

Министерство образования Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Лад»»

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ СО «ЦППМСП «Лад»»
протокол от 05.05.2025 № 1

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБУ СО «ЦППМСП «Лад»»

И.В. Пестова
05.05. 2025



Программа дополнительного профессионального образования
(повышения квалификации)
**«Оказание экстренной психологической помощи участникам
образовательного процесса»**
(72 часа)

Авторы-составители:
Чухварова А.В., педагог-психолог отдела ЭПП
Вороширина А.В., педагог-психолог отдела ЭПП

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.2. Нормативно-правовые основания программы	3
1.3. Цель и задачи реализации программы.....	4
1.4. Адресат программы/целевая аудитория	4
1.5. Объем и продолжительность программы.....	5
1.6. Форма обучения. Виды учебной деятельности	5
1.7. Планируемые результаты обучения. Компетенции формирующиеся в результате освоения программы	5
1.8. Форма проведения итоговой аттестации по завершению программы.....	6
2. Содержание образовательной программы	6
2.1. Календарный учебный план-график.....	6
2.2. Учебный план	7
2.3. Рабочие программы курсов, модулей	8
2.4. Форма аттестации/контроля и оценочные материалы.....	10
3.Организационно-педагогические условия реализации программы	11
4. Методические материалы	11
5. Список используемой литературы	12

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность

Современный мир характеризуется увеличением информационного потока, ускорением темпа жизни и повышением требований к обучающимся. Общество предъявляет высокие требования к психологической устойчивости и адаптивности личности. Всё это может привести к увеличению психоэмоциональных нагрузок, которые могут негативно сказаться на психологическом состоянии участников образовательного процесса.

Актуальность оказания экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса обусловлена несколькими факторами: обеспечением психологического здоровья, профилактикой негативных последствий кризисных ситуаций, повышением эффективности образовательного процесса и соответствием требованиям современного общества.

Оказание экстренной психологической помощи является важным инструментом профилактики кризисных состояний, таких как стресс, тревога, депрессия и другие. Это позволяет своевременно выявить и устранить факторы, которые могут привести к негативным последствиям для здоровья и благополучия субъектов образовательного процесса.

Специалисты, прошедшие программу повышения квалификации по оказанию экстренной психологической помощи, могут более эффективно взаимодействовать с обучающимися, находящимися в кризисном состоянии, учитывая их индивидуальные особенности и потребности, а также создавать благоприятную психологическую атмосферу в образовательном учреждении.

1.2. Нормативно-правовые основания программы

Программа составлена на основании нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 21.11. 2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 г. N 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

и другие нормативно- правовые документы регламентирующие деятельность по оказанию ЭПП

1.3. Цель и задачи реализации программы

Программа предназначена для повышения квалификации специалистов в области психологии и педагогики, направлена на обучение методам оказания экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

Цель программы повышения квалификации – повышение квалификации специалистов образовательных организаций в сфере психологической экспертизы (оценки) комфортности и безопасности образовательной среды образовательных организаций посредством ознакомления их с теоретическими основами экстренной психологической помощи и формирования профессиональных умений, навыков по оказанию экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

Задачи программы повышения квалификации:

- овладеть приемами работы с педагогами и преподавателями по организации эффективных учебных взаимодействий с обучающимися и обучающихся между собой в части оказания экстренной психологической помощи в различных ситуациях (конфликты, кризисные состояния, суицидальные мысли и т. д.);
- овладеть приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей), педагогов, преподавателей и администрации образовательной организации (умение работать в команде и взаимодействовать с другими специалистами при оказании экстренной психологической помощи, навыки работы с разными возрастными группами);
- ознакомиться и освоить психологические методы оценки параметров образовательной среды, в том числе комфортности и психологической безопасности образовательной среды в части своевременного диагностирования признаков эмоционального стресса и кризисных состояний у участников образовательного процесса;
- ознакомиться и освоить основные принципы и методы оказания экстренной психологической помощи (способность работать в условиях стресса и эмоциональной напряжённости, навыки саморегуляции и профилактики эмоционального выгорания при оказании экстренной психологической помощи).

1.4. Адресат программы/целевая аудитория

Программа рассчитана на педагогов, педагогов-психологов, руководителей образовательных организаций и других работников системы образования, а также специалисты КДНиЗП, руководители и специалисты системы социально-психологической помощи, сопровождения и поддержки

семьи, сотрудники органов опеки и попечительства и другие специалисты системы профилактики. К освоению дополнительных профессиональных программ допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование. Количество группы – до 30 человек.

1.5. Объем и продолжительность программы

Программа рассчитана на 72 академических часа.

