

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет психології
Кафедра практичної психології та психодіагностики

СИЛАБУС
вибіркової навчальної дисципліни
«ПСИХОЛОГІЯ ТІЛЕСНОСТІ»

підготовки **бакалавра**
спеціальності **053 Психологія**
освітньо-професійної програми **«Практична психологія»**

Силабус навчальної дисципліни «Психологія тілесності» підготовки бакалаврів, галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія, за освітньо-професійною програмою Практична психологія

Розробник: Хлівна О.М., кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та психодіагностики

Силабус навчальної дисципліни затверджено на засіданні кафедри практичної психології та психодіагностики

протокол № 2 від 08.09.2021 р.

Завідувач кафедри:  — Людмила МАГДИСЮК

I. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, Освітньо-професійна/освітньо-наукова/освітньо-творча програма, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
Денна форма навчання	05 Соціальні та поведінкові науки, 053 Психологія, освітньо-професійна «Практична психологія», освітній рівень Бакалавр	Професійної підготовки
Кількість годин/кредитів 150 / 5		Рік навчання II
		Семестр III
ІНДЗ:є		Лекції 20 год.
		Практичні (семінарські) 18год. Лабораторні 18год.
		Самостійна робота 86 год.
		Консультації 8 год.
Форма контролю: екзамен		

II. Інформація про викладача:

ППП Хлівна Олександра Миколаївна

Науковий ступінь кандидат психологічних наук

Вчене звання доцент

Посада доцент кафедри практичної психології та психодіагностики

Контактна інформація: 050-884-29-42, hlivnaoleksandra@gmail.com

Дні занять <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

III. Опис дисципліни

1. **Анотація курсу** Навчальна дисципліна «Психологія тілесності», як необхідна складова спеціальної професійної підготовки майбутніх практичних психологів, є однією з форм практичного застосування професійних можливостей психолога шляхом ознайомлення студентів з різноманітними концепціями тілесного та психічного функціонування людини в сучасному середовищі, їх взаємозалежностей та єдності розвитку організму особистості; вміння зібрати інформацію та інтегрувати отримані знання з різноманітних психологічних дисциплін в цілісне уявлення феноменології тілесності; формування навиків переорієнтовувати внутрішню картину хвороби пацієнта на внутрішню картину здоров'я, самостійного використання психодіагностичних методик і психотерапевтичних практик при розв'язанні науково-пошукових та прикладних задач.

2. **Пререквізити:** психофізіологія, психосоматика, психотерапія.
3. **Постреквізити:** психомоторика, психологія здоров'я.
4. **Мета і завдання навчальної дисципліни:** викладання навчальної дисципліни передбачає ознайомлення студентів з розширеними та поглибленими знаннями щодо теоретико-методологічних питань психології тілесної свідомості та практичних навиків психологічної роботи щодо тілесного розвитку та психокорекції дітей та дорослих.

5. **Результати навчання:** студенти будуть компетентними у таких питаннях:

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями
СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології
СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту
СК11. Здатність дотримуватися норм професійної етики
ПР8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців.
ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.
ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.
ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

IV. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 2

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	Усього	у тому числі					
		Лекції	Практичні	Лабораторні	Самостійна робота	Консультації	Бали
1	2	3	4	5	6	7	8
Тема 1. Становлення психології тілесності.	16	2	2		12		2
Тема 2. Тілесність через призму тілесної психотерапії. *	26	4	4	4	14		8
Тема 3. Тілесність через призму пластико-когнітивного підходу Нікітіна В.Н.	30	4	4	4	16	2	8
Тема 4. Тілесність через призму танцювальної терапії. *	26	4	2	4	14	2	6
Тема 5. Тілесність через призму сучасної SOLWI - терапії.	24	2	2	4	14	2	6
Тема 6. Психологічні програми тілесного розвитку дітей та дорослих. *	30	4	4	2	16	2	6
Всього за змістовним модулем 1	150	20	18	18	86	8	36
Модульна контрольна робота							60
ІНДЗ							2
Інше (дискусії, реферати, публікації тощо)							2
Всього годин/балів	150	20	18	18	86	8	100

