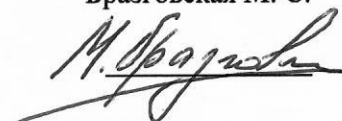


Индивидуальный предприниматель
Бразговская Мария Сергеевна
ИНН 781436778016 ОГРН 318784700090579

Утверждено
Приказом №15л от 01.10.2023
Бразговская М. С.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Деньги и реализация»

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: взрослые от 18 лет
Срок реализации: 1,5месяца (33 часа)

Составитель (разработчик):
М. С. Бразговская

Санкт-Петербург
2023 год

Содержание:

1	Характеристика дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
2	Требования к обучающимся.....	4
3	Объем и срок реализации программы.....	4
4	Форма обучения и режим занятий.....	4
5	Планируемые результаты обучения.....	4
6	Содержание и организация обучения.....	4
6.1	Учебный план.....	4
6.2	Учебно-тематический план.....	5
6.3	Календарный учебный график.....	6
7	Рабочие программы модулей.....	7
8	Форма аттестации и оценочные материалы.....	14
9	Организационно-педагогические условия.....	15
9.1	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	15
9.2	Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	15
9.3	Информационное обеспечение программы.....	15
9.4	Кадровый состав реализации программы.....	16

1. Характеристика дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 Направленность программы: социально-гуманитарная

Актуальность программы

Развитие новых социально-экономических отношений в стране приводит к тому, что практическая психология активно включается в область развития финансовой грамотности населения. В частности, растёт востребованность тех направлений психологической работы, которые связаны с психологическим сопровождением деятельности личности в теме финансового благополучия.

Таким образом, программа курса представляет собой дистиллированный опыт психологии личности и психологии развития финансовой грамотности.

При прохождении программы курса обучающиеся приобретают знания психологических механизмов финансовой грамотности, умения замечать свои успехи и получать от себя поддержку вместо критики, выходить из систем несостоятельности и открывать, что на самом деле мешает им достигнуть финансовых целей.

Специфика программы обусловлена тем, что предусматривает формирование внутренней психологической основы для реальных изменений в финансовой сфере с помощью выполнения практических расстановочных упражнений.

После завершения обучения по программе выдаётся сертификат о получении дополнительного образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее – программа) «Деньги и реализация» разработана в соответствии с нормативными документами, в которых закреплены содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 13.06.2023) (далее – 273-ФЗ);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

1.3 Цель и задачи реализации программы

Основная **цель** данной программы. развитие у обучающихся способностей выстраивания стратегии развития внутреннего потенциала личности, как условие финансового благополучия

Основными задачами программы являются:

Обучающие:

- обучить теоретическим основам о психологических механизмах финансовой грамотности;
- привить умение выстраивать работу с собственными убеждениями и навыков определения целеполагания в развитии;
- привить умение самостоятельно работать с состоянием психологического дефолта;
- формировать основы психологической поддержки и ресурсного состояния.

Развивающие:

- развивать мотивацию для реализации потенциала;
- развивать финансовое мышление.

Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности за принятие решений в сфере личных финансов;

- воспитывать ценностное отношение к формированию экономического поведения и деловой этики.

2. Требования к обучающимся

Категория обучающихся: лица, достигшие 18 лет и старше.

К освоению программы допускаются:

- лица, достигшие 18 лет и старше, без предъявления требований к уровню образования.

3. Объем и срок реализации программы

Срок реализации программы – 1,5 месяца.

Общее количество академических часов, запланированных на весь период обучения: 36 ак. часа, из них:

лекционный материал – 25,5 ак. часов,

практические задания – 7,5 ак. часов.

1 академический час – 45 минут.

4. Форма обучения и режим занятий

Основная форма обучения – заочная, с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. Обучение проводится на русском языке.

Режим занятий: согласно календарному графику, 2 раза в неделю.

