



ИНСТИТУТ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ «ИМАТОН»

Учрежден Институтом психологии Российской Академии Наук
Лицензия №1652 от 30 декабря 2015 г.
199178, Санкт-Петербург, 10-я линия Васильевского острова, д. 59
Тел.: (812) 320-71-54, 327-55-84; тел./факс: (812) 320-71-54
E-mail: ippi@imaton.ru

www.imaton.ru

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ГРАНИЦЫ ДУШИ ИЛИ КАК СПРАВИТЬСЯ С ОДИНОЧЕСТВОМ»

Вид образования: дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

Цель: совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Категория слушателей: специалисты со средним и высшим профессиональным образованием.

Форма обучения: очная, дневная.

В результате обучения участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные **компетенции:**

- научатся говорить: «Нет», отстаивая свои границы;
- научатся строить удовлетворяющие их отношения с другими людьми;
- научатся переживать свое одиночество не как кошмар, а как возможность познания себя.

Учебно-тематический план:

| Наименование дисциплины | Всего (акад.ч) | В том числе | | Форма контроля |
|--|----------------|------------------|--------------------|----------------|
| | | лекции (акад.ч.) | практика (акад.ч.) | |
| «Границы души или как справиться с одиночеством» | 16 | 5 | 11 | Супервизия |

Календарный учебный график:

| объем ОП (кол-во ак.ч.) | период ОД (кол-во учебных дней) | даты начала и окончания ОД | время начала и окончания ОД (чч.мм) | ЕОН (кол-во ак.ч.) | ЕНОН (кол-во ак.ч.) | кол-во выходных дней | срок и форма ИОМ |
|-------------------------|---------------------------------|--|--|--------------------|---------------------|----------------------|----------------------|
| 16 | 2 | дд.мм.гг начала программы – дд.мм.гг окончания программы | 1 день 11:00 – 12:30 12:40 – 14:10 обед 14:10 – 14:50 14:50 – 16:20 16:30 – 18:00 2 день 10:00 – 11:30 11:40 – 13:10 обед 13:10 - 13:50 13:50 – 15:20 15:30 – 17:00 | 8 | 16 | 0 | дд.мм.гг, супервизия |

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

Учебная программа:

- Что такое «границы души» и зачем они нужны?
- Когда и как возникают «границы души»?
- Почему формируется зависимость от других людей.
- Кто Я? Какой Я? Зачем Я? Осознаем «границы своей души»/
- Открываем смысл своей жизни.

Формы работы: мини-лекции, групповые психотерапевтические и телесно-ориентированные упражнения, медитации, индивидуальные мини-сессии.