ПРИМІТКА*: заплановано викладання лекції та практичних занять практичними психологами закладів та психотерапевтами

V. Завдання для самостійного опрацювання

№ з/п	Тема
1	<p>Становлення психології тілесності. Фундамент новоствореної галузі в історії психології. Сучасні теоретичні здобутки психології тілесності. Сучасні практичні здобутки психології тілесності. Структура тілесності. Психологічний онтогенез тілесності. Мета, предмет, завдання та обсяг знань з навчальної дисципліни. Аналіз наукових статей з курсу. Аналіз відеофільмів.</p>
2	<p>Тілесність через призму тілесної психотерапії. * Класичні підходи тілесної психотерапії: В.Райх, О. Лоуен, М. Фельденкрайз, І. Рольф, Ф. М. Александертощо. Сучасні практики тілесної терапії. Порівняння класичних і сучасних підходів. Тілесно-орієнтовані методи в роботі з дітьми і підлітками. Вимоги до тілесного терапевта. Аналіз праць О.Лоуена та інших авторів. Аналіз наукових статей з теми. Аналіз відеофільмів.</p>
3	<p>Тілесність через призму пластико-когнітивного підходу Нікітіна В.Н. Діяльність автора. Суть пластико-когнітивної терапії Нікітіна В.Н. Поняття тілесної свідомості та самосвідомості. Діагностичні вправи: «Мульт», «Танцююча скульптура», «Заворожений мяч», «Механічний клоун». Техніки виразного руху. Тренінг асоціативного танцю. Танці масок. Театр пластичного експресіонізму "Подіум". Театр сензитивності. Аналіз наукових праць та міжнародного досвіду автора. Аналіз наукових статей з теми. Аналіз відеофільмів.</p>
4	<p>Тілесність через призму танцювальної терапії. * Поняття танцювальної психотерапії. Історія виникнення танцювальної терапії. Піонери танцювальної терапії. Авторські школи танцювальної терапії. Методика, техніка та зміст танцювальної терапії сьогодні. Досвід роботи танцювальних терапевтів: Аналіз програм коригуючої гімнастики для дітей. Аналіз наукових статей з теми. Аналіз відеофільмів.</p>
5	<p>Тілесність через призму сучасної SOLWI - терапії. Концепція холистичного пульсаційного масажу Браунінг(палсінгу) та його примінення. Основні принципи роботи в палсінг-технології. Концепція транс персональної психології SOLWI - терапії. Цілісність нового підходу. Примінення методу. Особливості методу SOLWI. Принципи розкачування тіла. Тіло як система полюсів. Мова тіла: символізм окремих частин тіла, тілесні роз'єднання. Основна схема сеансу. Самомасаж. Аналіз наукових статей з теми. Аналіз відеофільмів.</p>
6	<p>Психологічні програми тілесного розвитку дітей та дорослих*. Тренінги розвитку психомоторики. Тренінги розвитку пластичності. Тренінги розвитку рівноваги. Тренінги розвитку координації в русі. Тренінги розвитку енергопотенціалу. Танцювально-експресивний тренінг. Тренінг асоціативного танцю. Програми коригуючої гімнастики для дітей. Програми коригуючої гімнастики для дорослих. Тілесно-орієнтовані програми як метод психокорекції та психопрофілактики емоційних порушень. Тілесно-орієнтовані програми як метод психокорекції та психопрофілактики поведінкових порушень. Тілесний розвиток методом палсінг-технології. Аналіз наукових статей з теми. Аналіз відеофільмів.</p>

VI. Політика оцінювання

Політика викладача щодо студента: відвідування занять є обов'язковим. За умови відвідування та якісної підготовки до занять студент може набрати максимальну кількість балів поточного оцінювання. За наявності об'єктивних причин (відрадження, стажування, хвороба тощо) студент може перездати тему курсу, навчатися он-лайн. За бажанням підвищити рейтинг, студент може добрати бали, виконавши певний вид робіт

Політика щодо академічної доброчесності: Списування під час модульних контрольних робіт заборонене. Письмові роботи студента обов'язково проходять перевірку на наявність плагіату (допускається не більше 20 % текстових запозичень).