5. Планируемые результаты обучения

По итогам освоения программы обучающиеся **будут:**

знать:

- основы анализа внутреннего состояния;
- характеристики разных типов людей;
- основные способы мотивации для реализации потенциала;
- теоретические основы связи ценностей с реализацией;
- механизмы работы с собственными убеждениями;
- основные причины возникновения психологического дефолта;
- основные причины, которые приводят к финансовым долгам;
- особенности построения отношений с организацией;

уметь:

- анализировать внутреннее состояние;
- ориентироваться в характеристиках разных типов людей;
- определять состояние психологического дефолта;
- работать с собственными убеждениями;
- выстраивать стратегию развития своего потенциала;
- определять финансовую емкость;
- организовывать взаимодействие с клиентами;

владеть:

- практическими навыками выполнения упражнений, направленных на исследование разных сфер жизни;
- умениями по работе с собственными убеждениями;
- умениями погружения и поддержки потокового, ресурсного состояния;
- знаниями об учете своих финансов;
- знаниями организации взаимодействия с клиентами;

6. Содержание и организация обучения

6.1. Учебный план

Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
		Лекции	Практика	в. работа	
Модуль 1. Таланты и способности	10,5	6,5	3,25	0,75	Текущий контроль (практические задания) Промежуточная аттестация (эссе)
Модуль 2. Развитие потенциала и работа с убеждениями	6,25	4	1,5	0,75	Текущий контроль (практические задания) Промежуточная аттестация (эссе)
Модуль 3. Ресурс и самоподдержка	6	4,75	0,5	0,75	Текущий контроль (практические задания) Промежуточная аттестация (эссе)
Модуль 4. Финансовая емкость и ведение бизнеса	13,25	10,25	2,25	0,75	Текущий контроль (практические задания) Промежуточная аттестация (эссе)
ИТОГО:	36	25,5	7,5	3	

6.2. Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
Модуль 1. Таланты и способности		10,5	6,5	3,25	0,75	
1	Исследование Реальности как есть сейчас. Поиск слепых зон и паттернов. Восприятие любовью и ориентация на перспективу	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 1
2	Право стать и быть. Выбор быть видимым и заявлять о себе	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 2
3	4 шага для видимости и быть	0,5	0,5	-	0	
4	(Не) видимый потенциал	1,25	0,5	0,75	0	Практическое задание № 3
5	Игры в Казаться. Выбор ведущего жизненного принципа	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 4
6	Я (с) могу. Преодоление бессилия и недостатка сил	1,25	1,25	-	0	
7	Перфекционизм. Страх быть новичком и комплекс самозванца	0,75	0,75	-	0	
8	Реализация через ориентацию на ценности	1,5	0,5	1	0	Практическое задание № 5
	Промежуточная аттестация	0,75			0,75	эссе
Модуль 2. Развитие потенциала и работа с убеждениями		6,25	4	1,5	0,75	
1	Целеполагание	1,5	1,5		0	
2	Целеполагание: полный цикл	0,5	0,5		0	
3	Большая цель	1,75	1	0,75	0	Практическое задание № 6
4	Приостановка суждений. Новое восприятие себя и своих возможностей	1,75	1	0,75	0	Практическое задание № 7
	Промежуточная аттестация	0,75			0,75	эссе

Модуль 3. Ресурс и самоподдержка		6	4,75	0,5	0,75	
1	Психологические дефолты: зоны убытка или даже истощения	0,5	0,5	-	0	
2	Психологический дефолт как результат давления (или его неверной интерпретации)	0,25	0,25	-	0	
3	Психологические дефолты: работа со временем	0,5	0,5	-	0	
4	Запланированное и возникающее Будущее	1,25	0,75	0,5	0	Практическое задание № 8
5	Создание вместилища. Составляющие потока	1	1	-	0	
6	Создание вместилища. Практика самоподдержки	1	1	-	0	
7	Харизма. Как произвести впечатление на других	0,75	0,75	-	0	
	Промежуточная аттестация	0,75			0,75	эссе
Модуль 4. Финансовая емкость и ведение бизнеса		13,25	10,25	2,25	0,75	
1	Зачем и как считать расходы	0,5	0,25	0,25	0	Практическое задание № 9
2	Деньги и подлинная тема	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 10
3	EMDR. Состояние присутствия	1,75	1,75	-	0	
4	EMDR. Состояние присутствия 2	0,75	0,75	-	0	
5	Понятие финансовой емкости	1,75	1	0,75	0	Практическое задание № 11
6	Финансовые долги. Ключевые психические процессы	0,75	0,75	-	0	
7	Система отношений я -мое дело	1	1	-	0	
8	Система отношений я – продукт клиенты	0,75	0,75	-	0	
9	Уникальность и конкуренция	0,5	0,5	-	0	
10	Самостоятельная коррекция фиксированных идей с помощью метода EMDR	0,5	0,5	-	0	
11	Сессия EMDR. Работа с эмоциональным состоянием перед лицом препятствия	1,75	1	0,75	0	Практическое задание № 12
12	EMDR. Отношения с невозможно	1	1	-	0	
	Промежуточная аттестация	0,75			0,75	эссе
	ИТОГО:	36	25,5	7,5	3	

