

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Планета Творчества»

Утверждаю

Генеральный директор
Тугушев Артур Ренатович

Приказ №П-04/150425
от «15» апреля 2025г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Кризисное психологическое консультирование»

Трудоемкость программы: 96 академических часов

Документ о квалификации: удостоверение о повышении квалификации

Форма обучения: очно-заочная, с использованием дистанционных
образовательных технологий

Москва, 2025

Содержание

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
1.1.	Нормативно-правовые основания разработки программы	3
1.2.	Требования к слушателям	3
2.	ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	3
2.1.	Цель освоения программы	3
2.2.	Описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения	3
3.	УЧЕБНЫЙ ПЛАН	6
4.	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
5.	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ	7
6.	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	8
6.1.	Материально-техническое обеспечение	8
6.2.	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	8
6.3.	Перечень литературы, необходимой для освоения программы	9
7.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ	10
8.	СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ	11

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Нормативно-правовые основы разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Минобрнауки России от 1.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 30 марта 2015 г. № АК-821/06 «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»;
- Письмо Минобрнауки России от 21 апреля 2015 г. № ВК-1015/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных профессиональных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года № 537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант».

1.2. Требования к слушателям

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются лица, достигшие 18 лет:

- специалисты с высшим образованием или средним профессиональным образованием по направлениям: психология, клиническая психология;
- специалисты, имеющие диплом о профессиональной переподготовке в сфере психологии;
- студенты старших курсов психологических специальностей (выдача удостоверения о повышении квалификации возможна только после предоставления обучающимся документа о высшем образовании);
- лица, имеющие диплом о высшем образовании или среднем профессиональном образовании и нацеленные на прохождение профессиональной переподготовки (в этом случае прохождение специализации возможно только при условии прохождения базового курса «Психологическое консультирование»).

2. ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

2.1. Цель освоения программы - формирование теоретических знаний и практических навыков в области кризисного психологического консультирования

2.2. Описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения

Наименование программы и профессионального стандарта	Формируемые и (или) совершенствуемые трудовые функции		
	Наименование трудовой функции	Код	Уровень (подуровень)
Дополнительная профессиональная программа - программа повышения квалификации «Кризисное психологическое консультирование» Профессиональный стандарт «Психолог-консультант» (приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года № 537н)	- Психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами - Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	A/01.6, A/02.6, A/03.6	6
	- Организация мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов - Контроль и мониторинг эффективности результатов психологического консультирования населения и трудовых коллективов	B/01.7 B/02.7	7

В результате освоения программы слушатель должен:

Знать:

- природу кризисов, их влияние на психологическое состояние клиента, а также ключевых концепции кризисного вмешательства и его этапы;
- различие между кризисной ситуацией, кризисным состоянием и их последствиями;
- способы профилактики профессионального выгорания и уметь применять их в своей практике.

Уметь:

- сохранять эмоциональную устойчивость и нейтральность в процессе консультирования, устанавливать профессиональные границы;
- применять общий алгоритм кризисного вмешательства, основываясь на ключевых принципах работы с клиентами в кризисе;
- проводить психологическую диагностику состояния клиента: различать кризисное состояние и его последствия, распознавать симптомы острого травматического стресса, суицидальные намерения и негативные последствия стресса;
- распознавать симптомы острого травматического стресса и оказывать немедленную помощь для стабилизации состояния клиента;
- распознавать признаки суицидальных намерений и применять алгоритмы работы с клиентами в суицидальном кризисе;
- выявлять и активировать внутренние и внешние ресурсы клиента для преодоления кризисных ситуаций;
- оценивать свою собственную стрессоустойчивость и знать возможные негативные последствия травматического стресса;
- распознавать проявления негативных последствий травматического стресса по их симптоматике, различая норму и патологию в конкретных случаях;
- использовать психодиагностические инструменты для оценки психического состояния клиента, включая наблюдение, интервью, тесты и опросники;
- знать основания для направления клиента к врачу-психиатру, учитывая проявления негативных последствий стресса;
- применять полученные знания для решения практических задач в кризисных ситуациях.

