэнергетическом анализе;
- обучить слушателей методам саморегуляции в рамках биоэнергетического подхода.

Требования к категории слушателей

Содержание курсов ориентировано на следующую целевую аудиторию: педагоги-психологи

Требования к минимальному уровню образования: к освоению программы допускаются лица, имеющие высшее образование. Наличие указанного образования должно подтверждаться документом об образовании и (или) о квалификации.

Общая характеристика программы

Программа построена с учетом квалификационной характеристики педагога-психолога, включающей должностные обязанности, необходимые знания и требования к квалификации.

Программа ориентирована на следующие виды деятельности, соответствующие трудовым функциям (ТФ) профессионального стандарта педагога-психолога:

А. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в образовательных организациях общего, профессионального и дополнительного образования, сопровождение основных и дополнительных образовательных программ

Уровень (подуровень) квалификации трудовой функции – 7, код трудовой функции – А/01.7., А/03.7., А/04.7., А/05.7., А/06.7., А/07.7

¹ Обозначение компетенций (ПК) применяется в рамках данной образовательной программы

Программа рассчитана на 40 часов.

На занятиях, построенных в форме проблемного изложения материала, раскрываются основные теоретические положения. Практические занятия направлены на закрепление теоретических знаний. Реализация программы построена на использовании активных методов обучения.

Структура образовательной программы включает комплекс учебных модулей:

1. «Телесно-ориентированная психология»
2. «Введение в биоэнергетический анализ»
3. «Изучение типов структур характера по А. Лоуэну»

Организационно-педагогические условия реализации программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочих программ учебных модулей и регламентируется расписанием занятий.

Отличительной особенностью работы мастерской является использование интегрированной формы организации образовательной деятельности, таким образом, деление общего содержания программы на предметные области (разделы) является условным.

Сроки реализации программы. Программа реализуется в течение учебного года. продолжительность одного занятия 5 часов. Общее количество занятий – 8. Общее количество учебных часов – 40.

Формы реализации программы и режим занятий. Занятия реализуются в очной форме, посредством проведения как групповых, так и индивидуальных видов работы.

Организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов осуществляется на основе образовательных программ, при необходимости адаптированных для обучающихся данных категорий, с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Образовательный процесс для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов организуется совместно с другими обучающимися.

Материально-техническая база. Занятия проводятся на базе аудиторий МБУ «ЦППМСР» г. Перми, отвечающих следующим требованиям: наличие видеопроектора, персонального компьютера для иллюстрации изучаемого материала, возможность тиражирования материалов, используемых на практических занятиях, помещение не менее 40 м. кв., посадочные места, мягкие маты (гимнастические коврики, дыхательный табурет Лоуэна).

Планируемые результаты обучения, описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате реализации программы

Слушатель, освоивший дополнительную профессиональную программу повышения квалификации для выполнения профессиональных видов деятельности в рамках имеющейся квалификации должен обладать содержательно дополненными и углубленными профессиональными компетенциями, приобрести следующие знания, умения и практический опыт, необходимые для их качественного изменения:

Профессиональные компетенции

Практический опыт	Умения	Знания
(ПК-1) - способность понимать теоретические основы телесно-ориентированной терапии и биоэнергетического анализа.		
рефлексивные навыки; планирование профессиональной деятельности с учетом основ телесно-ориентированной терапии и биоэнергетического анализа	понимать возможности использования основ биоэнергетического анализа в конкретных видах своей профессиональной деятельности	исторических основ появления телесно-ориентированной терапии, биоэнергетического анализа; современных направлений телесно-ориентированной терапии
(ПК-2) - способность использовать современные методы и технологии биоэнергетического подхода в работе с различной категорией клиентов.		

применения разных методов и технологий биоэнергетического подхода; применение методов и технологий биоэнергетического подхода в работе с различной категорией клиентов; навыки телесной работы с использованием метода биоэнергетического анализа	осуществлять выбор метода и технологии биоэнергетического подхода в зависимости от целей и задач профессиональной деятельности; диагностировать мышечные блоки	современных методов и технологий биоэнергетического подхода
(ПК-3) - способность применять методы саморегуляции поведения в рамках биоэнергетического подхода.		
использовать методы биоэнергетического анализа для саморегуляции поведения и самопомощи при стрессовых ситуациях	рефлексировать собственное эмоциональное и психо-физическое состояние	методов саморегуляции поведения, рассматриваемые в биоэнергетическом анализе

Метапрофессиональные качества, формируемые у слушателей в рамках образовательной программы: социальная и профессиональная мобильность, профессиональная рефлексия.

**Содержание курса и виды учебной работы:
Учебный план**

№ п/п	Раздел / Тема	Всего часов	Из них				Компетенции
			лекции	практ. занятия	самост. /дист. занятия	Форма контроля	
1.	Телесно-ориентированная психология	5	2	3	0	Фронтальный опрос	(ПК-1) - способность понимать теоретические основы телесно-ориентированной терапии и биоэнергетического анализа.
2.	Введение в биоэнергетический анализ	5	2	3	0	Анализ результатов диагностических методик	(ПК-2) - способность использовать современные методы и технологии биоэнергетического подхода в работе с различной категорией клиентов.
3.	Изучение типов структур характера по А. Лоуэну	30	12	18	0	Решение задач	(ПК-2) - способность использовать современные методы и технологии биоэнергетического подхода в работе с различной категорией клиентов. (ПК-3) - способность применять методы саморегуляции поведения в рамках биоэнергетического подхода.
	ИТОГО	40	16	24	0		

Содержание модулей курса

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Телесно-ориентированная психология	Краткий обзор направлений телесной-ориентированной психологии. Теория В. Райха. Понятие мышечной брони, методика «Распускание панциря». Центрирование тела. Явление резонанса в консультировании.
2.	Введение в биоэнергетический анализ	Заземление, телесные вибрации, изучение структур характера; телесные практики, контакт. Диагностика с использованием арт-терапевтических методик: рисунок человека, метафорические портрет
3.	Изучение типов структур характера по А. Лоуэну	Шизоидная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Оральная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Комплекс упражнений Дианы Куест «Антистресс». Нарцистическая структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Мазохистская структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Работа с гневом. Ригидная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности. Пограничная структура характера: телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности.

