

## **Психологическая помощь при ОСР\*, ПТСР\* и кризисных состояниях. Комплексный подход.**

**Вид образования:** дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

**Цель:** совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

**Категория слушателей:** специалисты со средним и высшим профессиональным образованием.

**Форма обучения:** очная, дневная.

**В результате обучения** участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные **компетенции:**

- получить представление о специфике оказания психологической помощи в чрезвычайных ситуациях;
- познакомиться с эффективными методами работы с кризисными состояниями, острым стрессом и посттравматическими стрессовыми расстройствами;
- перенять опыт их использования в кризисном консультировании;
- познакомиться с методами профилактики профессионального «выгорания» специалистов, оказывающих кризисную помощь;
- участвуя в психологическом дебрифинге, убедиться на собственном опыте в их эффективности;
- использовать полученные знания и навыки в своей профессиональной деятельности.

### **Учебно-тематический план:**

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
<b>Психологическая помощь при ОСР*, ПТСР* и кризисных состояниях. Комплексный подход.</b>	96	32	64	Супервизия

### **Календарный учебный график:**

объем ОП (кол-во ак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
96	12	дд.мм.гг начала	<b>1 день</b> 11:00 – 12:30	8	48	2	дд.мм.гг, супервизия

		программы – дд.мм.гг окончания программы	12:40 – 14:10 обед 14:10 – 14:50 14:50 – 16:20 16:30 – 18:00				
			<b>2 день</b> 10:00 – 11:30 11:40 – 13:10 обед 13:10 - 13:50 13:50 – 15:20 15:30 – 17:00				

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

### Учебная программа:

#### І ступень.

- Теория посттравматического стресса:
  - острые стрессовые расстройства (ОСР);
  - посттравматические стрессовые расстройства (ПТСР);
  - кризисные состояния.
- Телесно-ориентированный подход в работе с кризисными состояниями и психологическими травмами
  - основы телесно-ориентированного подхода;
  - понятие и задачи кризисной интервенции;
  - методы саморегуляции;
  - экзистенциальная телесно-ориентированная терапия травмы Джона Ингла;
  - метод титрования Эдварда Джозефа и Линн Зеттл;
  - методы процессуальной психотерапии Арнольда Минделла.
- Техники NLP как методы кризисной интервенции
  - основы нейролингвистического программирования (NLP);
  - проработка травмы в визуальной модальности;
  - проработка травмы в аудиальной модальности;
  - визуально-кинестетическая диссоциация.
- Метод глазодвигательной десенсибилизации и проработки травмы при помощи движений глаз Ф. Шапиро.

#### ІІ ступень.

- Модель психологического обеспечения в экстремальной ситуации
  - Понятие экстремальной ситуации.
  - Классификация экстремальных ситуаций.
  - Этапы психической адаптации и дезадаптации в экстремальной ситуации.
  - Психогении в экстремальных ситуациях.
  - Группы пострадавших в экстремальной ситуации.
- Личность профессионала в экстремальной ситуации
  - Понятие психологической устойчивости личности.

- Личная безопасность профессионала в экстремальной ситуации.
- Экология работы. Контрперенос и вторичная травма.
- Организация самопомощи и взаимопомощи.
- Работа с горем и потерей
  - Острое горе.
  - Патологическое горе.
  - Этапы горевания.
  - Задачи и приемы работы на каждом этапе.
- Смерть и умирание
  - Основы танатологии.
  - Танатос и жизненный сценарий.
  - Стадии смерти и умирания.
  - Сопровождение умирания.
  - Метод «Терапевтическая метафора».
  - Тренинг отношения к смерти.
- Психологический дебрифинг с участниками семинара (отреагирование семинара, снижение стресса, профилактика посттравматизма).

**Формы работы:** мини-лекции, терапевтические сессии, отработка практических навыков, супервизия.