

**Частное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ИНСТИТУТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УР
ЧОУ ДПО «СКИДО»
Н.А. Надеина



2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Психологическая помощь в кризисных ситуациях»**

Объём занятий:

Всего:	-72 час. (2 з.е.)
в. т. ч.: лекций	-34 час. (0,95 з.е.)
самостоятельная работа	-36 час. (1.00 з.е.)
Итоговая форма контроля: зачет	2 час. (0,05 з.е.)

РАЗРАБОТАНО:

(к. психол. н., Собильская А.С.)

«05» _____ 10 _____ 2020 г.

Ставрополь, 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ
 - 1.1. Цель и задачи программы
 - 1.2. Планируемые результаты обучения
 - 1.3. Категория слушателей
 - 1.4. Трудоемкость обучения
 - 1.5. Форма обучения

2. СОДЕЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
 - 2.1. Учебный план программы
 - 2.2. Календарный учебный график
 - 2.3. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ
 - 3.1. Оценка уровня знаний, навыков и компетенций слушателей
 - 3.2. Итоговая аттестация

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
 - 4.1. Кадровое обеспечение программы
 - 4.2. Материально-технические условия реализации программы
 - 4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель и задачи программы

Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации является совершенствование профессиональных психологических компетенций по оказанию экстренной психологической помощи людям, находящимся в кризисной ситуации..

Задачи:

- совершенствовать знания в области психологии;
- сформировать представление о кризисной терапии;

1.2. Планируемые результаты обучения

№	Группа компетенций	Компетенции	Шифр
1	Совершенствование (ПКС)	способности к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности	ПКС-1
2	Совершенствование (ПКС)	способности к организации просветительской и психопрофилактической деятельности на основе знаний о психологических закономерностях и особенностях индивидов	ПКС-2

В результате освоения программы слушатель должен:

ЗНАТЬ	<ul style="list-style-type: none"> • Социальная психология, психология малых групп, методы социальной психологии • Основы профилактики асоциальных явлений в обществе • Методы и технологии управления современными рисками • Методы разработки программ профилактической и психокоррекционной работы • Основы составления индивидуальной программы предоставления психологических услуг • Основы прогнозирования и проектирования в социальной психологии • Принципы, методы, технологии мониторинга социальных явлений • Документоведение
УМЕТЬ	<ul style="list-style-type: none"> • Организовывать взаимодействие между специалистами по проведению профилактической и психокоррекционной работы • Анализировать и обобщать данные о состоянии и динамике психологического здоровья населения, выявлять риски его нарушения • Выявлять проблемы психологического здоровья населения, требующие психокоррекционной работы • Использовать результаты мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания для разработки программ профилактической и психокоррекционной работы • Подбирать и разрабатывать инструментарий для профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения • Осуществлять разные виды психологического консультирования населения по вопросам психологического здоровья

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Тема 1. Психологические особенности кризисных состояний личности	12	6	6			6	
2.	Тема 2. Экстренная психология помощь	12	6	6			6	
3.	Тема 3. Психология стресса и ПТСР: модели, диагностика и психотерапия	12	6	6			6	
4.	Тема 4. Психотерапия жертв семейного насилия	12	6	6			6	
5.	Тема 5. Психологическая помощь суицидальным клиентам: факторы и индикаторы риска, технологии психологической помощи	12	6	6			6	
6.	Тема 6. Психологическая помощь в состоянии утраты	10	4	4			6	
	Итоговая аттестация: зачет	2					2	Зачет
Итого:		72	34	34			38	

2.2. Календарный учебный график

Календарный учебный график разработан в соответствии с требованиями дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.

Календарный учебный график приведен в Приложение 1.

2.3. Рабочая программа раздела.

