

Министерство социального развития, опеки и попечительства Иркутской области  
Областное государственное бюджетное учреждение  
«Региональный ресурсный многопрофильный центр «РОСТ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор областного государственного  
бюджетного учреждения «Региональный  
ресурсный многопрофильный центр «РОСТ»

\_\_\_\_\_ С.А. Клецкина

«22» марта 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Психологическая травма: как ее пережить, осознать и проработать»**

Иркутск, 2024

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации  
**«Психологическая травма: как ее пережить, осознать и проработать»**, рассмотрена  
на заседании Учебно-методического совета ОГБУ «Центр «РОСТ» «21» марта 2024 г.,  
протокол № .....

**Разработчики программы:**

1. Примоченко Нина Леонидовна, практикующий психолог, преподаватель ОГБУ «Центр «РОСТ».
2. Рудь Денис Владимирович, практикующий психолог, преподаватель ОГБУ «Центр «РОСТ».

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

### Нормативно-правовые основания разработки программы

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Профессиональный стандарт «Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере», утверждённый приказом Министерства труда Российской Федерации от 18.06.2020 г. № 352н.
- Профессиональный стандарт "Психолог в социальной сфере", утверждённый приказом Минтруда и социальной защиты Российской Федерации от 18.11.2013 № 582н.
- Устав областного государственного бюджетного учреждения «Региональный ресурсный многопрофильный центр «РОСТ»;

### 1. Цели и порядок реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

#### 1.1. Область применения программы

Дополнительная профессиональная программа повышения *«Психологическая травма: как ее пережить, осознать и проработать»*, для лиц, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, получающих среднее профессиональное или высшее образование.

**1.2. Цель дополнительной профессиональной программы повышения квалификации:** обеспечить теоретическую и практическую готовность специалистов – психологов, к реализации компетенции, необходимой для осуществления деятельности в области работы с людьми, получившими психологическую травму.

Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации и отдельных ее структурных компонентов (модулей) направлено на достижение целей повышения квалификации и планируемых результатов.

Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации учитывает профессиональные стандарты, квалификационные требования, указанные в квалификационных справочниках по соответствующим должностям психологов в различных сферах деятельности

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации построена на модульном принципе представления содержания.

Для реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации предусмотрена очная форма обучения с применением дистанционных образовательных технологий.

Срок освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации в полном объеме составляет 16 академических часов.

Образовательная деятельность слушателей по освоению содержания дополнительной профессиональной программы повышения квалификации представлена следующими видами учебных занятий: лекция, практическое и семинарское занятие, круглый стол и др.

Освоение дополнительной профессиональной программы повышения квалификации заканчивается итоговой аттестацией слушателей. Итоговая аттестация – зачёт, проводится в форме круглого стола, либо онлайн -дискуссии «Вопрос-ответ».

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную программу повышения квалификации и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию, а также лицам, освоившим часть дополнительной профессиональной программы повышения квалификации и отчисленным из учебно-методического центра, выдается справка об обучении или периоде обучения по установленному образцу.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации содержит следующие структурные компоненты: описание цели, планируемые результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации, учебный план, календарный учебный график, рабочие программы модулей, описание организационно-педагогических условий, формы аттестации и иные методические материалы.

## **2. Планируемые результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**

В результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации слушатель должен **знать**:

- что собой представляет психологическая травма и основания для её появления;
- специфику работы психолога с людьми, получившими психологическую травму;
- специфику работы с семьей участников СВО;
- основы экстренной психологической помощи;
- принципы организации профессионального сопровождения семей;
- основания возникновения межличностных конфликтов среди детей и способы их устранения;
- инфраструктуру помощи и поддержки семей, услуги, предоставляемые семьям различными организациями;

### **уметь:**

- устранять посттравматические стрессовые расстройства.
- устанавливать контакты с семьями, возвращаемых из зон боевых действий;
- оценивать риски, ресурсы, потенциал и возможности реабилитации детьми;
- находить и подбирать эффективные технологии помощи взрослым и детям;
- проводить социальную диагностику взрослых и детей;
- оформлять документы, необходимые для оказания разных видов помощи взрослым и детям;
- оказывать психологическую помощь, психологическую поддержку и осуществлять профилактическую работу.

### **владеть:**

- навыками оказания психологической помощи, связанной с переживанием, осознанием и переработкой психологической травмы.

В результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации качественно изменятся профессиональные компетенции в рамках имеющейся квалификации, включающие в себя способность: быть готовым к оказанию психологической помощи и услуг нуждающимся, в социальной адаптации.

