



Приложение 2  
к комплекту документов  
по дополнительной образовательной программе

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
«ВЫСШАЯ ШКОЛА ЭКОНОМИКИ»

*Факультет социальных наук*



**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель первого проректора НИУ ВШЭ  
Можаева Г.В.

«\_\_» 2023  
МП

**УЧЕБНЫЙ / УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

*дополнительной профессиональной программы - программы повышения квалификации  
Прикладная психология личности. Практики саморегуляции*

Год набора: 2023/2024

Трудоемкость программы: 3 зач. ед., 102 академических час

№ п/п	Названия учебных тем	Трудоемкость	Объем контактной работы							Самостоятельная работа (акад.ч.)	Виды текущего контроля	Форма промежуточной аттестации		
			Аудиторная работа (акад.ч.)					Обучение с использованием ДОТ и(или) ЭО, в том числе в полном объеме (акад.ч.)						
			в зач. ед.	в акад. ч.	всего, ауд. ч.:	лекции	практические, семинарские, лабораторные занятия	консультации, иные виды занятий	синхр.	асинхр.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
1.	<b>Раздел 1. Ранние объектные отношения личности</b>													
1.1	Тема 1. Развитие психики в ранний период жизни		7					5		2				
1.2	Тема 2. Различные подходы к исследованию объектных отношений		7					5		2				
1.3	Тема 3. Взгляд Мелани Кляйн на объектные отношения личности		7					5		1				
1.4	Тема 4. Значение объектных отношений в душевной жизни		7					5		1				

№ п/п	Названия учебных тем	Трудоемкость	Объем контактной работы							Самостоятельная работа (акад.ч.)	Виды текущего контроля	Форма промежуточной аттестации		
			Аудиторная работа (акад.ч.)					Обучение с использованием ДОТ и(или) ЭО, в том числе в полном объеме (акад.ч.)						
			в зач. ед.	в акад. ч.	всего, ауд. ч.:	лекции	практические, семинарские, лабораторные занятия	консультации, иные виды занятий	синхр.	асинхр.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
	взрослого человека													
1.5	Тема 5. Исследование собственных объектных отношений в самопознании	6						4		1				
2.	<b>Раздел 2. Типологии личности и их применение в психологической практике</b>													
2.1	Тема 1. Характер и условия его формирования		5					4		1				
2.2	Тема 2. Понятие типы личности и их классификация		5					4		1				
2.3	Тема 3. Исторический и		4					3		1				

№ п/п	Названия учебных тем	Трудоемкость	Объем контактной работы							Самостоятельная работа (акад.ч.)	Виды текущего контроля	Форма промежуточной аттестации		
			Аудиторная работа (акад.ч.)					Обучение с использованием ДОТ и(или) ЭО, в том числе в полном объеме (акад.ч.)						
			в зач. ед.	в акад. ч.	всего, ауд. ч.:	лекции	практические, семинарские, лабораторные занятия	консультации, иные виды занятий	синхр.	асинхр.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
	депрессивный типы													
2.4	Тема 4. Гипертимный и шизоидный типы		4					3		1				
2.5	Тема 5. Эпилептоидный и параниодный типы		4					3		1				
2.6	Тема 6. Эмотивный и тревожно- мнительный типы		4					3		1				
2.7	Тема 7. Нарциссический тип		4					3		1				
2.8	Тема 8. Использование типовогий в практике жизни и психотерапии		4					3		1				

№ п/п	Названия учебных тем	Трудоемкость	Объем контактной работы							Самостоятельная работа (акад.ч.)	Виды текущего контроля	Форма промежуточной аттестации		
			Аудиторная работа (акад.ч.)					Обучение с использованием ДОТ и(или) ЭО, в том числе в полном объеме (акад.ч.)						
			в зач. ед.	в акад. ч.	всего, ауд. ч.:	лекции	практические, семинарские, лабораторные занятия	консультации, иные виды занятий	синхр.	асинхр.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
3.	<b>Раздел 3.</b> <b>Практики саморегуляции</b>													
3.1	Тема 1. Психологические подходы к пониманию эмоций и аффективной сферы личности. Техника безопасности в выполнении рефлексивных практик		6					5		1				
3.2	Тема 2. Понимание эмоций в телесно- ориентированной психотерапии. Рефлексивные практики		6					5		1				

№ п/п	Названия учебных тем	Трудоемкость	Объем контактной работы							Самостоятельная работа (акад.ч.)	Виды текущего контроля	Форма промежуточной аттестации		
			Аудиторная работа (акад.ч.)					Обучение с использованием ДОТ и(или) ЭО, в том числе в полном объеме (акад.ч.)						
			в зач. ед.	в акад. ч.	всего, ауд. ч.:	лекции	практические, семинарские, лабораторные занятия	консультации, иные виды занятий	синхр.	асинхр.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
3.3	Тема 3. Понимание эмоций в подходе Раджи Сельвами. Рефлексивные практики		6					5		1				
4	Тема 4. Работа с эмоциями в травматерапии. Рефлексивные практики		6					5		1				
5	Тема 5. Основы нейрофизиологии в практике саморегуляции		5					5		0				
6	Тема 6. Сфера применения практик саморегуляции		5					5		0				
	<b>Всего:</b>		<b>100</b>					<b>80</b>		20				
ИА	<b>Итоговая аттестация:</b>		<b>2</b>							2		<b>Зачет</b>		
	<b>ИТОГО:</b>	<b>3</b>	<b>102</b>					<b>80</b>		<b>22</b>				

Руководитель программы

А.Н. Исаева

Руководитель центра фундаментальной и  
консультативной персонологии

Е.Б. Старовойтенко

Заместитель декана факультета социальных наук

М.А. Чумакова

Исполнитель: специалист по УМР Лучай И.Г. 15059