6.3. Календарный учебный график

Номер недели	Часы			
	Л	ПР	СР	ПА
1	4	2,25	-	
2	4,5	1	-	0,75
3	3,25	1,5	-	0,75
4	3,75	0,75	-	0,75
5	5,25	1,25	-	
6	4,75	0,75	-	0,75

Л-видео-лекции; ПР-практическая работа; СР- самостоятельная работа; ПА- промежуточная аттестация

7. Рабочие программы модулей.

Рабочая программа Модуль 1. Таланты и способности.

Цель модуля – обеспечение знаниями и умениями анализировать внутреннее состояние и способности и работы с практическими упражнениями.

Задачи:

- познакомить обучающихся с особенностями анализа внутреннего состояния;
- познакомить обучающихся с понятием «запрещающая фигура»;
- раскрыть основы влияния запрещающей фигуры на проявление способностей и талантов;
- раскрыть характеристики разных типов людей;
- раскрыть движущие силы мотивации для реализации потенциала;
- раскрыть основные опоры при реализации способностей.

Планируемые результаты:

В результате освоения модуля обучающиеся будут знать:

- основы анализа внутреннего состояния;
- определение понятия «запрещающая фигура»;
- возможности запрещающей фигуры и ее влияние на проявление способностей и талантов;
- характеристики разных типов людей;
- движущие силы мотивации для реализации потенциала;
- основные способы мотивации для реализации потенциала.

В результате освоения модуля обучающиеся будут уметь:

- анализировать внутреннее состояние;
- определять влияние запрещающей фигуры на проявление способностей и талантов;
- ориентироваться в характеристиках разных типов людей;
- применять мотивационные силы для реализации потенциала.

В результате освоения модуля обучающиеся будут владеть:

- умениями анализа внутреннего состояния в разных сферах жизни;
- практическими навыками выполнения упражнений, направленных на исследование разных сфер жизни.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Исследование Реальности как есть сейчас. Поиск слепых зон и паттернов. Восприятие любовью и ориентация на перспективу	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 1
2	Право стать и быть. Выбор быть видимым и заявлять о себе	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 2
3	4 шага для видимости и быть	0,5	0,5		0	
4	(Не) видимый потенциал	1,25	0,5	0,75	0	Практическое задание № 3
5	Игры в Казаться. Выбор ведущего жизненного принципа	1,5	1	0,5	0	Практическое задание № 4
6	Я (с) могу. Преодоление бессилия и недостатка сил	1,25	1,25		0	
7	Перфекционизм. Страх быть новичком и комплекс самозванца	0,75	0,75		0	
8	Реализация через ориентацию на ценности	1,5	0,5	1	0	Практическое задание № 5
ИТОГО:		9,75	6,5	3,25	0	

Содержание программы:

