

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**«Тренинг «Я–чувства», 2 шаг Авторского курса Ольги Фахрутдиновой
«Осознанная жизнь». Трансовые техники в интегративной психологии».**

Категория обучающихся:

Общая трудоемкость (час): 98 ак.час

Форма обучения: без отрыва от работы

№п/п	Наименование модулей, разделов, дисциплин, тем	Трудоемкость (всего час)	Аудиторные занятия (час)		Самост. работа (час)
			лекций	практ/ сем	
1.	Модуль 1. Длительность 2 недели. Первая неделя: Установочная встреча с Ольгой на платформе zoom в режиме реального времени. Урок 1 – введение. Урок 2 – 4 способа реагирования. Урок 3 – что нужно сделать, чтобы стать здоровым и реагировать адекватно происходящему? Урок 4 – базовые чувства. Урок 5 – взрослая и детская эмоциональные реакции. Урок 6 – экологичное проявление эмоций. Урок 7 – убиваем обидчика. Урок 8 – взрослеем. Урок 9 – пример. Урок 10 – итоги. Дополнительные материалы “Почему болеют дети” “Мама, как часть меня” клиентский разбор в записи. Вторая неделя: Zoom встреча Вопрос - ответ с куратором тренинга. Разбор дз. Длительность 1 час Zoom встреча практика по дз с Ольгой с участником тарифа VIP. Самостоятельная работа в парах по желанию.	26,9	10	12,9	4
	Промежуточный контроль	1			
2.	Модуль 2. Длительность 2 недели. Первая неделя: Урок 1 – введение. Урок 2 – душа в теле с инстинктами заложник? Урок 3 – выживание и размножение. Урок 4 – автоматические инстинкты выживания. Урок 5 – основные инстинкты. Урок 6 – поломанный инстинкт. Урок 7 – чиним инстинкт. Метод «Ключ».	13,5	1,9	7,6	4

	Урок 8 – условные рефлексы. Переучивание. Урок 9 – итоги. Дополнительные материалы: клиентский разбор в записи. Вторая неделя: Zoom встреча Вопрос - ответ с куратором тренинга. Разбор дз. Длительность 1 час Zoom встреча практика по д.з с Ольгой с участником тарифа VIP. Самостоятельная работа в парах по желанию.				
	Промежуточный контроль	1			
3.	Модуль 3. Длительность 2 недели. Первая неделя: Урок 1 – введение. Урок 2 – ядро. Урок 3 – состояние редактирования опыта. Урок 4 – инстинкт, решение, вывод. Урок 5 – подготовка к работе. Негативное самоопределение. Урок 6 – место в теле. Вибрация. Урок 7 – обратный процесс. Урок 8 – разрыв логических связей. Урок 9 – медитация на ядро. Урок 10 – скрипты погружения. Урок 11 – итоги. Дополнительные материалы: два клиентских разбора в записи. Вторая неделя: Zoom встреча Вопрос - ответ с куратором тренинга. Разбор дз. Длительность 1 час Zoom встреча практика по д.з с Ольгой с участником тарифа VIP. Самостоятельная работа в парах по желанию.	14,5	1,7	8,8	4
	Промежуточный контроль	1			
4.	Модуль 4. Длительность 2 недели. Первая неделя: Урок 1 – введение. Урок 2 – проекции. Урок 3 – эгрегор семьи. Урок 4 – дети – внутренний ребенок. Урок 5 – супруг – теневая часть души. Урок 6 – папа – напряженные отношения с творцом. Урок 7 – мама – забытая часть души в роду. Урок 8 – вспомогательные персонажи. Урок 9 – работа с диаграммой. Урок 10 – медитация на проекцию.	36,1	14,1	16	6

[illegible]

Трудоемкость программы (всего)	98 часов		
--------------------------------	-----------------	--	--