

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.	Основные характеристики.....	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи программы.....	5
1.3.	Компетенции, формирующиеся в результате освоения программы.....	5
1.4.	Содержание программы повышения квалификации.....	6
1.5.	Планируемые результаты обучения.....	11
2.	Организационно-педагогические условия.....	11
2.1.	Условия реализации программы.....	11
2.2.	Форма аттестации/контроля и оценочные материалы.....	12
3.	Список литературы.....	12
3.1.	Основная литература.....	12
3.2.	Дополнительная литература.....	14

1. Основные характеристики

1.1. Пояснительная записка

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

Цель программы: ознакомление специалистов образовательных организаций с основами экстренной психологической помощи и формирование у них профессиональных компетенций оказания такой помощи участникам образовательного процесса.

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: лекции и семинары, практические занятия, 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.

Направленность дополнительной профессиональной программы: психолого-педагогическая.

1.1.1. Актуальность программы

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.

Адресат дополнительной профессиональной программы: программа рассчитана на работников образования, психологов, педагогов. Количество группы – до 30 человек.

Объем дополнительной профессиональной программы: программа рассчитана на 72 часа.

Форма обучения дополнительной профессиональной программы: групповая.

Виды занятий дополнительной профессиональной программы:
практические занятия, которые проходят в формате лекций.

Форма подведения итогов реализации дополнительной профессиональной программы: решение кейсовой задачи, направленной на проявление знаний и умений, применяемых при оказании экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы повышения квалификации - ознакомление специалистов образовательных организаций с теоретическими основами экстренной психологической помощи и формирование у них профессиональных компетенций по оказанию экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

Задачи программы повышения квалификации:

- изучение основ оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса;
- отработка навыков оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса;
- профилактика эмоционального выгорания специалистов образовательного процесса, оказывающих экстренную психологическую помощь участникам образовательного процесса.

1.3. Компетенций, формирующихся в результате освоения программы

- знание основных принципов и методов оказания экстренной психологической помощи;
- умение распознавать признаки эмоционального стресса и кризисных состояний у участников образовательного процесса;

- способность оказывать экстренную психологическую помощь в различных ситуациях (конфликты, кризисные состояния, суицидальные мысли и т. д.);
- навыки работы с разными возрастными группами (дети, подростки, взрослые);
- способность работать в условиях стресса и эмоциональной напряжённости;
- навыки саморегуляции и профилактики эмоционального выгорания;
- умение работать в команде и взаимодействовать с другими специалистами.

1.4. Содержание дополнительной профессиональной программы

Учебный план дополнительной профессиональной программы

Дидактическая цель обучения: повышение квалификации.

Форма обучения: очная.

Срок обучения: 72 часа.

№ 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	3	2	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	Практическая 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	5	2	
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	Практическая 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	3	2	
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		Решение кейсовых задач
Итого:		72	47	25	

Содержательная цель программы: повышение социально-психологических знаний и умений в области оказания экстренной психологической помощи участников образовательного процесса.

Содержание образовательной программы:

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.

1.5. Планируемые результаты обучения

Сформированные у слушателей знания об оказании экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Условия реализации программы

Материально-техническое: Аудитория должна вмещать не менее 30 человек. С целью обеспечения интерактивных методов обучения для проведения занятий требуется флип-чарт для схематичного изображения учебного материала. Аудитория должна быть оборудована большой пластиковой домашней песочницей, сухим бассейном, креслами-мешками, мольбертом прозрачным, интерактивным столом, матами - для демонстрации работы с кризисными подростками.

Кадровое обеспечение: специалист, имеющий высшее образование из перечисленных далее направлений: психологическое, психолого-педагогическое.

Методические материалы: Презентации с представлением практических материалов. Методические материалы по оказанию экстренной психологической помощи, представленные на сайте ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо».

2.2. Форма аттестации/контроля и оценочные материалы

Итоговый контроль осуществляется в форме зачета посредством обсуждения и решение кейсовой задачи, направленных на проявление знаний и умений, применяемых в процессе оказания экстренной психологической помощи участникам образовательного процесса.

Критерии оценивания: слушатель считается аттестованным, если получил положительную оценку по зачету и текущему контролю.

Документ: удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

3. Список литературы

3.1. 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 Министерством образования и науки Российской Федерации 19 декабря 2017 г.]. – URL: <https://legalacts.ru/doc/kontseptsija-razvitija-psikhologicheskoi-sluzhby-v-sisteme-obrazovaniija-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. Офицерова, Т. А. Обеспечение психологической безопасности образовательного процесса как условие сохранения и укрепления психологического здоровья школьников / Т. А. Офицерова, 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.

3.2. 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