Наименование и содержание тем лекций

№ темы	Наименование тем	Часы	Зач.ед.
1.	Тема 1. Психологические особенности кризисных состояний личности	6	0,16
2.	Тема 2. Экстренная психология помощь	6	0,16
3.	Тема 3. Психология стресса и ПТСР: модели, диагностика и психотерапия	6	0,16
4.	Тема 4. Психотерапия жертв семейного насилия	6	0,16
5.	Тема 5. Психологическая помощь суицидальным клиентам: факторы и индикаторы риска, технологии психологической помощи	6	0,16
6.	Тема 6. Психологическая помощь в состоянии утраты	4	0,11
Итого:		34	0,95

Наименование и содержание тем практических (семинарских) занятий данный вид занятий не предусмотрен учебным планом

Наименование и содержание тем лабораторных занятий данный вид занятий не предусмотрен учебным планом

Виды и содержание самостоятельной работы слушателя

№	Наименование тем, их краткое содержание;	Вид самостоятельной работы	Форма контроля	Трудоемкость, час (зач.ед)
---	--	----------------------------	----------------	----------------------------

1.	Тема 1. Психологические особенности кризисных состояний личности Понятия психологии кризисных состояний личности. Современный подход к рассмотрению кризисных психических состояний в отечественной психологии	работа с литературой	тестирование	2 (0,05)
2.	Тема 2. Экстренная психология помощь Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи. Деятельность психолога при оказании ЭПП. Группы пострадавших. Работа психолога с каждой из групп.	работа с литературой	тестирование	2 (0,05)
3.	Тема 3. Психология стресса и ПТСР: модели, диагностика и психотерапия Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Исторический обзор. Диагностические критерии ПТСР. Теоретические модели ПТСР. Эпидемиология. Индивидуальная уязвимость и психологические последствия травмы. Диссоциация и ПТСР	работа с литературой	тестирование	2 (0,05)
4.	Тема 4. Психотерапия жертв семейного насилия Кризисная интервенция. Психотерапия посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).	работа с литературой	тестирование	2 (0,05)
5.	Тема 5. Психологическая помощь суицидальным клиентам: факторы и индикаторы риска, технологии психологической помощи Общая характеристика суицида. Этапы развития суицидального поведения. Классификация и причины суицида. Консультирование суицидальных клиентов.	работа с литературой	тестирование	2 (0,05)
6.	Тема 6. Психологическая помощь в состоянии утраты Что такое горе? Стадии горя. Нетипичные (патологические) симптомы горя. Предвосхищающие реакции горя. Психологическая помощь при переживании горя. Болезненные реакции горя. Консультирование клиента, пережившего утрату.	работа с литературой	тестирование	2 (0,05)

3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.1. Оценка уровня знаний, навыков и компетенций слушателей

Текущий контроль знаний проводится в форме наблюдения за работой обучающихся и контроля их активности на образовательной платформе, проверочного тестирования.

Промежуточный контроль знаний, полученных обучающимися посредством самостоятельного обучения (освоения части образовательной программы), проводится в виде тестирования.

3.2. Оценка уровня знаний, навыков и компетенций слушателей

Итоговая аттестация по Программе должна выявить теоретическую и практическую подготовку специалиста. Слушатель допускается к итоговой аттестации после самостоятельного изучения дисциплин Программы в объеме, предусмотренном для обязательных внеаудиторных занятий.

Итоговая аттестация проводится с целью определения уровня компетенций, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения. Итоговая аттестация слушателей осуществляется в форме тестирования, в тесты включены вопросы, отражающие понятия: управление, педагогический менеджмент, принятие управленческих решений, система мотивации персонала, управление качеством образовательной организации.

Итоговое тестирование может включать несколько типов вопросов. Количество вопросов может варьироваться от 20 до 30 в зависимости от формы итогового контроля знаний по программе в соответствии с учебным планом программы.

Для прохождения тестирования слушателю выделяется 2 минуты на 1 вопрос в соответствии с «Положением о дистанционном обучении ЧОУ ДПО «СКИДО»», регулирующим требования к критериям учебного процесса по программе, реализуемым с применением дистанционных образовательных технологий.

