

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт педагогики и психологии
Кафедра психологии**



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института педагогики и психологии

М.В. Рудь

« 27 » февраля 2026 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине
«Основы телесно-ориентированной психотерапии»**

По направлению подготовки – 37.04.01 Психология

Программа магистратуры – «Психологическое консультирование и психотерапия»

Квалификация выпускника – магистр

Форма обучения – очная, очно-заочная

Курс: 1 / 3 (2 семестр / 7 семестр)

Разработчик:
кандидат психологических наук, доцент
С.Б. Бажутина

Заведующий кафедрой психологии,
Т.В. Балицкая-Крещенко

« 10 » февраля 2026 г.

Луганск, 2026

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения.

Фонд оценочных средств (ФОС) неотъемлемая часть рабочей программы по «**Основы телесно-ориентированной психотерапии**» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины.

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств.

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология (Практическая психология), утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от _____ № _____ (с изменениями и дополнениями (*при наличии*)).

Перечисленные результаты образования являются основой для формирования следующих **компетенций** выпускника:

общепрофессиональных:

профессиональных:

ПК-4 – способен проводить психологическое обследование и психологическое консультирование населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами

ПК-5 – способен оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию.

1.3 Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Код по ФГОС ОФО	Индикатор достижения
универсальные	
общепрофессиональные	
профессиональные	
ПК – 4	ИПК – 4.1. Знает предмет, цели и задачи психологического обследования и психологического консультирования населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях. ИПК – 4.2. Знает современные подходы к

	<p>психологическому консультированию; профессиональные требования к диагностике, формам и методам психологического обследования и консультирования.</p> <p>ИПК – 4.3. Умеет проводить психологическое обследование и психологическое консультирование населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами.</p> <p>ИПК – 4.4. Умеет оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций; разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач; разрабатывать программы групповой работы психологической поддержке клиентов (участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами).</p> <p>ИПК – 4.5. Владеет навыками проведения группового и индивидуального консультирования клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию.</p> <p>ИПК – 4.6. Владеет навыками диагностики, проведения экспертизы и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p> <p>ИПК – 4.7. Владеет коммуникативными техниками психоконсультативного процесса.</p>
ПК-5	<p>ИПК – 5.1. Знает возрастные особенности клиентов, их состояний и психических процессов в сложных жизненных ситуациях.</p> <p>ИПК – 5.2. Знает сущность диагностики и коррекции психических состояний в трудных жизненных ситуациях.</p> <p>ИПК – 5.3. Умеет оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию.</p>

	<p>ИПК – 5.4. Умеет прогнозировать развитие возрастных особенностей, кризисов развития, факторов риска, и способов их коррекции.</p> <p>ИПК – 5.5. Владеет навыками коррекции психологических свойств и состояний клиентов с учетом возрастных, индивидуальных особенностей, кризисов развития, факторов риска; навыками оказания психологической помощи лицам (клиентам), а также членам их семей, попавшим в трудную жизненную ситуацию.</p> <p>ИПК – 5.6. Владеет навыками отбора адекватных методов в рамках оказания психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию.</p>
--	--

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
История возникновения методов телесно-ориентированной терапии	ПК-4 ПК-5	Устный опрос
Основное содержание бодинамики как метода телесно-ориентированной терапии.	ПК-4 ПК-5	Проверка конспектов практических занятий, устный опрос
Телесно-ориентированная работа над структурными образованиями личности в бодинамике	ПЕ-4 ПК-5	Анализ практической работы магистрантов «в парах»
Промежуточный итоговый контроль		Зачет

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ПК-4 способен проводить психологическое обследование и психологическое консультирование населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами	<p>знать:</p> <p>ИПК – 4.1. Знает предмет, цели и задачи психологического обследования и психологического консультирования населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях.</p> <p>ИПК – 4.2. Знает современные подходы к психологическому консультированию; профессиональные требования к диагностике, формам и методам психологического обследования и консультирования.</p> <p>– знать психологическое содержание телесно-ориентированных методов психотерапии;</p>

	<p>– знать специфику терапевтического воздействия на ребенка (разного возраста) и взрослого человека телесно-ориентированных методов;</p> <p>уметь:</p> <p>ИПК – 4.3. Умеет проводить психологическое обследование и психологическое консультирование населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами.</p> <p>ИПК – 4.4. Умеет оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций; разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач; разрабатывать программы групповой работы психологической поддержке клиентов (участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами).</p> <p>владеть:</p> <p>ИПК – 4.5. Владеет навыками проведения группового и индивидуального консультирования клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию.</p> <p>ИПК – 4.6. Владеет навыками диагностики, проведения экспертизы и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p> <p>ИПК – 4.7. Владеет коммуникативными техниками психоконсультативного процесса.</p>
<p>ПК-5 способен оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию</p>	<p>ИПК – 5.1. Знает возрастные особенности клиентов, их состояний и психических процессов в сложных жизненных ситуациях.</p> <p>ИПК – 5.2. Знает сущность диагностики и коррекции психических состояний в трудных жизненных ситуациях.</p> <p>ИПК – 5.3. Умеет оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию.</p> <p>ИПК – 5.4. Умеет прогнозировать развитие возрастных особенностей, кризисов развития, факторов риска, и способов их коррекции.</p> <p>ИПК – 5.5. Владеет навыками коррекции психологических свойств и состояний клиентов с учетом возрастных, индивидуальных особенностей, кризисов развития, факторов риска; навыками оказания психологической помощи лицам (клиентам), а также членам их семей, попавшим в трудную жизненную ситуацию.</p> <p>ИПК – 5.6. Владеет навыками отбора адекватных методов в рамках оказания психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в</p>

трудную жизненную ситуацию.