Занятие 1. Исследование Реальности как есть сейчас. Поиск слепых зон и паттернов. Восприятие любовью и ориентация на перспективу	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Системное восприятие. Источник. Что такое «расстановки». Составляющие системы. Правила системы. Анализ реальности. Признание. Исследование реальности. Что нужно для движения вперед. Феминология. Осмысление себя и своей жизни. Как повлиять на систему через внутреннее состояние.
	<i>Практика (0,5 ч)</i>	Практическое задание № 1
Занятие 2. Право стать и быть. Выбор быть видимым и заявлять о себе	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Невозможность проявить себя. Страхи, мешающие проявить себя. Определение себя: каким я могу быть и каким я не могу быть. Что такое «запрещающая фигура». Границы дозволенного. Границы возможного. Травмы и их влияние на восприятие. Нарушенное осознание. Крайние суждения.
	<i>Практика (0,5 ч)</i>	Практическое задание № 2
Занятие 3. 4 шага для видимости и быть	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Как быть осознанным. Как жить по намерению. Что значит жить в настоящем. Как действовать из любви. Как влияет запрещающая фигура на осознанность. Как влияют крайние суждения. Как концентрироваться на настоящем.
Занятие 4. (Не) видимый потенциал	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Сильные стороны личности и таланты. Как влияет запрещающая фигура на проявление способностей и талантов. Аналитика своих талантов и слабых сторон: обесценивание и страх проявления.
	<i>Практика (0,75 ч)</i>	Практическое задание № 3
Занятие 5. Игры в Казаться. Выбор ведущего жизненного принципа	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Побудительные мотивы. Негативные аспекты мотивации. Что необходимо для самореализации. Как влияет отсутствие здорового восприятия на проявление. Психологические защиты. Типы людей, стремящихся к самореализации. Захватнический и нарциссический тип. Мстительный триумф. Смиранный тип.
	<i>Практика (0,5 ч)</i>	Практическое задание № 4
Занятие 6. Я (с) могу. Преодоление бессилия и недостатка сил	<i>Аудио-лекция (1,25 ч)</i>	На что мы можем опираться, чтобы реализация была по душе. Составляющие парадигмы. Из чего состоит чувство бессилия. Телесные реакции на состояние в травмирующей ситуации. Простые копинг стратегии. Что мы можем делать каждый день, чтобы себе помочь.
Занятие 7. Перфекционизм. Страх быть новичком и комплекс самозванца	<i>Аудио-лекция (0,75 ч)</i>	Что такое перфекционизм. Характеристика перфекционистов. Кто такие самозванцы. Характеристика новичков. Три голоса сопротивления.
Занятие 8. Реализация через ориентацию на ценности	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Движущие силы и здоровая мотивация на реализацию потенциала. Состояние равновесия. Ориентация на ценности.
	<i>Практика (1 ч)</i>	Практическое задание № 5

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания.

Практическое задание № 1:

1. Оцените по 10-ти бальной шкале сферы жизни: дом, деньги, служение, любовь, близость, уважение и признание, тело, личностный рост, удовольствие.
2. Поразмышляйте: что вы делаете каждый день, чтобы расти? Что вы сделали за предыдущий год, чтобы быть немного другим, чем год назад? Чему вы научились, чему вы научаетесь и важно ли это для вас?

Практическое задание № 2:

1. Выполните упражнение «Возвращение в тело» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).

Практическое задание № 3:

1. Выполните упражнение «Видимость. Полный потенциал» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. После выполнения упражнения письменно ответьте на вопросы (список вопросов на платформе обучения в личном кабинете).

Практическое задание № 4:

1. Выполните упражнение «Я перед лицом войны» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. Поразмышляйте: какие движения внутри вас привела Война? Что мы выбираем, за чем следуем.

Практическое задание № 5:

1. Выполните упражнение «Колесо целостности» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. Сделайте колесо целостности для тем «Деньги» и «Реализация».
3. Сделайте колесо по всем сферам жизни.

Формой **промежуточной аттестации** является эссе.

Письменно ответить на вопросы в свободной форме:

- Что такое «Запрещающая фигура»?
- Опишите основные проявления людей захватнического, нарциссического и смиренного типов?
- Как влияет запрещающая фигура на проявление способностей и талантов?
- Каковы движущие силы мотивации для реализации потенциала?
- Что такое перфекционизм? Опишите, в чем отличия самозванца и новичка?

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего контента для самостоятельного изучения:

- дополнительные материалы в текстовом формате после лекционной части, дополнительные файлы в электронном виде.

Рабочая программа Модуль 2. Развитие потенциала и работа с убеждениями.

Цель модуля – обеспечение знаниями и умениями выстраивать стратегию развития потенциала и работы с собственными убеждениями и умениями определения целеполагания в развитии.

Задачи:

- раскрыть теоретические основы связи ценностей с реализацией;
- раскрыть основы в формулировке цели;
- раскрыть основные отличия желаний от целей;
- познакомить с механизмами работы с собственными убеждениями;
- познакомить со стратегией развития потенциала.

Планируемые результаты:

В результате освоения модуля обучающиеся будут знать:

- теоретические основы связи ценностей с реализацией;
- основы в формулировке цели;
- основные отличия желаний от целей;
- механизмы работы с собственными убеждениями;
- стратегию развития потенциала.