Просмотреть предварительно вопросы тестов не представляется возможным. Результаты тестирования представлены в процентах. На основании полученных результатов формируются результаты степени успешности обучения по соответствующей дисциплине:

№	Результаты тестирования в %	Экзамен/Зачет о оценкой	Зачет
1.	0-39	«неудовлетворительно»	не зачтено
2.	40-59	«удовлетворительно»	зачтено
3.	60-79	«хорошо»	зачтено
4.	80-100	«отлично»	зачтено

Типовые задания, необходимые для оценки знаний, умений и навыков слушателей, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения программы

1. Выберите правильный ответ: *Тяжелое состояние, вызванное какой-либо причиной или как резкое изменение статусов персональной жизни – это*

- а) стресс
- б) дистресс
- в) кризис

2. Выберите правильный ответ: *Неспецифическая реакция организма на ситуацию, которая требует большей или меньшей перестройки организма, для того чтобы адаптироваться к изменившимся условиям*

- а) стресс
- б) дистресс

в) болезнь

3. Выберите правильный ответ: *Состояние, при котором характерны две вещи: наличие сильной мотивированности достичь цель и преграды, препятствующие достижению этой цели.*

а) стресс

б) фрустрация

в) кризис

4. Выберите правильные ответы: *Василюк выделяет следующие четыре типа переживаний.*

а) фрустрационное переживание

б) гедонистическое переживание

в) реалистическое переживание

г) ценностное переживание

д) творческое переживание

е) кризисное переживание

5. Определите последовательность: *Дж. Каплан описал четыре последовательные стадии кризиса:*

1-я стадия,

2-я стадия,

3-я стадия,

4-я стадия.

1-я стадия.	Первичный рост напряжения, при котором стимулируются обычные, привычные способы решения проблемы.
2-я стадия.	дальнейший рост напряжения в условиях, когда эти способы оказываются безрезультатными.
3-я стадия.	большее увеличение напряжения, требующее мобилизации внешних и внутренних источников сил.
4-я стадия.	все оказывается тщетно, наступает стадия, характеризующаяся повышением тревоги и депрессии, чувством беспомощности, безнадежности и в конечном случае дезорганизации личности.

5. Выберите правильные ответы: *Депрессивная реакция проявляется в таких чувствах, как:*

а) апатия

б) равнодушие

в) разочарование

г) усталость

д) тоска

е) подавленность

ж) безразличие

з) истерия

д) паранойя

6. Выберите правильные ответы: *Р.А. Ахмеров выделяет три типа биографических кризисов:*

а) кризис нереализованности

б) кризис опустошенности,

в) кризис бесперспективности

г) кризис безисходности

7. Выберите правильный ответ: Система краткосрочных мероприятий, направленная на оказание помощи одному человеку, группе людей или большому числу пострадавших с целью регуляции психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний, связанных с кризисным или чрезвычайным событием, при помощи профессиональных методов, которые соответствуют требованиям ситуации – это

- а) экстренная психологическая помощь
- б) неотложная психологическая помощь
- в) экстремальная психологическая помощь

9. Определите последовательность: Схема деятельности специалистов психологической службы при работе на месте ЧС:

Подготовительный этап	подготовка развернутого плана действий по оказанию экстренной психологической помощи
Основной этап	помощь специалистам, участвующим в ликвидации последствий ЧС; помощь пострадавшим в результате ЧС
Завершающий этап	Работа специалистов-психологов, направленная на оказание помощи тем лицам, кому это необходимо; мероприятия, направленные на оказание психологической помощи специалистам, участвующим в ликвидации последствий ЧС; обобщение и анализ информации; составление прогноза развития ситуации

8. Выберите правильные ответы: Технология активного слушания включает в себя пять основных приемов:

- а) пауза и угу – поддакивание
- б) парафраз
- в) резюме
- г) отражение своих чувств
- д) отражение чувств собеседника
- е) молчание
- ж) доверительный взгляд

9. Выберите правильный ответ: Самый простой прием и любой человек им пользуется почти интуитивно. Во время разговора необходимо периодически кивать головой, говорить «да», «угу», «ага» и т.д.:

- а) угу – поддакивание
- б) парафраз
- в) резюме
- г) отражение своих чувств
- д) отражение чувств собеседника

10. Выберите правильный ответ: в разговоре необходима для того, чтобы помочь собеседнику выговориться до конца (так как часто человеку необходимо время для того, чтобы сформулировать свои мысли и чувства), и, в то же время,

освобождает разговор от лишней не нужной информации (говорить лишь бы говорить).