Політика щодо дедлайнів та перескладання: Максимально оцінюється робота студента на занятті (за умови успішної відповіді). За наявності об'єктивних причин (відрадження, стажування, хвороба тощо) студент може перездати тему курсу.

VII. Підсумковий контроль

Формою підсумкового контролю є екзамен. У випадку незадовільної підсумкової оцінки, або за бажанням підвищити рейтинг, студент може добрати бали, виконавши певний вид робіт (наприклад, здати одну із тем, або перездати якусь тему, написавши підсумковий тест тощо). Залік відбувається у формі усного опитування. Студент може не складати залік, якщо за результатами поточного оцінювання та модульної контрольної роботи набирає 75 і більше балів.

VIII. Шкала оцінювання

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Оцінка
90 – 100	Відмінно
82 – 89	Дуже добре
75 - 81	Добре
67 -74	Задовільно
60 - 66	Достатньо
1 – 59	Незадовільно

IX. Рекомендована література та інтернет-ресурси:

1. Бреусенко–Кузнецова О. Арт-простір казкотерапії. *Психолог.* 2007. Лип. (№ 28). Спецвип. С.18 – 22.
2. Бурлачук Л.Ф. и др. Психотерапия. Учебное пособие для вузов. 2-е изд., стереотип. Санкт-Петербург, 2007. С. 225 – 250.
3. Буякас Т.М. Инициальная терапия как практика феноменологического подхода к человеку. *Вопросы психологии.* 2007. № 1. С. 70 -80.
4. Вачков І. Використання психологічних казок у роботі з молодшими школярами. *Психолог.* 2007. Берез. (№11). С. 9 – 17.

5. Виходцева О. Невротичні розлади особистості: Психотерапевтична допомога при неврозах. *Психолог*. 2007. Лист. (№ 41). С. 20 – 24.
6. Вознесенська О., Сидоркіна М. Арт-терапевтична майстерня: радість й розвиток для всієї сім'ї. *Психолог*. 2008. Січ. (№ 1). С. 24 – 26.
7. Войтенко Н. Афоризмо-терапія у психологічному консультуванні. *Психолог*. 2007. Верес. (№ 33). С. 23 – 32.
8. Гаврильчик Ж. Ігротерапія з гудзиками. *Психолог*. 2006. Трав. (№ 19). С. 20 – 23.
9. Газолишин В.А. Відчуття втрати часу в кризовій ситуації. Пісочна психотерапія. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 11. С. 24 -25.
10. Дерев'янка Л. Незвичайне малювання. *Психолог*. 2007. Серп. (№ 29). Спецвип. С. 29 – 31.
11. Домашенко О. І. Казка як форма психокорекційного впливу. *Психологічна газета*. 2006. Лист. (№ 21). С. 5 – 16.
12. Зеленкова В.В. Возможности арт-терапии при работе с зависимостями. *Журнал практического психолога*. 2006. № 3. С. 134 – 140.
13. Леоненко Е.А., Тимошенко Г.В. Метафора и телесная метафора в психотерапии: опыт осмысления и систематизации. *Журнал практ. психолога*. 2006. № 3. С. 141 -163.
14. Лоуэн А. Психология тела. Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2007. 256 с.
15. Манегетти А. Психосоматика: Новейшие достижения. Москва: Онтопсихология, 2004. 354 с.
16. Маргулян І. Казко-терапія для малят. *Психолог*. 2007. Лип. (№ 28). Спецвип. С. 23 – 30.
17. Мартинюк І.А. Техніки тілесно-орієнтованої терапії у корекції емоційних станів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 8. С. 60 – 63.
18. Москалець В.П. Особливості використання методу проєктивного тематичного малюнку в роботі перинатального психолога при підготовці вагітних до пологів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 12. С.38 – 45.
19. Нижник Г. Казко-терапія – шлях до пізнання себе: Психолого-педагогічний семінар. *Психолог*. 2007. Лип. (№ 28). Спецвип. С. 12 – 17.
20. Романовська Д.Д., Шпортій Т.Г. Використання арт-терапевтичних технік. *Психологічна газета*. 2007. Січ. (№ 2). С. 10 – 23.
21. Рудестам К. Групповая психотерапия. 2-е международное издание / Кьел Рудестам.– С.Пб.: Питер, 2006.– 384 с.
22. Твердохліб О. Класифікація психосоматичних практик, як різновид фізичної культури. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2007. № 10. С. 7 -12.
23. Терлецька Л.Г. Арт-терапія як метод дослідження аспекту психічного здоров'я особистості. *Психологічна газета*. 2006. Січ.(№ 1). С. 3–15.
24. Терлецька Л.Г. Психотерапевтичні види художньої діяльності в роботі з підлітками. *Психологічна газета*. 2006. Січ. (№ 1). С. 15 – 20.