1.6. Форма обучения. Виды учебной деятельности

Программа включает в себя 4 блока по 3 темы. Основные блоки программы: основы оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса; оказание экстренной психологической помощи детям и подросткам; оказание экстренной психологической помощи взрослым участникам образовательного процесса; организация экстренной психологической помощи в образовательной организации.

В рамках программы предусмотрены виды учебной деятельности: лекции и семинары, разработка фрагментов мероприятий, методических материалов, создание алгоритма взаимодействия специалистов, практические занятия и интерактивная работа, решение кейсовых задач, обмен опытом и практиками с коллегами.

По итогам обучения участники программы смогут: эффективно оказывать экстренную психологическую помощь участникам образовательного процесса; работать в команде с другими специалистами; применять полученные знания и навыки в практической деятельности.

Форма обучения дополнительной профессиональной программы: групповая, очная, очная с использованием дистанционных технологий.

1.7. Планируемые результаты обучения. Компетенции формирующиеся в результате освоения программы

По результатам освоения программы слушатели будут:

Владеть приемами работы с педагогами и преподавателями по организации эффективных учебных взаимодействий с обучающимися и обучающимися между собой в части оказания экстренной психологической помощи в различных ситуациях (конфликты, кризисные состояния, суицидальные мысли и т. д.).

Владеть приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей), педагогов, преподавателей и администрации образовательной организации (умение работать в команде и взаимодействовать с другими специалистами при

оказании экстренной психологической помощи, навыки работы с разными возрастными группами).

Знать и применять психологические методы оценки параметров образовательной среды, в том числе комфортности и психологической безопасности образовательной среды в части своевременного диагностирования признаков эмоционального стресса и кризисных состояний у участников образовательного процесса.

Знать и применять основные принципы и методы оказания экстренной психологической помощи (способность работать в условиях стресса и эмоциональной напряжённости, навыки саморегуляции и профилактики эмоционального выгорания при оказании экстренной психологической помощи).

1.8. Форма проведения итоговой аттестации по завершению программы

Аттестация проходит в форме кейс-метода и предполагает решение слушателем кейсовых заданий, направленных на проявление знаний и умений, применяемых при оказании экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса.

2. Содержание образовательной программы

2.1. Календарный учебный план-график

Объем программы составляет – 72 часа. Занятия по программе предполагают работу в групповом режиме.

Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество во учебных недель	Количество о учебных дней	Количество о учебных часов	Режим занятий
В течение всего календарного года по мере поступления заявок/комплектования группы	Через 14 дней после начала обучения	2	7-14	72	Ежедневно в течение 7-14 дней, в соответствии с согласованным графиком

2.2. Учебный план

№ п/п	Краткое содержание	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	Практич еские занятия	Самост оительн ая работа	
Модуль 1. Основы оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса					
1.1	Понятие экстренной психологической помощи	5	5	0	Опрос
1.2	Психологические особенности участников образовательного процесса	9	6	3	Практическа я работы
1.3	Принципы и методы экстренной психологической помощи.	6	4	2	Опрос
Модуль 2. Оказание экстренной психологической помощи детям и подросткам					
2.1	Психологические особенности детей и подростков.	7	5	2	Практическа я работа
2.2.	Методы экстренной психологической помощи детям и подросткам.	6	4	2	Решение кейсовых задач
2.3	Профилактика психологических проблем у детей и подростков.	7	6	1	
Модуль 3. Оказание экстренной психологической помощи взрослым участникам образовательного процесса					
3.1	Психологические особенности взрослых участников образовательного процесса.	5	3	2	Решение кейсовых задач
3.2.	Методы экстренной психологической помощи взрослым.	5	3	2	Практическа я работа
3.3	Профилактика психологических проблем у взрослых участников образовательного процесса.	6	4	2	Решение кейсовых задач
Модуль 4. Организация экстренной психологической помощи в образовательной организации					

4.1	Принципы организации экстренной психологической помощи.	5	4	1	
4.2	Роль администрации и педагогического коллектива в оказании экстренной психологической помощи.	5	3	2	Решение кейсовых задач
4.3	Взаимодействие с психологическими службами и организациями.	6	4	2	Практическая работа
Итоговая аттестация		2	2	0	Решение кейсовых задач
Итого:		72	51	21	

2.3. Рабочие программы курсов, модулей

Модуль 1. Основы оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса

1.1 Понятие экстренной психологической помощи

Лекция: определение экстренной психологической помощи и её основные цели; отличие экстренной психологической помощи от других видов психологической помощи; особенности оказания экстренной психологической помощи при острой реакции: страх, тревога, плачь, истерика, апатия, двигательное возбуждение, нервная дрожь; основные принципы и подходы к оказанию экстренной психологической помощи.