- а) пауза**
- б) парафраз
- в) резюме
- г) отражение своих чувств
- д) отражение чувств собеседника

11. Выберите правильный ответ: *Это прием, при котором вы буквально повторяете последнюю фразу собеседника. Это позволяет ему убедиться в том, что вы его поняли, и побуждает к дальнейшему повествованию.*

- а) угу – поддакивание
- б) парафраз**
- в) резюме
- г) отражение своих чувств
- д) отражение чувств собеседника

12. Выберите правильный ответ: *Решение которой позволяет подвести итог сказанному и продвинуться в работе над проблемой. Этот прием состоит в следующем: используя слова и выражения говорящего, вы подводите итог определенного этапа разговора.*

- а) пауза и угу – поддакивание
- б) парафраз
- в) резюме**
- г) отражение своих чувств
- д) отражение чувств собеседника

13. Выберите правильный ответ: *Говоря о своих чувствах, можно решить сразу несколько проблем. Во-первых, можно существенно снизить негативные чувства и переживания, самим фактом того, что эти чувства признаны и озвучены. Во-вторых, сама беседа, разговор становится более полной и искренней. И, в-третьих, побуждает собеседника открыто выражать свои чувства, что необходимо для того, чтобы человек чувствовал себя более комфортно и мог избавить себя от чрезвычайно сильных внутренних переживаний.*

- а) пауза и угу – поддакивание
- б) парафраз
- в) резюме
- г) отражение своих чувств**
- д) отражение чувств собеседника

14. Выберите правильный ответ: *Когда мы называем чувства, которые испытывает собеседник, партнер по общению и «попадаем» в его ощущение, угадываем его, человек чувствует «родственность души», начинает больше доверять Вам и раскрывается.*

- а) пауза и угу – поддакивание
- б) парафраз
- в) резюме
- г) отражение своих чувств
- д) отражение чувств собеседника**

15. Выберите правильные ответы: *Несколько ошибок, которые часто допускают в процессе активного слушания:*

- а) стремление дать совет
- б) желание задавать уточняющие вопросы
- в) желание промолчать
- г) оставить без ответа вопросы клиента

16. Выберите правильные ответы: *Критерии, по которым можно судить о том, насколько эффективно продвигается процесс активного слушания. Основных критериев три:*

- а) продвижение в решении проблемы
- б) видимое снижение интенсивности негативных переживаний
- в) человек начинает рассказывать о себе или о проблеме больше
- г) человек замыкается
- д) переход общения на «ты»

17. Выберите правильный ответ: *Развивается вслед за состоянием оцепенения и длится от 3 до 5 ч; характеризуется общим психическим напряжением, предельной мобилизацией психофизиологических резервов, обострением восприятия и увеличением скорости мыслительных процессов, проявлениями безрассудной смелости (особенно при спасении близких) при одновременном снижении критической оценки ситуации, но сохранении способности к целесообразной деятельности.*

- а) «Острый эмоциональный шок»
- б) «Психофизиологическая демобилизация»
- в) «Стадия разрешения»
- г) «Стадия восстановления»

18. Выберите правильный ответ: *Наступление этой стадии связано с первыми контактами с теми, кто получил травмы, и с телами погибших, с пониманием масштабов трагедии («стресс осознания»). Характеризуется резким ухудшением самочувствия и психоэмоционального состояния с преобладанием чувства растерянности, панических реакций.*

- а) «Острый эмоциональный шок»
- б) «Психофизиологическая демобилизация»
- в) «Стадия разрешения»
- г) «Стадия восстановления»