## **Содержание программы**

### **3. Учебный план**

**Количество часов:** 16

**Форма обучения:** очная, с применением дистанционных образовательных технологий

№	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	Виды учебных занятий		Форма контроля
			лекции	практические занятия	
<b>1</b>	<b>Тема 1.</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	

	<b>Психологическая травмы, её сущность и особенности</b>				
<b>2</b>	<b>Тема 2. Работа с психологической травмой</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	
<b>3</b>	<b>Итоговая аттестация:</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	<b>Зачёт</b>
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	

#### Учебно-тематический план

№	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Всего часов	Виды учебных занятий		Форма контроля
			лекции	практические занятия	
<b>1</b>	<b>Модуль I Психологическая травма, её сущность и особенности</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	
1.1	Понятие психологической травмы.	3	2	1	
1.2.	Механизм возникновения психологической травмы.	2	2		
1.3	Классификация травм.	3	2	1	
<b>2</b>	<b>Модуль II. Работа с психологической травмой</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	
2.1.	Современные подходы к работе с травмой	1	1		
2.2	Стратегии работы с психологической травмой.	3	2	1	
2.3.	Профилактика вторичной травмы у специалистов	3	2	1	
<b>3</b>	<b>Итоговая аттестация:</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	<b>Зачёт</b>
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	

#### 4. Календарный учебный график

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации объемом в 16 академических часов может быть освоена в течение 2 дней (по 8 часов в день).

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации реализуется в соответствии с планом-графиком образовательных услуг областного государственного бюджетного учреждения «Региональный ресурсный многопрофильный центр «РОСТ» на соответствующий учебный год.

#### 5. Содержание программы

##### Модуль 1. Психологическая травма, её сущность и особенности

##### Тема 1.1. Понятие психологической травмы.

Что такое травма? Подходы к определению понятия «психологическая травма». Психологическая травма — эмоциональное потрясение, зачастую с отсроченными последствиями, наносящее вред психическому здоровью, разрушающее нервную систему.

Психотравма в современных научных исследованиях. Зигмунд Фрейд. в 1905 г. ввел это понятие в медицинскую практику. Основания для появления психотравмы. Факторы возникновения психотравмы: травмирующее событие возникло неожиданно,

пострадавший не был к нему подготовлен, он не мог предотвратить событие по своей воле.

Симптомы психологической травмы. Этапы формирования психологической травмы.

### **Тема 1.2. Механизм возникновения психологической травмы.**

Психологическая травма – это то с чем не справляются защитные механизмы. Психологическая травма является специфическим повреждением нервной системы, которое возникает в результате сильного стресса. Психологические основания травмы.

Механизмы психологической защиты Я. Механизм образования психической травмы. Факторы, предшествующие травме. Посттравматическое стрессовое расстройство. Симптомы ПТСР.

### **Тема 1.3. Классификация травм.**

Виды травм: экзистенциальная травма, травма отношений, травма системных отношений, травма потери. Классификация травм.

Травмы потери: характеристики, основания для проявления, особенности. Травма потери как основа процесса горевания.

. Шоковая травма. Психологические признаки шоковой травмы. Шоковая травма как основание для выживания.

## **Модуль II. Работа с психологической травмой**

### **Тема 2.1. Современные подходы к работе с травмой**

Психотравма – когнитивная и физическая защитная реакция, которая спасает и помогает выжить.

Посттравматическое стрессовое расстройство. Основные клинические проявления. Главные симптомы. Как исправить психологическую травму. Комплексное посттравматическое стрессовое расстройство. Симптомы ПТСР у детей.

Как исправить психологическую травму. Этапы совладания с травмой.

### **Тема 2.2. Стратегии работы с психологической травмой.**

Модель восстановления после травмы. Компоненты для работы: безопасность и навыки саморегуляции.

Структура саморегуляции, характеристики её составляющих. Правила безопасности. Общая модель оказания помощи. Важные профессиональные задачи.

Модули работы с травматическим опытом. Ошибки специалиста.

### **Тема 2.3. Профилактика вторичной травмы у специалистов.**

Профессиональная травма и её процессы. Понятие вторичной травмы и её проявления. Признаки и симптомы вторичной травмы. Факторы, влияющие на вторичную травматизацию.

Основные подходы в работе с вторичной травмой: забота о себе, снижение уровня стресса. Механизмы работы с вторичной травмой. Лечение психологических травм — задача психолога или психотерапевта. Этапы работы с травмированной личностью.

Профилактическая работа.

## **6. Организационно-педагогические условия**

### **6.1. Требования к кадровому обеспечению учебного процесса.**

Право на занятие педагогической деятельностью имеют лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

### **6.2. Требования к минимальному техническому обеспечению.**

Реализация программы повышения квалификации требует наличия учебного кабинета для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оборудование учебного кабинета укомплектовано специализированной мебелью: учебными столами (парты), рабочим столом для компьютера и техническими средствами обучения, мультимедийным оборудованием с колонками для звукового сопровождения.

Для реализации программы повышения квалификации в очной форме требуются технические средства обучения: персональный компьютер (ноутбук) с лицензионным программным обеспечением, возможность вебинарных занятий с использованием программы для ЭВМ Mirapolis Virtual Room.

