

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ  
И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КАДРОВ»  
(АНО ДПО «ЦАППК»)**

---

ИНН/КПП 7813664723/781301001, ОГРН 1227800096226,  
Юридический адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, вн.тер.г. Муниципальный округ Аптекарский  
остров, ул. Ординарная, д. 21, литера А, пом. 6-Н, 7-Н, оф. 4А, раб. место № 4

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Практические навыки работы с кризисными состояниями»**

**Общая трудоемкость**  
78 академических часов

**Форма обучения**  
Заочная

Санкт-Петербург

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

## 1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

## 1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

**Цель:** совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи отдельным лицам в рамках имеющейся квалификации.

В процессе освоения программы обучающийся:

совершенствует следующие общепрофессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология:

**ОПК-4** Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

получает следующие профессиональные компетенции в соответствии с профессиональным стандартом «Психолог-консультант»:

**ПК 1.1** Способность к проведению мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс.

### Планируемые результаты обучения по программе:

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): 1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.		
Практический опыт	Умения	Знания
<b>ПК 1.1</b> Способность к проведению мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс		
Оказание консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс	<ul style="list-style-type: none"><li>• характеризовать особенности кризиса в жизни клиента;</li><li>• анализировать сущность персонального экзистенциального анализа и проективной методики «Человек под дождём»;</li><li>• оценивать психологию травмы и ПТСР, особенности диагностики и исследования ресурсов по модели BASIC Ph;</li><li>• помогать клиентам с соматическими заболеваниями;</li><li>• применять техники работы с темой смерти;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• особенности кризиса в жизни клиента;</li><li>• сущность персонального экзистенциального анализа и проективной методики «Человек под дождём»;</li><li>• психологию травмы и ПТСР, особенности диагностики и исследования ресурсов по модели BASIC Ph;</li><li>• основы помощи клиентам с соматическими заболеваниями;</li><li>• способы работы с темой смерти;</li><li>• способы помощи каждому</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• определять способы помощи каждому члену семьи в ситуации развода и создания нового образа семьи</li> </ul>	члену семьи в ситуации развода и создания нового образа семьи
--	---	---

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	А/03.6	Оказание консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс

### 1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

### 1.4. Форма обучения: заочная.

### 1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 78 часов.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З) <sup>1</sup>
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
1	Кризис в жизни клиента. Персональный экзистенциальный анализ. Проективная методика «Человек под дождём»	15	3	1	11	3

<sup>1</sup> ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

2	Психология травмы и ПТСР. Диагностика и способы восстановления непрерывности после травматического события. Исследование ресурсов по модели BASIC Ph	15	3	1	11	3
3	Помощь клиентам с соматическими заболеваниями. Исследование внутренней картины болезни. Методика «Сказка о заболевшем органе»	16	3	1	12	3
4	Психология горя. Работа с темой смерти. Модель «Присоединиться и управлять»	15	3	1	11	3
5	Развод. Помощь каждому члену семьи. Новый образ семьи	15	3	1	11	3
Итоговая аттестация		2				Итоговое тестирование
<b>ИТОГО</b>		<b>78</b>				

## 2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	Кризис в жизни клиента. Персональный экзистенциальный анализ. Проективная методика «Человек под дождём»	15	1
2	Психология травмы и ПТСР. Диагностика и способы восстановления непрерывности после травматического события. Исследование ресурсов по модели BASIC Ph	15	1-2
3	Помощь клиентам с соматическими заболеваниями. Исследование внутренней картины болезни. Методика «Сказка о заболевшем органе»	16	2

4	Психология горя. Работа с темой смерти. Модель «Присоединиться и управлять»	15	2-3
5	Развод. Помощь каждому члену семьи. Новый образ семьи	15	3
	Итоговая аттестация	2	4