19. Выберите правильный ответ: *На этой стадии у абсолютного большинства обследованных сохраняются пониженный эмоциональный фон, ограничение контактов с окружающими, гипомимия (маскообразность лица), снижение интонационной окраски речи, замедленность движений. К концу этого периода появляется желание «выговориться», реализуемое избирательно, направленное преимущественно на лиц, которые не были очевидцами стихийного бедствия, и сопровождающееся некоторой ажитацией.*

- а) «Острый эмоциональный шок»
- б) «Психофизиологическая демобилизация»
- в) «Стадия разрешения»
- г) «Стадия восстановления»

20. Выберите правильный ответ: *Начинается приблизительно с 12-го дня после катастрофы и наиболее отчетливо проявляется в поведенческих реакциях: активизируется межличностное общение, начинает нормализоваться эмоциональная окраска речи и мимических реакций, впервые после катастрофы*

могут быть отмечены шутки, вызывавшие эмоциональный отклик у окружающих, восстанавливаются нормальные сновидения.

- а) «Острый эмоциональный шок»
- б) «Психофизиологическая демобилизация»
- в) «Стадия разрешения»
- г) «Стадия восстановления»

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Кадровое обеспечение программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Психологическая помощь в кризисных ситуациях» реализуется педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, ученую степень и опыт деятельности в соответствующей профессиональной области. В процессе обучения преподаватели используют эффективные методики преподавания, предполагающие выполнение слушателями практических заданий и получение теоретических знаний.

Административный персонал – обеспечивает условия для эффективной работы педагогического коллектива, осуществляет контроль и текущую организационную работу
Информационно-технологический персонал - обеспечивает функционирование информационной структуры.

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Помещения для проведения учебных занятий

ЧОУ ДПО «СКИДО» располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий, научной работы сотрудников и слушателей, позволяющей реализовывать общеобразовательные программы и программы дополнительного профессионального образования.

Помещения для проведения учебных занятий, соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Технические средства обучения

Для реализации программы используются следующие технические средства:

- технические средства передачи учебной информации –проекторная аппаратура широкого назначения;
- реализация заочной формы обучения осуществляется с использованием электронных ресурсов. Учебный материал расположен на образовательной платформе LearnPress с использованием программного обеспечения для реализации дистанционных образовательных технологий.

Помещения для самостоятельной работы

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ЧОУ ДПО "СКИДО".

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

4.3.1.Рекомендуемая литература.

4.3.1.1. Основная литература:

1. Ершова, Д. А. Экстренная психологическая помощь : курс лекций / Д. А. Ершова, М. Л. Есаян, Л. И. Макадей. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 162 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83207.html>

4.3.1.2. Дополнительная литература:

1. Егоров, Р. С. Кризисная психология : учебное пособие для самостоятельной работы студентов факультета клинической психологии ОрГМА / Р. С. Егоров ; под редакцией В. А. Дереча. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2008. — 42 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/21820.html>

2. Мицкевич, А. Н. Первая и превентивная психологическая помощь в повседневной жизнедеятельности : памятка для педагогов, родителей, студентов, волонтеров, вожатых, работников социальных организаций / А. Н. Мицкевич, С. В. Петров ; под редакцией Ю. И. Полищука. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2018. — 60 с. — ISBN 978-5-4263-0627-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/97757.html>

4.3.3. Интернет-ресурсы:

1. <https://www.iprbookshop.ru>
2. Педагогическая библиотека: <https://bigenc.ru/education/text/2708703>
3. Научная педагогическая электронная библиотека: <http://elib.gnpbu.ru/>
4. Электронная библиотека МГППУ: <http://psychlib.ru/index.php>
5. Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru/>
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: <http://window.edu.ru/>
7. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов: <http://school-collection.edu.ru/>
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: <http://fcior.edu.ru/>
9. Практическая психология: <http://psynet.narod.ru/>
10. Практический психолог: <http://www.psilib.ru>
11. ПсиПортал: <http://psy.piter.com/>

4.3.6. Программное обеспечение: не предусмотрено

