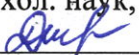


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,  
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ «ЭМПАТИЯ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора – начальник  
отдела психолого-педагогического  
сопровождения  
канд. психол. наук, доцент  
 Н.В. Дорофеева

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора  
от «» 20 24 года  
№ \_\_\_\_\_  
 Р.С. Гайнуллин



**Дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации**

**«Когнитивно-поведенческие технологии  
в оказании экстренной и кризисной помощи  
участникам образовательных отношений»**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

## 1.1. Цель реализации программы

Цель реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Когнитивно-поведенческие технологии в оказании экстренной и кризисной помощи участникам образовательных отношений» состоит в приобретении слушателями системных теоретических знаний в сфере экстремальной и кризисной психологии, усвоении практических навыков оказания психологической помощи участникам образовательного процесса, переживающим экстремальную ситуацию или кризисное состояние.

## 1.2. Планируемые результаты обучения

Изучение данной программы направлено на формирование (совершенствование) у слушателей следующих профессиональных компетенций в соответствии с профессиональными стандартами:

**«Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»  
(утв. Пр. Минтруда России от 24.07.2015 № 514н):**

Трудовая функция	3.2.2. Психологическая профилактика нарушений поведения и отклонений в развитии лиц с ограниченными возможностями здоровья, детей и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации
Трудовые действия	<ul style="list-style-type: none"><li>• выявление условий, затрудняющих становление и развитие личности ... обучающихся, испытывающих трудности в ... развитии и социальной адаптации ... с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей</li><li>• профилактическая работа с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей ... обучающихся, испытывающих трудности в ... развитии и социальной адаптации</li></ul>
Компетенция	<ul style="list-style-type: none"><li>• способен планировать и организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся, в том числе, социально уязвимых и попавших в трудные жизненные ситуации;</li><li>• проводить мероприятия по формированию у обучающихся навыков общения в разновозрастной среде и среде сверстников, развитию навыков поведения в виртуальной и поликультурной среде</li></ul>
Трудовая функция	3.2.3 Психологическое консультирование лиц с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации
Трудовые действия	<ul style="list-style-type: none"><li>• консультирование обучающихся по проблемам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам</li><li>• консультирование родителей (законных представителей) по проблемам взаимоотношений с обучающимися, ... находящимися в трудных жизненных ситуациях</li></ul>
Компетенция	<ul style="list-style-type: none"><li>• способен организовывать психологическое консультирование и сопровождение субъектов, нуждающихся в психологической помощи, взаимодействовать с разными специалистами по вопросам психологической и немедицинской психотерапевтической помощи клиентам и их семьям, обосновывать применение конкретных психологических технологий</li></ul>

В результате освоения программы у слушателя должен сформироваться комплекс следующих знаний, умений и навыков:

***Знания:***

Признаки и формы дезадаптивных состояний у детей, подростков и молодежи

Теория, методология психологического консультирования, классификация методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования

Методы и технологии, позволяющие решать консультационные и развивающие задачи

***Умения:***

Планировать и организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии ... обучающихся, испытывающих трудности в ... развитии и социальной адаптации, в том числе находящихся в трудной жизненной ситуации

Способствовать созданию благоприятного психологического климата в образовательной организации и организации, осуществляющей образовательную деятельность

Применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов

***Навыки:***

Разрабатывать рекомендации по созданию и поддержанию благоприятных условий развития на переходных и кризисных этапах жизни обучающихся

Проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации по вопросам обучения, развития, проблемам жизненного самоопределения, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками

**1.3. Категория слушателей.**

Специалисты, осуществляющие психолого- педагогическое сопровождение участников образовательного процесса, психологическое консультирование участников образовательного процесса, имеющие высшее образование.

**1.4. Трудоемкость обучения.**

Трудоемкость обучения по данной программе составляет 24 часа, включая все виды аудиторной и самостоятельной учебной работы слушателя.