В результате освоения модуля обучающиеся будут уметь:

- формулировать цели;
- разбираться в отличиях желаний от целей;
- работать с собственными убеждениями;

- выстраивать стратегию развития своего потенциала.
- В результате освоения модуля обучающиеся будут владеть:*
- умениями формулирования целей для дальнейшего развития;
- умениями работать с собственными убеждениями;
- знаниями стратегии развития своего потенциала.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Целеполагание	1,5	1,5	-	-	
2	Целеполагание: полный цикл	0,5	0,5	-	-	
3	Большая цель	1,75	1	0,75	-	Практическое задание № 6
4	Приостановка суждений. Новое восприятие себя и своих возможностей	1,75	1	0,75	-	Практическое задание № 7
ИТОГО:		5,5	4	1,5	0	

Содержание программы:

Занятие 1. Целеполагание	<i>Аудио-лекция (1,5 ч)</i>	Задача реализации. Что важно понимать при выборе ценностей. Связь ценностей с реализацией. Влияние состояния фрустрации на выбор ценностей. Как описать выбранные ценности. Желания и цели.
Занятие 2. Целеполагание: полный цикл	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Формулировка цели. Описание цели: позитивная и негативная стороны. Вклад в реализацию целей. Стратегия компенсации. Стратегия развития потенциала.
Занятие 3. Большая цель	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Желания и цели: отличия. Условия большой цели. Когда возникает большая цель. Выдержка на пути достижения цели.
	<i>Практика (0,75 ч)</i>	Практическое задание № 6
Занятие 4. Приостановка суждений. Новое восприятие себя и своих возможностей	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Механизм работы с собственными убеждениями. Как работает система убеждений. Как остановить возникающий страх, цинизм и осуждения.
	<i>Практика (0,75 ч)</i>	Практическое задание № 7

Оценочные материалы:

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания.

Практическое задание № 6:

1. Выполните упражнение «Большая цель — это возможно» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. Записывайте мысли и состояния.

Практическое задание № 7:

1. Выполните упражнение на тему расставания с прошлым.
2. На листе А4 опишите по шагам свои убеждения (схема описания находится на платформе обучения в личном кабинете).

Формой **промежуточной аттестации** является эссе.

Письменно ответить на вопросы в свободной форме:

- Чем отличаются желания от целей?
- Какой механизм работы с собственными убеждениями вы узнали из модуля?
- Как выстроить стратегию развития потенциала?

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего контента для самостоятельного изучения:

- дополнительные материалы в текстовом формате после лекционной части, дополнительные файлы в электронном виде.

Рабочая программа Модуль 3. Ресурс и самодисциплина.

Цель модуля – обеспечение знаниями, умениями работать с состоянием психологического дефолта и умениями поддержки ресурсного состояния.

Задачи:

- раскрыть особенности состояния психологического дефолта;
- раскрыть основные причины возникновения психологического дефолта;
- познакомить с основными признаками отсутствия навыков выстраивать диалог с собой;
- раскрыть ключевые аспекты потокового опыта.

Планируемые результаты:

В результате освоения модуля обучающиеся будут знать:

- особенности состояния психологического дефолта;
- основные причины возникновения психологического дефолта;
- основные признаки отсутствия навыков выстраивать диалог с собой;
- ключевые аспекты потокового опыта.

В результате освоения модуля обучающиеся будут уметь:

- определять состояние психологического дефолта;
- определять причины возникновения психологического дефолта;
- находить признаки отсутствия навыков выстраивать диалог с собой;
- погружаться в потоковое, ресурсное состояние.

В результате освоения модуля обучающиеся будут владеть:

- умениями определять состояния психологического дефолта;
- умениями определять и поддерживать потоковое, ресурсное состояние.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Психологические дефолты: зоны убытка или даже истощения	0,5	0,5	-	-	
2	Психологический дефолт как результат давления (или его неверной интерпретации)	0,25	0,25	-	-	
3	Психологические дефолты: работа со временем	0,5	0,5	-	-	
4	Запланированное и возникающее Будущее	1,25	0,75	0,5	-	Практическое задание № 8
5	Создание вместилища. Составляющие потока	1	1	-	-	
6	Создание вместилища. Практика самоподдержки	1	1	-	-	
7	Харизма. Как произвести впечатление на других	0,75	0,75	-	-	
ИТОГО:		5,25	4,75	0,5	0	

Содержание программы:

Занятие 1. Психологические дефолты: зоны убытка или даже истощения	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Что такое психические дефолты. Как разрешить себе идти к своей цели. Что такое невротическая совесть. Как невротическая совесть мешает добиваться цели. Токсичные
--	-----------------------------	---