Владеть:

- техниками поддержки при работе с утратой, зная стадии нормальной работы горя и отличая их от патологического горя;
- навыками сохранять эмоциональную устойчивость, соблюдать профессиональные границы, поддерживать нейтральность и стабильность в процессе консультирования в реальных условиях, используя как индивидуальные, так и групповые подходы;
- техниками работы с тревогой, расстройством адаптации, ПТСР и техниками самопомощи.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программы повышения квалификации «Кризисное психологическое консультирование»

№ пп	Наименование разделов	Всего, ак. час.	Всего аудито рные, ак. час	В том числе		Самостоят ельная работа, ак.час	Форма контроля	ПА*/ конс ульта ции
				Лекции, ак.час	Практически е занятия, ак.час			
«Кризисное психологическое консультирование»								
1	Краткосрочное кризисное консультирова ние: экстренная психологическ ая помощь в кризисных ситуациях и состояниях	52,5	34,5	10,5	24	16	Тест	2
2	Психологическ ая помощь при негативных последствиях травматическо го стресса	43,5	30,5	6,5	24	12	Тест	1
ИТОГО:		96	65	17	48	28		3

**ПА – промежуточная аттестация. Промежуточная аттестация осуществляется в форме тестирования. Консультации предоставляются через форму обратной связи на учебной платформе.*

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график определяет продолжительность обучения, последовательность обучения, текущего контроля и итоговой аттестации.

Номер раздела	Номер месяца				
	1	2	3	4	Итого, час
1. Краткосрочное кризисное консультирование: экстренная психологическая помощь в кризисных ситуациях и состояниях	25	27,5			52,5
2. Психологическая помощь при негативных последствиях травматического стресса			21,5	22	43,5
Всего часов аудиторной работы	17	17,5	15,5	15	65
Всего часов самостоятельной работы	8	8	6	6	28
Консультации и промежуточные аттестации		2		1	3
Всего, час	25	27,5	21,5	22	96

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

Тематический план учебных занятий:

Тематический план учебных занятий:

Краткосрочное кризисное консультирование: экстренная психологическая помощь в кризисных ситуациях и состояниях

- Основные понятия: кризис, кризисная ситуация, кризисное состояние
- Адаптивная позиция психолога для кризисного консультирования
- Общий алгоритм кризисного консультирования, основные принципы
- Острый травматический стресс
- Кризис потери, нормальная работа горя, патологическое горе
- Болезнь, умирание, смерть и другие экзистенциальные кризисы
- Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования
- Ресурсы в кризисном консультировании

Психологическая помощь при негативных последствиях травматического стресса:

- Принципы и особенности работы психолога с негативными последствиями травматического стресса
- Норма и патология негативных последствий травматического стресса
- Психодиагностика негативных последствий травматического стресса
- Расстройство адаптации
- Посттравматическое стрессовое расстройство
- Психогигиена, техники самопомощи
- Супервизия
- Супервизия

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

6.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий и предполагает как самостоятельное изучение материалов, размещенных в личном кабинете обучающегося, так и очный и онлайн контакт с преподавателем посредством очных занятий, онлайн вебинаров и онлайн консультаций, доступ к которым осуществляется по ссылкам, размещенным в личном кабинете обучающегося по адресу: <https://lk.talentsy.ru/>.

Для успешного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий обучающимся рекомендуется соблюдать определенные требования к программному обеспечению персонального компьютера:

- подключение к сети Интернет со скоростью минимально 3 Мбит/с, доступ к сети по протоколам HTTP;
- на компьютере также должен быть установлен комплект соответствующего программного обеспечения (ОС не ниже Windows 7).

Также необходимо наличие динамиков (наушников).

Для просмотра образовательных ресурсов и участия в вебинарах необходимо входить в личный кабинет на портале через:

- Компьютер, необходима версия браузера: Internet Explorer 9 или выше; Mozilla Firefox 45 или выше; Google Chrome 48 или выше; Microsoft Edge;
- Телефон, версия: iOS 9. x или выше (для iPad и iPhone); Android 4.4 или выше;
- сервис видеовебинаров Zoom (<https://zoom.us>);
- мессенджер Telegram (<https://telegram.org>).

6.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная программа обеспечена учебно-методическими материалами посредством:

- учебно-методических разработок в электронной форме, размещенных в личных кабинетах слушателей по адресу <https://lk.talentsy.ru/> в том числе видеолекции, текстовые материалы, контрольно-измерительные материалы, методические указания;
- системы дистанционного обучения <https://lk.talentsy.ru/>;
- наличием обратной связи с преподавателем через раздел в личном кабинете «Сообщения» и онлайн-консультациями.

Слушатели образовательной программы могут использовать дополнительные Интернет-ресурсы, такие как:

рекомендованные Интернет-ресурсы:

- Российское образование. Федеральный портал- <http://www.edu.ru>
- Федеральный институт педагогических измерений <http://www.fipi.ru>
- Справочно-правовая система "Гарант" <https://www.garant.ru/>
- Справочно-правовая система "КонсультантПлюс" <http://www.consultant.ru/>

электронные библиотеки:

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

- Научная электронная библиотека eLIBRARY <https://elibrary.ru>,
- Российская государственная библиотека <https://www.rsl.ru>
- Российская национальная библиотека <http://nlr.ru>.

