

Государственное бюджетное учреждение культуры
«Самарская областная универсальная научная библиотека»

Образовательный центр

443096, Самарская обл., г. Самара, ул. Мичурина, д.58, к. 66.

Лицензия № 7559, выдана Министерством образования и науки Самарской области «29» декабря 2020 года

УТВЕРЖДЕНО

приказом

Государственного бюджетного учреждения
культуры «Самарская областная
универсальная научная библиотека»

от «27» января 2025 г. № 9

ПРОГРАММА

**дополнительного профессионального образования
повышения квалификации**

«Психологическая помощь в трудных ситуациях»

Составитель (разработчик):

Кленина Ольга Владимировна

Педагог-психолог

г.Самара

2025 г.



Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Общая характеристика программы.....	3
1.2. Нормативные документы для разработки программы.....	3
1.3. Цель реализации программы.....	3
1.4. Планируемые результаты освоения программы.....	3
1.5. Трудоемкость и срок освоения программы.....	3
1.6. Форма обучения.....	4
1.7. Режим занятий.....	4
1.8. Категория слушателей и требования к уровню их подготовки.....	4
2. Содержание программы дополнительного профессионального образования «Психологическая помощь в трудных ситуациях».....	5
2.1. Учебно-тематический план.....	5
2.2. Рабочая программа дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Психологическая помощь в трудных ситуациях».....	6
3. Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации программы.....	7
3.1. Календарный учебный график программы дополнительного профессионального образования повышения квалификации «Психологическая помощь в трудных ситуациях».....	7
3.2. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	8
3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.....	8
3.4. Кадровое обеспечение реализации программы.....	8
3.5. Материально-техническое обеспечение реализации программы.....	8
3.6. Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы.....	9
3.7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	9
3.8. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	10
3.9. Фонды оценочных средств.....	11
3.10. Учебно-методические материалы.....	11
4. Информационное обеспечение обучения.....	12
4.1. Перечень нормативной документации.....	12
4.2. Перечень используемых учебных изданий.....	12
4.3. Перечень дополнительной литературы.....	12



1. Пояснительная записка

1.1. Общая характеристика программы

Настоящая программа предназначена для повышения квалификации руководителей и специалистов организаций, а также слушателей, заинтересованных в более глубоких знаниях психологической помощи в трудных жизненных ситуациях.

Содержание программы повышения квалификации разработано с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.

Актуальность дополнительной образовательной программы повышения квалификации «Психологическая помощь в трудных ситуациях» обусловлена изменениями социально-экономических условий. Работа современного специалиста предполагает постоянные контакты типа «человек-человек». Специалист должен обладать навыками психологической помощи в различных ситуациях и техниками самопомощи.

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную программу повышения квалификации и прошедшим итоговую аттестацию выдается удостоверение о повышении квалификации, установленного образца. При освоении программы одновременно с получением высшего профессионального или среднего профессионального образования удостоверение о повышении квалификации выдается после получения соответствующего документа о профессиональном образовании.

1.2. Нормативные документы для разработки программы

Настоящая программа разработана в соответствии со следующими нормативно правовыми актами:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.12.199 г. № 78-ФЗ «О библиотечном деле»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

1.3. Цель реализации программы

Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации является осуществление образовательной деятельности направленной на совершенствование (качественное изменение) профессиональных компетенций в психологической помощи в трудных ситуациях.

Задачей реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации является совершенствование следующих общепрофессиональных и (или) общих (общекультурных) компетенции:

- способность анализировать различные трудные ситуации;
- способность оказывать, прежде всего, самопомощь и поддержку коллегам и близким людям, попавшим в трудную ситуацию;

1.4. Планируемые результаты освоения программы

В результате успешного освоения программы слушатель должен преобрести следующие знания и умения, необходимые для совершенствования (качественного изменения) и (или) получения профессиональных компетенций, указанных в п.1.3:

Слушатель должен знать:

- основные понятия стрессы, дистрессы, стрессоустойчивость, конфликт, психотравма, тревожные состояния, тревожные расстройства, панические атаки;
- методики формирования стрессоустойчивости;
- основные виды тревожных состояний;



- иметь представление о панических атаках;
- иметь представление о психотравме;
- иметь представление о внутриличностном конфликте;
- основы межличностного взаимодействия и его виды;
- основные виды стратегий поведения.