1.2 Психологические особенности участников образовательного процесса

Лекция: возрастные и индивидуальные особенности детей и подростков; психологические особенности взрослых участников образовательного процесса (родители, учителя, администрация); факторы, влияющие на психологическое состояние участников образовательного процесса (стресс, конфликты, кризисные ситуации).

Практика: анализ ситуаций, происходящих в образовательном процессе, и определение психологических особенностей участников.

1.3 Принципы и методы экстренной психологической помощи

Лекция: основные принципы оказания экстренной психологической помощи (конфиденциальность, добровольность, уважение к личности); методы экстренной психологической помощи (консультации, кризисное вмешательство, психологическая поддержка); роль педагога-психолога и

других специалистов образовательного учреждения в оказании экстренной психологической помощи.

Модуль 2. Оказание экстренной психологической помощи детям и подросткам

2.1 Психологические особенности детей и подростков

Лекция: развитие личности в детском и подростковом возрасте; психологические проблемы, с которыми могут столкнуться дети и подростки (стресс, тревога, депрессия); особенности восприятия и реагирования детей и подростков на стрессовые ситуации.

Практика: решение кейсовых задач.

2.2 Методы экстренной психологической помощи детям и подросткам

Лекция: игровые методы (игры, направленные на снятие напряжения, релаксация); арт-терапия (рисование, лепка, музыка); психологические тренинги (коммуникативные навыки, управление эмоциями).

Практика: разработка фрагмента занятия для обучающихся с учетом возрастных особенностей по оказанию экстренной психологической помощи.

2.3 Профилактика психологических проблем у детей и подростков

Лекция: создание благоприятной образовательной среды; работа с родителями и педагогами; организация досуга и внеклассной деятельности.

Практика: разработка фрагмента классного часа по профилактике стрессовых ситуаций у обучающихся.

Модуль 3. Оказание экстренной психологической помощи взрослым участникам образовательного процесса

3.1 Психологические особенности взрослых участников образовательного процесса

Лекция: стрессы и конфликты на работе и в личной жизни; психологические проблемы, связанные с профессиональной деятельностью (эмоциональное выгорание, профессиональный стресс); особенности восприятия и реагирования взрослых на стрессовые ситуации.

Практика: разработка упражнений для тренинга по профилактике эмоционального выгорания для педагогического коллектива образовательного учреждения.

3.2 Методы экстренной психологической помощи взрослым

Лекция: индивидуальные консультации: основные принципы, приемы работы, этапы психологического консультирования в рамках образовательного процесса; групповые тренинги; работа с психосоматическими проявлениями.

Практика: разработка фрагмента психологического тренинга.

3.3 Профилактика психологических проблем у взрослых участников образовательного процесса

Лекция: организация психологического сопровождения; работа с профессиональным выгоранием; создание благоприятной рабочей атмосферы.

Практика: разработка буклета с техниками самопомощи при эмоциональном выгорании.

Модуль 4. Организация экстренной психологической помощи в образовательной организации

4.1. Принципы организации экстренной психологической помощи.

Лекция: основные принципы организации экстренной психологической помощи в образовательных организациях: принцип оперативности; принцип конфиденциальности; принцип компетентности; принцип добровольности; принцип сотрудничества; принцип комплексности; принцип гуманизма.

4.2. Роль администрации и педагогического коллектива в оказании экстренной психологической помощи.

Лекция: взаимодействие педагогического коллектива при оказании экстренной психологической помощи; основные принципы эффективной работы внутри педагогического коллектива сотрудников образовательной организации.

Практика: разработка фрагмента родительского собрания по заранее заданному практическому кейсу.

4.3. Взаимодействие с психологическими службами и организациями

Лекция: формы взаимодействия образовательной организации с психологическими службами и другими межведомственными объединениями по оказанию экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

Практика: создание алгоритма взаимодействия по оказанию экстренной психологической помощи с психологическими службами и межведомственными объединениями.

2.4. Форма аттестации/контроля и оценочные материалы

Итоговый контроль осуществляется в форме зачета посредством кейс-метода и предполагает решение слушателем кейсовых заданий, направленных на проявление знаний и умений, применяемых в процессе оказания экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

Пример кейсовой задачи:

Вам необходимо определить:

- 1) тип кризисного события;
- 2) этап проживания психологической травмы;
- 3) технологии помощи в пролонгированной работе.