25. Терлецька Л.Г. Тілесно-орієнтована психологія. Навчальний посібник. Київ: Главник, 2008. 128 с.
26. Хлівна О. Індивідуально-психологічні характеристики психічного здоров'я студентської молоді. *Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді*. Луцьк, 2011.– 24 – 25 березня.
27. Хлівна О. Розвиток позитивної Я-концепції студентів засобами психологічного тренінгу. *Психологічні перспективи*. Вип. 11. 2011.
28. Хлівна О. Тілесне здоров'я як феномен психології. *Сучасні підходи інтеграції та соціалізації дітей з особливими потребами*. Луцьк, 2006. С. 280-289.
29. Хлівна О.М. «Психологія тілесності» для майбутніх психологів: апробація програми нової навчальної дисципліни. *Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації*. Київ: Університет «Україна», 2015. С. 89 – 94.
30. Язвинская Е.С. Психология телесности. Одесса: Изд. ЧП"ТМСИ", 2008. 154 с.

Перелік питань до екзамену

1. Актуальність досліджень психології тілесності.
2. Предмет і завдання дисципліни.
3. Фундамент новоствореної галузі в Історії психології.
4. Людське тіло як науковий феномен.
5. Місце психології тілесності серед суміжних наук.
6. Феноменологія тілесності в працях українських дослідників.
7. Енергопотенціал людини і його зв'язок із здоров'ям.
8. Перспективи психології тілесності.
9. Біологічні основи тілесної свідомості.
10. Генетична зумовленість психомоторного розвитку.
11. Індивідуально-анатомічні типології людини.
12. Конституційна типологія Кречмера, У.Шелдона.
13. Семантика тілесних форм. Семантика краси людського тіла.
14. Соціальні аспекти тілесної свідомості.
15. Етно-культуральні стереотипи в різних культурах. Соціальний протест молоді.
16. Класичні підходи в тілесно-орієнтованій психотерапії.
17. «Характерний панцир» Райха В.
18. Біоенергетика Лоуена О.
19. Терапія руху: метод Матіаса А.
20. Теорія концентрованого руху Гіндлер Е.
21. Усвідомлення через рух по методу Фельденкрайза.
22. Структурна інтеграція Рольф І.
23. Методи роботи з тілом Александера А.
24. Роль тіла в онтопсихології Менегетті А.

25. Тілесно-орієнтовані методи в роботі з дітьми і підлітками.
26. Теоретичні основи. Функціональна діагностика.
27. Тест координації в русі (ВКТ).
28. Тест рівноваги.
29. Програми тілесного розвитку: тренінг рухливості.
30. Техніки палстико-когнітивної терапії.
31. Пластико-драматичні прийоми. Характеристика пантомімічної техніки терапії.
32. Техніки розвитку дрібної моторики.
33. Розвиток пластичних функцій.
34. Комунікативні ігри.
35. Техніки виразного руху.
36. Тренінг асоціативного танцю.
37. Танці масок.
38. Театр пластичного експресіонізму «Подіум».
39. Театр сензитивності.
40. Теоретичні основи танцювальної терапії.
41. Методи оцінки стану пацієнта / клієнта, його динаміки і ефективності танцювальної терапії.
42. Коригуюча гімнастика для дорослих.
43. Коригуюча гімнастика для дітей.
44. Робота танцювального терапевта в психіатричних санаторіях.
45. Танцювальна терапія, як метод психопрофілактики емоційних і поведінкових порушень.