		отношения.
Занятие 2. Психологический дефолт как результат давления (или его неверной интерпретации)	<i>Аудио-лекция (0,25 ч)</i>	Чувство давления. Переживание негативной оценки себя. Что такое психологическая реактивность. Как возникает психологическая реактивность. Несколько вариантов действий.
Занятие 3. Психологические дефолты: работа со временем	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Распределение времени. Причины возникновения психического дефолта. Метод Эйзенхаура.
Занятие 4. Запланированное и возникающее Будущее	<i>Аудио-лекция (0,75 ч)</i>	Опыт прошлого. Запланированное и возникающее будущее. Как обращаться с возникающим будущим. Реакция человека на неизвестное.
	<i>Практика (0,5 ч)</i>	Практическое задание № 8
Занятие 5. Создание вместилища. Составляющие потока	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Что такое вместилище. Из чего складывается вместилище. Позитивная энергия. Что пополняет энергию. Что является ресурсом. Ключевые аспекты потокового опыта. Как появляется опыт потока.
Занятие 6. Создание вместилища. Практика самоподдержки	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Опыт поддержки. Признаки неумения выстраивать диалог с собой. Зона критики или отсутствия поддержки. 4 вопроса для контакта с собой.
Занятие 7. Харизма. Как произвести впечатление на других	<i>Аудио-лекция (0,75 ч)</i>	Что такое харизма. Из каких навыков состоит харизма. Как произвести впечатление на других.

Оценочные материалы:

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация

Формой **текущего контроля** являются практические задания.

Практическое задание № 8:

1. Выполните упражнение «Возникающее и запланированное будущее»
2. На листе бумаги напишите цели.
3. Проанализируйте свои отношения с опытом прошлого.

Формой промежуточной аттестации является эссе.

В свободной форме письменно ответить на вопросы:

- Каковы основные причины возникновения психического дефолта?
- Как определить состояние психического дефолта?
- Как определить отсутствие навыка выстраивания диалога с собой?
- Какие способы самоподдержки вы узнали?
- Какие 4 вопроса помогают быть в контакте с собой?

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего контента для самостоятельного изучения:

- дополнительные материалы в текстовом формате после лекционной части, дополнительные файлы в электронном виде.

Рабочая программа Модуль 4. Финансовая емкость и ведение бизнеса.

Цель модуля – обеспечение знаниями, умениями расширения финансовой емкости и финансовой грамотности в личной сфере.

Задачи:

- раскрыть возможности формирования финансового запаса;
- познакомить с понятием финансовой емкости;
- раскрыть причины, которые приводят к финансовым долгам;
- познакомить с особенностями построения отношений с организацией;
- раскрыть аспекты готовности к изменениям.

Планируемые результаты:

В результате освоения модуля обучающиеся будут знать:

- основы формирования финансового запаса;
- определение финансовой емкости;
- основные причины, которые приводят к финансовым долгам;
- особенности построения отношений с организацией;

В результате освоения модуля обучающиеся будут уметь:

- формировать финансовый запас;
- определять финансовую емкость;
- определять типы финансовых долгов;

В результате освоения модуля обучающиеся будут владеть:

- знаниями об учете своих финансов.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Зачем и как считать расходы	0,5	0,25	0,25	-	Практическое задание № 9
2	Деньги и подлинная тема	1,5	1	0,5	-	Практическое задание № 10
3	EMDR. Состояние присутствия	1,75	1,75	-	-	
4	EMDR. Состояние присутствия 2	0,75	0,75	-	-	
5	Понятие финансовой емкости	1,75	1	0,75	-	Практическое задание № 11
6	Финансовые долги. Ключевые психические процессы	0,75	0,75	-	-	
7	Система отношений я -мое дело	1	1	-	-	
8	Система отношений я – продукт клиенты	0,75	0,75	-	-	
9	Уникальность и конкуренция	0,5	0,5	-	-	
10	Самостоятельная коррекция фиксированных идей с помощью метода EMDR	0,5	0,5	-	-	
11	Сессия EMDR. Работа с эмоциональным состоянием перед лицом препятствия	1,75	1	0,75	-	Практическое задание № 12
12	EMDR. Отношения с невозможно	1	1	-	-	
ИТОГО:		12,5	10,25	2,25	0	

Содержание программы:

Занятие 1. Зачем и как считать расходы	<i>Аудио-лекция (0,25 ч)</i>	Как вести учет финансов. Как развивать доходную и расходную части финансов. Как формировать финансовый запас.
	<i>Практика (0,25 ч)</i>	Практическое задание № 9
Занятие 2. Деньги и подлинная тема	<i>Аудио-лекция (0,25 ч)</i>	Принципы отношений с деньгами. Подлинная тема: как определить. Финансовая емкость. Закон брать. Закон давать.
	<i>Практика (0,5 ч)</i>	Практическое задание № 10
Занятие 3. EMDR. Состояние присутствия	<i>Видео-лекция (1,75 ч)</i>	Техника безопасности в терапии. Суть метода EMDR, связанного с травматическими воспоминаниям.
Занятие 4.	<i>Видео-лекция (0,75 ч)</i>	Концентрация внимания и подлинный выбор.