Для использования Интернет-ресурсов информационно-библиотечного комплекса необходима предварительная регистрация обучающегося. Рекомендованная образовательной программой литература доступна к изучению в свободном бесплатном доступе после регистрации на сайте электронной библиотеки. Ссылки для доступа в электронные библиотеки размещаются в личном кабинете обучающегося в СДО.

6.3. Перечень литературы, необходимой для освоения программы

1. Вамик Волкан Жизнь после утраты: психология горевания Москва: Когито-Центр, 2019.— 160 с.
2. Варфоломеева Е.И., Кондратьева И.А., Стратий О.Л. Дистанционное консультирование людей, переживающих различные кризисные ситуации, Питер 2023
3. Василюк Ф. Пережить горе // Альтер Эго. Психологический журнал. — 1991. — № 2. — С. 5–10.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
5. Гнездилов А. В. Психология и психотерапия потерь. — СПб.: Речь, 2007.
6. Зотов М. В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. — СПб.: Речь, 2006.
7. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М., Наука, 1983
8. Линдемани Э. Клиника острого горя // Психология эмоций / под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд-во Московского университета, 1984.
9. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. — М.: Эксмо, 2010.
10. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями. — М.: Смысл, 2010.
11. Пономарева И. М. Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие. — СПб.: СПбГИПСР, 2014. — 197 с
12. Пыжьянова Л. Г. Разделяя боль. Опыт психолога МЧС
13. Старшенбаум Г. В. Суицидология и кризисная психотерапия. — М.: Когито-центр, 2005.
14. Тарабрина, Н.В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика : монография / Н.В. Тарабрина ; ред. А.Л. Журавлев. – Москва : Институт психологии РАН, 2009. – 305 с.
15. Франкл В. Человек в поисках смысла. — М.: Прогресс, 1990
16. Шапарь В. Б. Психология кризисных ситуаций. — Ростов-на-Дону, 2008. 69. Шефов С. А. Психология горя. — СПб.: Речь, 2007
17. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. Учебник для вузов, Питер 2019
18. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М., НФ «Класс», 2000.

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Текущий контроль успеваемости – практикоориентированные задания и тестирования внутри каждого модуля, промежуточная аттестация – итоговое тестирование в конце каждого модуля, итоговая аттестация — засчитывается по результатам промежуточной аттестации по всем модулям программы и текущего контроля.

Оценочные материалы: тесты, практикоориентированные задания. Максимальная оценка – 100 баллов (соответствует 100% правильности выполнения задания), из нее высчитываются доли:

- от 0 до 69 баллов – «незачет»
- от 70 до 100 баллов – «зачет».

Пример тестовых заданий:

Какие действия следует предпринять при агрессивной реакции?

- a) Игнорировать человека, пока он не успокоится
- +b) Говорить с человеком уверенно и спокойно, постепенно снижая темп и громкость речи
- c) Спорить с ним, чтобы доказать свою правоту
- d) Удерживать его физически, чтобы предотвратить агрессию

Какой тест помогает оценить уровень напряженности и тревожности у клиента?

- a) Тест Коухена
- b) Тест Занга
- +c) Тест Литвинцева
- d) Тест Цунга

Пример практикоориентированного задания

Определите ошибки при кризисном консультировании

Кейс 1. Клиентка Татьяна, 38 лет. Пришла к психологу за консультацией по поводу утраты мужа. При первых же вопросах Татьяна начала плакать, с трудом выговаривала слова. Психолог сказала ей успокоиться, иначе разговора не выйдет. Татьяна взяла себя в руки и продолжила разговор с психологом.

Определите стадию и фазу суицидального поведения по высказываниям клиента:

Клиент Елизавета — «Моя жизнь стала невыносимой, я начинаю всех вокруг ненавидеть!»

Клиент Виктория — «Я мечтаю заснуть и не проснуться, поскорее бы это все со мной закончилось»

Клиент Борис — «Я не могу больше жить, я хочу со всем этим навсегда покончить. Лучше

умереть быстро, у меня есть таблетки, которые, если принять в большом количестве точно меня убьют. Их надо выпить».

8. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

Мария Токарева - эксперт, автор модуля «Краткосрочное кризисное консультирование: экстренная психологическая помощь в кризисных ситуациях и состояниях». Клинический психолог, магистр по направлению Психология, имеет многолетний опыт работы в ЦЭПП МЧС России, а также во взрослом хосписе.

Валентин Брунов - эксперт, автор модуля «Психологическая помощь при негативных последствиях травматического стресса». Медицинский психолог, нейропсихолог, член ОППЛ.

Мария Александрова - методист курса, врач-кардиолог. Высшее медицинское образование, опыт работы в отделении острого коронарного синдрома, врач ковидной бригады во время пандемии.