1.4. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид текущей учебной работы	ОФО	ОЗФО
Проверка конспектов всех занятий	30	30
Изучение специальной литературы по телесно-ориентированной терапии	20	20
Зачет	50	50
Итого:	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы	

		не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

1.5. Образец оформления экзаменационного билета.

Форма контроля – зачет.

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет)

Вопросы к теоретической части зачета

1. Перечислите признаки физического и психического здоровья взрослого человека.
2. Норма физического и психического здоровья для детей разных возрастов: младенческого, раннего детства, дошкольника, младшего школьника, подростка, юноши (составьте таблицу).
3. В чем отличие телесно-ориентированного метода психотерапии от всех остальных терапевтических методов?
4. Кто явился создателем телесно-ориентированного направления в терапии. Выходцем какой школы он является, в чем была новизна его идей.
5. Современная классификация методов телесно-ориентированной терапии.
6. В случае каких проблемных ситуаций могут быть показаны методы телесно-ориентированной терапии.
7. В чем особенности и своеобразие методов телесно-ориентированной терапии В. Райха
8. В чем особенности и своеобразие методов телесно-ориентированной терапии А. Лоуэна.

9. В чем особенности и своеобразие методов телесно-ориентированной терапии Ф. Александера.
10. В чем особенности и своеобразие методов телесно-ориентированной терапии М. Фельденкрайца.
11. В чем особенности и своеобразие методов телесно-ориентированной терапии А. Янова.
12. Теоретические основы использования дыхательных техник.
13. Практические возможности дыхательных техник. Приведите примеры дыхательных техник в телесно-ориентированной терапии.
14. Теоретические основы использования техник «задержки напряжения» в телесно-ориентированной терапии.
15. Практика применения техник «мышечного напряжения/расслабления» в телесно-ориентированной терапии.
16. Теоретические основы использования разных техник массажа в телесно-ориентированной терапии.
17. Практика применения массажа в телесно-ориентированной терапии.
18. Бодинамика как метод телесно-ориентированной терапии. Общая характеристика.
19. Теоретические основы бодинамического метода.
20. Логика психологического содержания смены семи структур в бодинамике.
21. Телесно-психологический смысл наличия стадий развития (ранней, поздней, ресурсной) внутри каждой структуры развития в бодинамике.
22. Роль ухаживающего за ребенком взрослого в процессе бодинамического развития.
23. Десять функций эго и их роль в процессе бодинамического развития.
24. Функция эго «центрирования», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
25. Функция эго «заземления», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
26. Функция эго «тестирования реальности», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
27. Функция эго «социальный баланс», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
28. Функция эго «способность к контакту», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
29. Функция эго «жизненная позиция», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
30. Функция эго «наличие границ», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
31. Функция эго «познавательные навыки», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
32. Функция эго «управления энергией», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
33. Функция эго «навыки межличностного взаимодействия», роль содержащегося в ней ресурса и способностей.
34. Упражнения на развития функции эго «центрирование».

35. Упражнения на развития функции эго «заземление».
36. Упражнения на развития функции эго «социальный баланс».
37. Упражнения на развития функции эго «управление энергией».
38. Общее психо-телесное содержание структуры «Существования».
39. Особенности телесного и психического развития в ранней стадии структуры «Существования».
40. Особенности телесного и психического развития в поздней стадии структуры «Существования».
41. Психологический смысл ресурсного развития структуре «Существования».
42. Общее психо-телесное содержание структуры «Потребностей».
43. Особенности телесного и психического развития в ранней стадии структуры «Потребностей».
44. Особенности телесного и психического развития в поздней стадии структуры «Потребностей».
45. Психологический смысл ресурсного развития структуре «Потребностей».
46. Общее психо-телесное содержание структуры «Автономии».
47. Особенности телесного и психического развития в ранней стадии структуры «Автономии».
48. Особенности телесного и психического развития в поздней стадии структуры «Автономии».
49. Психологический смысл ресурсного развития структуре «Автономии».
50. Общее психо-телесное содержание структуры «Воли».
- 51.
- 52.
- 53.
- 54.
55. Особенности телесного и психического развития в ранней стадии структуры
56. Особенности телесного и психического развития в поздней стадии структуры «Любви и сексуальности».
57. Психологический смысл ресурсного развития структуре «Любви и сексуальности».
- 58.
- 59.
- 60.
61. Психологический смысл ресурсного развития структуре «Мнений».
62. Общее психо-телесное содержание структуры «Солидарности».
63. Особенности телесного и психического развития в ранней стадии структуры «Солидарности».
64. Особенности телесного и психического развития в поздней стадии структуры «Солидарности».
65. Психологический смысл ресурсного развития в структуре «Солидарности».

66. Варианты массажей, используемые в бодинамике и психологический смысл их применения.

68. Варианты использования релаксационных упражнений телесно-ориентированной терапии.

69. Психологический смысл упражнений на совместное «пение» в телесно-ориентированной терапии.

70. Техника «родительских посланий», использование ее в бодинамике.

Практические задания для промежуточной аттестации

Задания готовятся магистрантами «в парах» к практическим занятиям над отдельными структурами развития личности в теории бодинамического развития. Упражнения для психокоррекции нарушений психофизического развития и гармонизации психики и тела.

Алгоритм подготовки упражнений магистрантами.

1. Изучается теория развития на той или иной структуры, нарушения в развитии на ранней и поздней стадиях.

2. Выделяется и содержательно описывается ресурсное состояние.

3. Подбираются упражнения для вхождения в ресурсное состояние.

Упражнения обязательно описываются магистрантами.

4. Обыгрывание упражнений в парах (минимум два упражнения).