EMDR. Состояние присутствия 2		Как проявляется состояние дисбаланса в теле.
Занятие 5. Понятие финансовой емкости	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Что такое финансовая емкость. От чего зависит финансовая емкость. Плоскости финансовой емкости. Как растянуть финансовую емкость.
	<i>Практика (0,75 ч)</i>	Практическое задание № 11
Занятие 6. Финансовые долги. Ключевые психические процессы	<i>Аудио-лекция (0,75 ч)</i>	Два типа финансовых долгов. Что приводит к долгам. Форс-мажорные долги. Чувство вины.
Занятие 7. Система отношений я - мое дело	<i>Аудио-лекция (1 ч)</i>	Отношения с профессией предназначением. Варианты служения профессии. Призвание. Как услышать призвание или предназначение. Как выстроить отношения с организацией внутри организации.
Занятие 8. Система отношений я – продукт клиенты	<i>Аудио-лекция (0,75 ч)</i>	Что делать с личным контекстом. Работа с вниманием. Два способа взаимоотношений со своей организацией.
Занятие 9. Уникальность и конкуренция	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Стратегия голубого океана. Позиционирование бренда. Ребрендинг. Истинная потребность.
Занятие 10. Самостоятельная коррекция фиксированных идей с помощью метода EMDR	<i>Аудио-лекция (0,5 ч)</i>	Как работать с воспоминаниями при помощи метода EMDR. С какими проблемами еще можно работать при помощи метода EMDR. Как проводить самостоятельную терапию.
Занятие 11. Сессия EMDR. Работа с эмоциональным состоянием перед лицом препятствия	<i>Видео-лекция (1 ч)</i>	Как работать с возникающим препятствием. Принцип отношения к препятствию. Порождающее состояние.
	<i>Практика (0,75 ч)</i>	Практическое задание № 12
Занятие 12. EMDR. Отношения с невозможно	<i>Видео-лекция (1 ч)</i>	Как определить, что возможно и что невозможно. Готовность к изменениям. Из чего складывается движение к невозможному.

Оценочные материалы:

В программе предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания.

Практическое задание № 9:

1. Зафиксируйте на листе бумаги свои расходы на основные составляющие вашей жизни за 2 месяца (продукты питания, дети и т.д.).
2. Проанализируйте ваши расходы: больше вы стали тратить или меньше.
3. Запишите, как вы видите расходы своего мужа или жены.

Практическое задание № 10:

1. Выполните упражнение «Подлинная тема» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. После выполнения упражнения исследуйте способ восприятия влияющей на вас энергии. Используйте вопросы для исследования (список вопросов на платформе обучения в личном кабинете).

Практическое задание № 11:

1. Выполните упражнение «Рост финансовой емкости» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. Выполните упражнение «Два стула» (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
3. После выполнения упражнения исследуйте разные зоны финансовой емкости (список вопросов на платформе обучения в личном кабинете).

Практическое задание № 12:

1. Выполните упражнение, основанное на базе пирамиды Дилтса (техника выполнения упражнения в аудио-формате на платформе обучения в личном кабинете).
2. После выполнения упражнения зафиксируйте письменно телесные ощущения и позу и ответьте на вопросы (список вопросов на платформе обучения в личном кабинете).

Формой **промежуточной аттестации** является эссе.

В свободной форме письменно ответить на вопросы:

- Что такое Финансовая емкость?
- Какие причины приводят к финансовым долгам?
- Опишите два подхода взаимодействия с клиентами, в чем их разница?
- Что такое «стратегия Голубого океана»?

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего контента для самостоятельного изучения:

- дополнительные материалы в текстовом формате после лекционной части, дополнительные файлы в электронном виде.

8. Формы аттестации и оценка результатов освоения программы

8.1. Формы аттестации

Текущий контроль знаний обучающихся проводится на протяжении всего обучения по программе.