**1.5. Форма обучения**

Форма обучения – очная, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Продолжительность обучения – 1 неделя

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (всего часов)	в том числе:			Формы аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
<b>1.</b>	<b><i>Психология кризисных состояний. Основы суицидологии. Кризисная терапия</i></b>					
1.1	Психология кризисных состояний. Кризисные ситуации.	3	2		1	
1.2	Основы суицидологии. Понятие суицидального риска.	3	2		1	
1.3	Практикум. Кризисная терапия: поддержка и отреагирование эмоций.	3		2	1	
1.4	Кризисная терапия: этапы, сеттинг, мишени работы	3	2		1	
<b>2.</b>	<b><i>Когнитивно-поведенческая терапия кризисных состояний</i></b>					
2.1.	Практикум. Кризисная терапия: восстановление критики.	3		2	1	
2.2.	Возможности когнитивно-поведенческой терапии в разрешении кризисных ситуаций.	3	2		1	
2.3	Практикум. Кризисная терапия: выявление и коррекция дезадаптивных когниций.	3		2	1	
2.4	Практикум. Кризисная терапия: восстановление адаптации.	3		2	1	
	<b>Итоговая аттестация</b>					Зачет
	<b>ИТОГО</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	

## 2.2. Содержание модулей, разделов, тем

Лекции		Практические занятия		Самостоятельная работа	
Содержание	Кол-во часов	Содержание	Кол-во часов	Содержание	Кол-во часов
<b><i>Психология кризисных состояний. Основы суицидологии. Кризисная терапия</i></b>					
Психология кризисных состояний. Кризисные ситуации	2		–	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
Основы суицидологии. Понятие суицидального риска	2		–	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
	–	Практикум. Кризисная терапия: поддержка и отреагирование эмоций	2	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
Кризисная терапия: этапы, сеттинг, мишени работы	2		–	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
<b><i>Когнитивно-поведенческая терапия кризисных состояний</i></b>					
	–	Практикум. Кризисная терапия: восстановление критики	2	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
Возможности когнитивно-поведенческой терапии в разрешении кризисных ситуаций	2		–	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
	–	Практикум. Кризисная терапия: выявление и коррекция дезадаптивных когниций	2	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
	–	Практикум. Кризисная терапия: восстановление адаптации	2	Анализ нормативных документов, научно-методической литературе по теме	1
Итоговая аттестация					

### 2.3. Календарный учебный график

Период обучения (дни, недели, месяцы)	Наименование модулей, разделов, тем
1 день	<b><i>Психология кризисных состояний. Основы суицидологии. Кризисная терапия</i></b>
	Психология кризисных состояний. Кризисные ситуации.
	Основы суицидологии. Понятие суицидального риска.
	Практикум. Кризисная терапия: поддержка и отреагирование эмоций.
	Кризисная терапия: этапы, сеттинг, мишени работы
2 день	<b><i>Когнитивно-поведенческая терапия кризисных состояний</i></b>
	Практикум. Кризисная терапия: восстановление критики.
	Возможности когнитивно-поведенческой терапии в разрешении кризисных ситуаций.
	Практикум. Кризисная терапия: выявление и коррекция дезадаптивных когниций.
	Практикум. Кризисная терапия: восстановление адаптации.
	<b>Итоговая аттестация</b>

### 2.4. Оценка качества освоения программы

Оценка качества освоения программы проводится в форме итоговой аттестации обучающихся.

#### 2.4.1. Оценочные материалы для *итогового* контроля успеваемости.

Итоговый контроль проводится *в форме групповой дискуссии*.

*Примерные вопросы:*

- 1) Каковы общие принципы оказания психологической помощи в кризисных состояниях?
- 2) В чем заключается психологическая помощь при работе с тревогой, апатией, ступором, психомоторным возбуждением?
- 3) В чем заключается психологическая помощь при работе с плачем, истерикой, агрессией?
- 4) В чем заключается психологическая помощь при работе со страхом, паникой?
- 5) Дайте определение и характеристику понятию «стресс». Опишите характерные особенности травматической стрессовой ситуации. Перечислите условия восприятия человеком сильного стресса как травматического.
- 6) Опишите характерные психофизиологические проявления стресса и их особенности в различных возрастных группах.
- 7) Дайте определения понятию «горевание». Назовите этапы и фазы «нормального» горевания, симптомы «патологического» горя. Перечислите и раскройте основные принципы помощи горюющему.
- 8) Раскройте специфику оказания экстренной психологической помощи несовершеннолетним в соответствии с возрастом (раннее детство, дошкольники, младшие школьники, подростки).
- 9) Назовите основные негативные влияния психотравмирующего события на дальнейшее развитие ребенка на разных этапах его развития.
- 10) Перечислите и раскройте профессиональные риски для психологов, работающих в экстремальных условиях при оказании экстренной и кризисной психологической помощи. Опишите навыки, которыми необходимо владеть специалисту, чтобы снижать риски возникновения профессионального стресса.