Описание ситуации: *За помощью обратилась девочка подросток (15 лет) с жалобами на плохой сон, сопровождающийся постоянными тревогами за отца, который находится на СВО. Уже больше года девочка поддерживает постоянный контакт с папой, однако его рассказы о военных действиях – приводят к страхам и даже панике за его жизнь. Временами ей кажется, что она не спит, а видит галлюцинации (папа рядом). В школе успеваемость снизилась, стало труднее сосредотачиваться на вопросах по истории, фразы одноклассников про СВО вызывают резкую агрессию с ее стороны с последующим желанием отстраниться и уйти с уроков. Отношения с мамой ухудшились, т.к. мама замкнулась на своих переживаниях, находится в постоянной тревоге и не может оказывать поддержку дочери.*

Критерии оценивания: слушатель считается аттестованным, если получил положительную оценку по зачету и текущему контролю. Аттестованные специалисты получают документ - удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

3. Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: Аудитория вместимостью до 30 человек. С целью обеспечения интерактивных методов обучения для проведения занятий требуется:

- флип-чарт для схематичного изображения учебного материала;
- большая пластиковая песочница,
- сухой бассейн,
- кресла-мешки,
- мольбертом прозрачный,
- интерактивным стол,
- маты (2-4 шт) - для демонстрации работы с кризисными подростками.

Кадровое обеспечение: специалист, имеющий высшее образование из перечисленных далее направлений: психологическое, психолого-педагогическое с опытом работы не менее 1 года в сфере оказания экстренной психологической помощи в образовательной среде ~~или~~ прошедший ДПО по направлению «Оказание экстренной психологической помощи участникам образовательных отношений» не менее 72 часов.

4. Методические материалы

Презентации к материалам лекций, практическим заданиям, видеофрагменты, иллюстрирующие различные кризисные ситуации, для

анализа работы. Методические материалы по оказанию экстренной психологической помощи, представленные на сайте ГБУ СО «ЦППМСП «Лад» <https://centerlado.ru/biblioteka> 3/, портале «Наши дети <https://nashi-deti66.ru/>, в библиотеке «В помощь педагогу-психологу» ФКЦ МГППУ <https://mgppu.ru/project/473/info/7291>.

5. Список используемой литературы

5.1. Основная литература

1. Вихристюк, О. В. Особенности этических норм кризисного психолога / О. В. Вихристюк, Н. Ю. Федунина, Е. А. Логинова // Вестник практической психологии образования. – 2018 – Том 15, № 1 – С. 40–46.
2. Ермолаева А.В. Организация деятельности по оказанию экстренной психологической помощи обучающимся в системе образования: учебно-методическое пособие / под ред. О. А. Ульяниной. – М.: МГППУ, 2022 – 82 с.
3. Зимняя, И. А. Педагогическая психология. Учебник для вузов / И. А. Зимняя. – Москва: Логос, 2009 – 384 с. – ISBN: 978- 5-98704-069-8.
4. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года: [утверждена Министром образования и науки Российской Федерации 19 декабря 2017 г.]. – URL: <https://legalacts.ru/doc/kontseptsija-razvitija-psikhologicheskoi-sluzhby-v-sisteme-obrazovaniya-v-rossiiskoi/> (дата обращения 22.01.2025). – Текст : электронный.
5. Левицкая, Л. В. Психологические особенности подросткового возраста и их влияние на переживания стресса / Л. В. Левицкая, А. А. Чернова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 9 (113). — С. 1036-1039. — URL: <https://moluch.ru/archive/113/29104/> (дата обращения: 16.03.2025).
6. Миллер, Л. В. Модель экстренной психологической помощи / Л. В. Миллер // Теоретические и прикладные аспекты деятельности Центра экстренной психологической помощи МГППУ: Сборник научных статей. / Ответственный редактор И. А. Баева. –Москва: Экон-информ, 2011 – С. 21–54.
7. Молчанов С. В. Психология подросткового и юношеского возраста. — М.: Юрайт. 2023. 353 с.
8. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. — М.: Юрайт. 2024. 412 с.
9. Офицорова, Т. А. Обеспечение психологической безопасности образовательного процесса как условие сохранения и укрепления психологического здоровья школьников / Т. А. Офицорова, Е. В. Губанихина. //Молодой ученый. – 2017 – № 48 (182). – С. 202–205.

10. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации :Федеральный закон № 273-ФЗ : [принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года : одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года] (с изменениями). – URL: <http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102162745> (дата обращения: 16.01.2025). – Текст: электронный.

11. Селье Г. Стресс без стресса / Г. Селье. - М.: Прогресс, 1982. - 128 с.

5.2. Дополнительная литература

1. Создание и обеспечение системы экстренной психологической помощи в составе психологической службы в системе образования Российской Федерации Методические рекомендации / Авторы-составители: Н. Н. Васильева, Е. А. Глазунова, А. Л. Дитерихс [и др.] – Москва: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2020 – 77 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2021/09/Ekstrennaya-psihologicheskaya-pomoshh.pdf> (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.

2. Рабочая книга школьного психолога / И. В. Дубровина, М. К. Акимова, Е. М. Борисова [и др]; под ред. И. В. Дубровиной. – Москва: Просвещение, 1991 – 303