

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование модулей (тем), разделов	Общая трудоёмкость, часов	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа	Итоговая аттестация
			Лекции	Практич. занятие	Лабораторная работа		
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Тема 1. Интеграция субличностей: методология работы с внутренней системой Системная работа с субличностями или частями личности. Система обновления личности: от внутренних конфликтов к целостности. Техника выражения гнева. Разбор внутренних частей	18	4	14			
2	Тема 2. Гармония в отношениях: самооценка, границы и личный баланс. Код ваших отношений: расшифровка потребностей. Ассертивное поведение. Баланс личности: укрепляем, выстраиваем границы, распознаем манипуляции	18	4	14			
3	Тема 3. Когнитивно-поведенческая терапия: Управление мыслями для изменения жизни. Меняем мысли и поведения. Модель КПТ. Работа с искажением. Сократовский диалог. Техника когнитивного рефрейминга. Когнитивное перепрограммирование	20	6	14			
4	Тема 4. Схема-терапия: теория и практика. Выход из негативного сценария. Примеры работы со схемами	20	6	14			
5	Тема 5. Интегративный подход в терапии травмы. Терапия травм. Проработка негативных эмоций, мыслей, телесных ощущений. Техники для проработки травм	20	6	14			
6	Тема 6. Терапия травм через образ: ресурс и переработка на фоне билатеральной стимуляции. Билатеральная стимуляция как инструмент десенсибилизации травматических образов. Терапия через образ	20	6	14			
7	Тема 7. Порочный круг психики: Неврозы, абьюз и зависимости. Механизм и путь выхода. ОКР, ПА и невроз. Техники при ПА. Терапия зависимости. Аддиктивное поведение. Психология абьюзивных отношений: механизм возникновения и коррекция	20	8	12			
8	Супервизия	12		12			
9	Итоговая аттестация	2					Зачет
	Итого	150	40	108			2

Руководитель обучения по программе

(подпись)



(инициалы, фамилия)

Е.М. Лулудова