#### **2.4.2. Критерии оценивания качества освоения программы**

По результатам итоговой аттестации слушателям выставляются оценки по двухбалльной системе («зачтено / не зачтено»).

– отметка «зачтено» выставляется слушателю, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, изучившему нормативную документацию, научно-методическую литературу, рекомендованную программой, способному к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшего обучения и профессиональной деятельности;

– отметка «не зачтено» выставляется слушателю, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не справившемуся с решением задания.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса**

Образовательный процесс по программе обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю программы, и (или) ученую степень или опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере. К образовательному процессу по программе могут также привлекаться преподаватели из числа действующих руководителей и ведущих работников профильных организаций, предприятий учреждений.

#### **3.2. Материально-технические условия реализации программы**

Для проведения лекционных и практических занятий организация располагает 3 аудиториями, соответствующими действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам и оснащёнными необходимыми техническими средствами (компьютеры с установленным лицензионным программным обеспечением; мультимедийный проектор, экран, доска), а также мебелью и оборудованием, необходимыми для проведения лекций, практических занятий и тренингов.

Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды (при реализации программ с использованием дистанционных образовательных технологий):

– Программное обеспечение для просмотра страниц, содержания веб-документов, компьютерных файлов и их каталогов; управления веб-приложениями (Mozilla FireFox, Chrome, Microsoft Edge, Opera и под.);

– Операционная система MS Windows 7 Professional и выше;

– Программное обеспечение для работы с различными типами документов: Microsoft Office 2013 и выше, Adobe Acrobat, 7-zip и др.;

– Программное обеспечение для организации видео-конференц-связи (МТС Линк, Яндекс.Телемост, Сферум, JazzСбер);

### **3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

#### **Основная литература**

1. Кризисная психология : учебное пособие : [16+] / авт.-сост. Е.С. Гольдшмидт, Н.И. Корытченкова, С.С. Смагина, Н.К. Будницкая [и др.]. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. – 140 с.: ил. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600274> (дата обращения: 02.08.2022).
2. Прасолова, О.В., Маренчук, Ю.А. Организация помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях: практикум: учебное пособие [Электронный ресурс] / Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 147 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563234> (дата обращения: 02.08.2022).
3. Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия / Г.В. Старшенбаум - М.: Когито-центр - 2018. - 376 с.

#### **Дополнительная литература**

1. Бек Дж.. Когнитивно-поведенческая терапия. От основ к направлениям. - СПб.: Питер, 2018. -416 с.: ил. -(Серия «Мастера психологии»)
2. Граница А., Зепсен А., Ковпак Д. Тактики диспута. Когнитивно-поведенческий подход. - СПб.:Питер, 2023.
3. Диджузеппе Р., Дойл К., Драйден У., Бакс У. Рационально-эмотивно-поведенческая терапия. - СПб.: Питер, 2021. - 480 с
4. Маккей М., Скин М., Фаннинг П. Когнитивно-поведенческая терапия для преодоления тревожности, страха, беспокойства и паники. ОАО "Издательская группа «Весь» 2018.
5. Меновщиков, Ю.В. Психологическое консультирование. Работа в кризисных ситуациях / Ю.В. Меновщиков - Москва: Смысл - 2019 - 191 с.
6. Пантелеева В.В. Арбузенко О.И. Психология кризисных состояний личности: учеб.пособие. – Тольятти: Изд-во ТГУ, 2011. – 194 с.
7. Погодин И.А., Суицидальное поведение: психологические аспекты [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.А. Погодин. – 3-е изд., стереотип. – Москва: Флинта, 2016. – 333 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83459>
8. Шарапов А.О., Пчелкина Е.П., Шех О.И. Кризисная психология: учебное пособие для вузов. – М.: Издательство «Юрайт», 2019. – 538 с.
9. Шарапов, А.О. Экстренная психологическая помощь [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 212 с. — URL: <https://urait.ru/bcode/457086>

#### **Авторы-составители программы:**

Климов А.А., клинический психолог, семейный психолог, генеральный директор и председатель координационного совета Санкт-Петербургского Института дополнительного профессионального образования для психологов и психотерапевтов

Борисова Е.В., начальник отдела методического обеспечения ГАУ АО «Центр «Эмпатия», канд.психол.наук