Текущий контроль знаний включает в себя мониторинг учебной работы обучающихся и проверку качества знаний и умений, которыми они овладели на определённом этапе обучения посредством выполнения практических заданий и в иных установленных формах.

Практические задания оцениваются как «выполнено», если соблюдены все требования к практической работе. Критерии оценивания заложены в лекционной части урока.

Промежуточная аттестация. Промежуточная аттестация представляет собой эссе. Эссе позволяет проверить понимание обучающимся изученного материала и позволяет оценить не только уровень знаний обучающихся, но и его способность анализировать информацию, развитию навыков письменной коммуникации и выражения своих мыслей. Эссе направляются в мессенджер Телеграм в личные сообщения на проверку педагогу.

Эссе оценивается как «зачтено», если соответствует критериям оценивания:

- зафиксированы все ответы на вопросы;
- получены правильные ответы на вопросы;
- ясно и четко изложена информация.

9. Организационно-педагогические условия обучения

9.1. Учебно-методическое обеспечение программы

Материалы для изучения размещены в сети Интернет на онлайн-платформе (далее – СДО) <https://dev.marafonchudes.ru/personal> . Доступ к СДО осуществляется с использованием информационных технологий, технических средств, информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих возможность самостоятельного изучения обучающимися обучающих материалов с рабочих мест.

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается путём размещения на онлайн-платформе соответствующего контента, а также в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций.

Для обучения используются следующие приложения: Программа «Яндекс Телемост», Браузер Яндекс, Браузер Google , мессенджер Telegram.

Обучение по Программе включает самостоятельную работу обучающегося (не более 50 % от общего количества часов по Программе).

Основными видами самостоятельной работы обучающихся являются:

- формирование и усвоение содержания занятий на базе рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы;
- изучение дополнительной информацией, предоставляемой обучающимся на платформе обучения в виде текстов после аудио-лекций и прикрепленных файлах в электронном виде.

9.2. Материально-техническое обеспечение реализации обучения.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с использованием исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий предполагает наличие специализированной образовательной платформы для электронного обучения.

Требования к рабочему месту обучающихся:

- Компьютер, ноутбук или телефон с выходом в интернет.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочих мест обучающихся относится выход в сеть Интернет.

Требования к рабочему месту педагога:

- Компьютер или ноутбук со стандартным программным обеспечением.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочего места преподавателя относится выход в сеть Интернет.

Используется телекоммуникационная сеть Интернет через установленные программно-технические средства на скорости не ниже 512 Кбит/с, скоростью прямого канала не ниже 512 Кбит/с, скоростью обратного канала не ниже 128 Кбит/с, использованием порта доступа в сеть Интернет со скоростью не ниже 30 Мбит/с и возможностью установления не менее 20 одновременных сессий по 512 Кбит/с.

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учёта объёмов потребляемого трафика за исключением перерывов для проведения необходимых ремонтных и профилактических работ при обеспечении совокупной доступности услуг не менее 99,5 %

9.3. Информационное обеспечение программы

Основная литература:

1. Атаева С., Ильясов И., Оразмырадова Д., Эсадова М., Бизнес психология и психология управления на предприятии *Еo ipso*. 2022. № 11. С. 49-51. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49620823>

2. Иванова Н.Л., Штроо В.А., Антонова Н.В., Психология бизнеса/ Учебник для магистров / Сер. 24 Магистр. (1-е изд.) Москва, 2014. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41246421>

Дополнительная литература:

3. Дмитриева Д. Построение личного бренда: система раскрытия индивидуальности и творческого потенциала / Д. Дмитриева. — СПб.: Весь, 2018. — 224с. <https://monster-book.com/postroenie-lichnogo-brenda>

4. Лебедева Н.А. Конкурентный анализ в бизнесе / Н.А. Лебедева. — Орел: МАБИВ, 2014. — 140с. <https://mybook.ru/author/n-lebedeva/konkurentnyj-analiz-v-biznese/read/>

5. Морозов А.В. Психология влияния. Хрестоматия / А.В. Морозов. — М.: Гуманитарный центр, 2014. — 560с. <https://ipipp.ru/wp-content/uploads/2022/11/morozov-av-psihologiya-vliyaniya.pdf>

9.4 Кадровый состав реализации программы

Реализация программы «Деньги и реализация» обеспечивается педагогическими работниками, имеющими среднее профессиональное или высшее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного предмета.