### **6.3. Информационное обеспечение обучения**

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### ***Основные источники:***

1. Сборник лучших практик поддержки детей и семей с детьми, находящихся в трудной жизненной ситуации «Практики, меняющие мир детства!». — М.: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, — М. Издательство «Перо», 2020 — 96 с.
2. Успешная социализация детей: система профилактики социально-негативных проявлений: методические рекомендации. – Иркутск: Изд-во Учебно-методического центра, - 2018. – 136 с.
3. Мищенко, Л. В. Психическая травма: практ. пособие / Л. В. Мищенко. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 156 с.
4. Крылова Т.А., Струкова М.Л. Социально-педагогические технологии в работе с детьми и семьями группы риска (учебно-методическое пособие). - Москва: НИИ школьных технологий, 2010 – 184 с.
5. Дарвиш, О.Б. Возрастная психология. Учеб. пособие для высш. учеб. заведений / Под ред. В.Е. Ключко. Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 264 с.
6. Козлов, В.В. Психология кризиса / В.В. Козлов. - М.: Изд-во Института консультирования и системных решений, 2014. - 528 с.
7. Калюжный, А.С. Психология межличностного общения: Учеб. пос. / А.С. Калюжный. - Н.Новгород: НГТУ, 2004. - 32 с.
8. Биктина, Н.Н. Практикум по психологии посттравматического стресса: учебное пособие / Н.Н. Биктина; Оренбургский государственный университет. - Оренбург: ФГ БОУ ВПО ОГУ, 2011 – 166 с.

##### ***Дополнительные источники:***

1. Чепракова Е.А. Разработка коррекционно-развивающих программ. - //Справочник педагога-психолога. Школа. – 2012, № 4
2. Гришина, Н. В. Психология конфликта. [Текст] / Н.В. Гришина. — 2-е изд.- СПб.: Питер, 2008. — 544 с.
3. Шнейдер Л.Б. Семейная психология – М.: Академия, 2008 – 512 с.
4. Шульга Т.И. Работа с неблагополучной семьей. – М.: Дрофа, 2008.- 243 с
5. Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. —М. Изд-во Института Психотерапии, 2003. — 302 с.
6. Бегоян, А.Н. Анатомия психотравмы: боль, болезнь и исцеление // Психотерапия. — 2013. — № 5 (125). — С. 59—62.

##### ***Интернет источники:***

1. Особенности оказания помощи семьям, находящимся в социально-опасном положении // «Социологические науки»/ Исаева И.И.  
<https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-okazaniya-pomoschi-semyam-nahodyaschimsya-v-trudnoy-zhiznennoy-situatsii-i-sotsialno-opasnom-polozhenii>
2. Олиференко Л.Я., Шульга Т. И., Дементьева И. Ф. «Социально-педагогическая поддержка детей группы риска» — Социальная педагогика [http://kz-ru.academia-moscow.ru/ftp\\_share/books/fragments/fragment\\_19747.pdf](http://kz-ru.academia-moscow.ru/ftp_share/books/fragments/fragment_19747.pdf)

3. Холостова, Е. И. Социальная работа с семьей: учебное пособие / Е. И. Холостова. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Дашков и К, 244 с. - ISBN 978-5-394-02004-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/414942>
4. Энциклопедия социальных практик поддержки семьи и детства в Российской Федерации / под ред. Е. И. Холостовой, Г. И. Климантовой. - 4-е изд. - Москва : Дашков и К, 2018. - 752 с. - ISBN 978-5-394-02958-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/513854>
5. Решение конфликтов [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www/gigglepotz.com/reace.h>

## **7. Итоговая аттестация**

Освоение дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Психологическая травма: как её пережить, осознать и переработать» завершается итоговой аттестацией слушателей.

Итоговая аттестация слушателей по программе повышения квалификации является обязательной и осуществляется в виде зачета.

Зачет позволяет выявить и оценить теоретическую подготовку слушателей к решению профессиональных задач, готовность к основным видам профессиональной деятельности и включает проверку знаний и умений в соответствии с содержанием программы.

Итоговая аттестация – зачёт, проводится в форме круглого стола, либо онлайн - дискуссии «Вопрос-ответ».

### ***Вопросы для обсуждения на круглом столе:***

1. Понятие и особенности психологической травмы.
2. Классификация травм, их характеристика.
3. Механизмы возникновения психологической травмы.
4. Современные подходы к работе с травмой и их особенности.
5. Стратегии работы с психологической травмой и их разновидности.
6. Особенности профилактики работы с травмой.

## **8. Оценочные материалы**

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах их формирования являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплинам;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплин.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

Значение оценки определяется в процентах, которые затем переводится в оценку освоения слушателем содержания программы повышения квалификации по системе: «зачтено», «не зачтено».

Шкала оценок выполнения критериев и показателей оценивания компетенций	Значение оценки в %	Оценка освоения слушателем содержания программы
Полное соответствие	Получено от 75 до 100% правильных ответов	Зачтено

Частичное соответствие	Получено от 50 до 75% правильных ответов	Зачтено
Несоответствие	Получено менее 50% правильных ответов	Не зачтено