Слушатель должен уметь:

- применять методики, направленные на развитие стрессоустойчивости;
- применять методики, направленные на снижение высокого уровня тревожности;
- применять методы самопомощи при панических атаках;
- применять методы помощи при психотравме;
- применять методы самопомощи при внутриличностном конфликте;
- применять конструктивные стратегии поведения в конфликте.

Слушатель должен владеть:

- коммуникативными технологиями воздействия;
- методикой выстраивания межличностного общения;
- навыками межличностного взаимодействия в различных трудных жизненных ситуациях;
- методами саморегуляции и самопомощи в трудных ситуациях.

Метапрофессиональные качества, которые планируется сформировать в рамках дополнительной профессиональной программы:

- способность использовать полученные знания в своей профессиональной деятельности;
- способность прогнозирования результатов межличностных взаимодействий в стрессовых ситуациях;
- способность анализировать различные трудные ситуации;
- способность оказывать, прежде всего, самопомощь и поддержку коллегам и близким людям, попавшим в трудную ситуацию.

1.5. Трудоемкость и срок освоения программы

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе – 36 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Из них: 21 час на изучение теоретического материала, 15 часов на выполнение практических занятий и самоподготовку. Количество часов, отводимое на изучение отдельных дисциплин (модулей), последовательность их изучения в случае необходимости разрешается изменять при условии, что программа будет выполнена полностью.

Нормативный срок освоения программы 7 дней. Срок освоения может определяться договором (контрактом) на оказание образовательных услуг

1.6. Форма обучения

Программа реализуется в заочной форме обучения с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, без отрыва от работы или с частичным отрывом от работы.

1.7. Режим занятий

При любой форме обучения учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

1.8. Категория слушателей и требования к уровню их подготовки

Программа ориентирована на руководителей и специалистов. К освоению программы допускаются лица, имеющие высшее профессиональное или среднее профессиональное образование, получающие высшее профессиональное или среднее профессиональное образование без предъявления требований к стажу работы.

2. Содержание программы дополнительного профессионального образования



«Психологическая помощь в трудных ситуациях»

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Всего часов	В том числе			Формы контроля
			Аудиторные занятия	Практи- ческие занятия	Самопод- готовка	
1.	Раздел 1 Коррекция эмоциональной сферы	6	3		3	тест
1.1.	Стрессы, дистрессы	4	2		2	
1.2.	Стрессоустойчивость	2	1		1	
2.	Раздел 2 Тревожные состояния, панические атаки	6	4		2	тест
2.1.	Тревога и тревожные состояния	3	2		1	
2.2.	Панические атаки, методы самопомощи	3	2		1	
3.	Раздел 3. Работа с психотравмой	6	4		2	тест
3.1.	Психотравма. Методы помощи при психотравме	6	4		2	
4.	Раздел 4 Помощь в разрешении внутриличностных конфликтов	5	3		2	тест
4.1.	Внутриличностный конфликт. Помощь в его разрешении	5	3		2	
5.	Раздел 5. Преодоление проблем в межличностном взаимодействии	5	3		2	тест
5.1.	Межличностное взаимодействие, и способы преодоления проблем связанных с межличностным взаимодействием	5	3		2	
6.	Раздел 6. Выработка конструктивных стратегий поведения	7	4	1	2	тест
6.1	Стратегии поведения в конфликте.	3	2		1	
6.2.	Конструктивные стратегии поведения	4	2	1	1	
	Итоговая аттестация	1			1	тест
	Итого:	36	21	1	14	