Учебный план с подробной разбивкой тем по каждому модулю

программы дополнительного профессионального образования «Телесная диагностика в теории и практике Биоэнергетического анализа Александра Лоуэна».

№ п/п	Раздел / Тема	Всего часов	Из них		
			лекции	практ. занятия	самост. /дист. занятия
1.	Телесно-ориентированная психология	5	2	3	0
1.1.	Краткий обзор направлений телесно-ориентированной психологии.	2	1	1	0
1.2.	Теория В. Райха.	3	1	2	0
2.	Введение в биоэнергетический анализ	5	2	3	0
2.1.	Биоэнергетический анализ: основные понятия	2	2	0	0
2.2.	Биоэнергетический анализ: психодиагностика	3	0	3	0
3.	Изучение типов структур характера по А. Лоуэну	30	12	18	0
3.1.	Шизоидная структура характера	5	2	3	0
3.2.	Оральная структура характера	5	2	3	0
3.3.	Нарцистическая структура характера	5	2	3	0
3.4.	Мазохистская структура характера	5	2	3	0
3.5.	Ригидная структура характера	5	2	3	0
3.6.	Пограничная структура характера	5	2	3	0
	ИТОГО	40	16	24	0

Методические указания слушателям

Для подготовки к практическим занятиям, а также в ходе самостоятельной работы слушателям необходимо актуализировать имеющиеся знания и теоретический материал по соответствующей теме, а также использовать материал, предоставляемый преподавателем в соответствии с его инструкциями.

Виды и содержание самостоятельной работы:

- проработка учебного материала (по конспектам лекций учебной и литературе);
- анализ имеющегося опыта практической работы по соответствующей теме;
- анализ фактических материалов (конспектов занятий, протоколов диагностического обследования и т.п.);
- составление выводов на основе проведенного анализа;

Формы аттестации и оценочные материалы

Процедура аттестации проходит в форме решения клинических задач.

Дисциплина считается освоенной (компетенции сформированными), если обучающийся правильно решает не менее 60% задач; в случае, правильно решенных задач менее чем 60% дисциплина считается не освоенным.

Примерные вопросы для прохождения аттестации:

1. Телесно-ориентированная психология: основные положения.
2. Теория В. Райха: понятие мышечной брони, методика «Распускание панциря»; центрирование тела.
3. Биоэнергетический анализ: основные понятия (заземление, телесные вибрации, структура характера)
4. Основные структуры характера (телесное проявление, блокировки в теле, психологические особенности): шизоидная структура, оральная структура, нарцистическая структура, мазохистская структура, ригидная структура, пограничная структура
5. Диагностика структуры характера с использованием арт-терапевтических методик

Учебно-методическое обеспечение курса

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. В. Райх. Характероанализ: Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков / Пер. с нем.- М.: «Когнито-Центр», 2015-368с.
2. Сборник биоэнергетических опытов / А. Лоуэн, Л. Лоуэн; Пер. с англ. Е.В. Поле. — М: ООО «Издательство АСТ», 2004. — 188, [4] с.
3. Лоуэн А. Физическая динамика структура характера. / Пер. с англ., М.: Корвет, 2016 – 31с.
4. Лоуэн А. Биоэнергетический анализ: теория и практика – М.: 2015-3580с.
5. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела / Пер. с англ. С. Коледа – М.: Институт Общегуманных исследований, 2000 – 208с.
6. Лоуэн А. Секс, любовь и сердце: психотерапия инфаркта // Пер. с англ. С. Коледа – М.: Институт Общегуманных исследований, 2004 – 224с.
7. Лоуэн А. Предательство тела: / Пер. с англ. В. Кислюк – М.: Институт Общегуманных исследований, 2010 – 256с.
8. Лоуэн А. Радость: / Пер. с англ. Е. Гендель – Минск: «Пупури», 2009 – 496с.
9. Сандомирский М. Е. Психосоматика и телесная терапия: Практическое руководство - Независимая фирма «Класс», 2007 – 596с.
10. Малкина-Пых И.Г. Телесная терапия.- М.: Изд-во Эксмо, 2007 – 752с.

БАЗЫ ДАННЫХ,

ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ СВОБОДНОГО ДОСТУПА

1. Психология.ру

<http://www.psychology.ru>.

3. Психологический журнал

<http://hsychol.ras.ru/08.shtml>

4. Психологический словарь

<http://psi.webzone.ru>.

6. Электронно-библиотечная система

<http://ibooks.ru>

7. Техника "Распускание панцирей" [Электронный ресурс] // А. Я. Психология (azps.ru) : [web-сайт]. 2.03.2010. – Режим доступа: **<http://azps.ru/training/kit/panziri.html>**

Глоссарий

Телесно-ориентированная терапия - направление психотерапии, работающее с проблемами и невротами пациента через процедуры телесного контакта.

Биоэнергетический анализ - метод телесно-ориентированной психотерапии, разработанный американским психотерапевтом А. Лоуэном в 1940—50-х годах. Сочетает процесс психоанализа и работу с телом.

«Мышечная броня» - выражается в напряжении различных групп мышц, стесненном дыхании и пр.

«Заземление» - степень соответствия мышечного напряжения выполняемой в данный момент работе.