### 2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 1. Кризис в жизни клиента. Персональный экзистенциальный анализ. Проективная методика «Человек под дождём»	Лекция/3 часа	Кризис в жизни клиента. Персональный экзистенциальный анализ. Проективная методика «Человек под дождём». Особенности методики
	Практическое занятие 1 /11 часов	Выполните задания: 1. Проведите методику «Персональный экзистенциальный анализ» с клиентом, напишите заключение и сделайте общий вывод (не более 2 страниц). 2. Проведите методику «Человек под дождем» с клиентом любого возраста и напишите заключение с интерпретацией (не более 2 страниц).
	Тестирование /1 час	
Тема 2. Психология травмы и ПТСР. Диагностика и способы восстановления непрерывности после травматического события. Исследование ресурсов по модели BASIC Ph	Лекция/3 часа	Психология травмы и ПТСР. Диагностика и способы восстановления непрерывности после травматического события. Исследование ресурсов по модели BASIC Ph. Особенности посттравматических реакций
	Практическое занятие 2 /11 часов	Выполните задание: Оцените у 1-2 человек посттравматические реакции с помощью бланков Миссисипской шкалы. Интерпретируйте результаты.
	Тестирование /1 час	
Тема 3. Помощь клиентам с соматическими заболеваниями. Исследование внутренней картины болезни. Методика «Сказка о заболевшем органе»	Лекция/3 часа	Помощь клиентам с соматическими заболеваниями. Исследование внутренней картины болезни. Методика «Сказка о заболевшем органе». Особенности методики
	Практическое занятие 3 /12 часов	Выполните задание: Оцените у 1-2 человек способность /неспособность пациента адекватно воспринимать и вербализовать свои эмоции с помощью методики «Торонтская шкала алекситимии» (TAS). Определите тип личности, интерпретируя результаты.
	Тестирование /1 час	
Тема 4. Психология горя. Работа с темой смерти. Модель «Присоединиться и управлять»	Лекция/3 часа	Психология горя. Работа с темой смерти. Модель «Присоединиться и управлять». Особенности взаимодействия в ситуации горевания
	Практическое занятие 4 /11 часов	Выполните задание: Напишите эссе о культуре взаимодействия со смертью в вашем доме, адресуйте письмо дорогому вам человеку, которому вы что-то не

		успели сказать или сейчас созрели, чтобы поговорить.
	Тестирование /1 час	
Тема 5. Развод. Помощь каждому члену семьи. Новый образ семьи	Лекция/3 часа	Развод. Помощь каждому члену семьи. Новый образ семьи. Особенности работы психолога
	Практическое занятие 5 /11 часов	Выполните задание: Нарисуйте рисунок семьи до развода и после развода, как вы себе это представляете, основываясь на собственном жизненном опыте. Можно представить в задании не личный, а клиентский случай. Проинтерпретируйте рисунок, дайте свое профессиональное заключение.
	Тестирование /1 час	
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /2 часа	

### 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

#### 3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на промежуточную аттестацию, входит в общую трудоемкость освоения раздела, дисциплины (модуля) программы и проводится в форме, указанной в учебном плане.

#### 3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

#### 3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – от 50 до 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобальной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобальной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;

- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;

- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;

- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

### 3.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

#### **Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации**

1. Верно ли, что развод начинается с официального расторжения брака?

Выберите один ответ:

1. Нет, развод начинается с измены одного из партнеров

2. Верно, до этого семья живет привычной жизнью
3. Нет, развод начинается задолго до этого момента
4. Затрудняюсь ответить

2. Из-за чего дети склонны винить себя в разводе родителей?

Выберите один ответ:

1. Из-за регресса
2. Из-за детской фрустрации
3. Из-за детского эгоцентризма
4. Из-за разбалованности

3. Какие методы в работе с детьми, переживающими развод, наиболее успешны?

Выберите один ответ:

1. Психодрама, психоанализ, бихевиоризм
2. Арт-терапия, сказкотерапия, игротерапия
3. Иппотерапия, игротерапия, холотропное дыхание
4. Беседа, проективные методы, свободные ассоциации

4. Какой тип отношения к болезни характеризуется словами: «чрезмерная ранимость, уязвимость, озабоченность возможными неблагоприятными впечатлениями, которые могут произвести на окружающих сведения о болезни. Опасения, что окружающие станут жалеть, считать неполноценным, пренебрежительно или с опаской относиться, распускать сплетни и неблагоприятные слухи о причине и природе болезни и даже избегать общения с больным»?

Выберите один ответ:

1. Апатический
2. Сенситивный
3. Меланхолический
4. Ипохондрический

5. Определите первостепенную задачу психолога при работе с следующей ситуацией: «Женщина, 27 лет, не готова говорить о своём умершем отце, сразу начинает плакать и тут же себя останавливает: «Плакать нельзя, говорят, что там покойнику тогда плохо будет. Я должна себя сдерживать!»

Выберите один ответ:

1. Пережить боль потери
2. Признание факта потери
3. Организация окружения
4. Переключить внимание на живых

6. Семья в разводе часто смотрит хмуро на свое будущее. Что лучше всего поможет психологу вывести семью из этого состояния?

Выберите один ответ:

1. Осознание, что семью предали и разрушили
2. Разбор чувств семьи в кризисе

3. Принятие неизбежности ухудшения своего будущего
4. Создание нового образа семьи

7. Теория личностных профилей Ф. Данбар в настоящее время\_\_\_\_\_.

Выберите один ответ:

1. не подтверждена в целом современными исследованиями
2. полностью доказана
3. была признана лидирующей в объяснении причин психосоматических заболеваний
4. широко используется психологами и врачами в работе

8. Что НЕ относится к основным принципам кризисной интервенции?

Выберите один ответ:

1. Помощь любой ценой
2. Эмпатический контакт
3. Безотлагательность
4. Поддержка

9. Что чувствует ребенок при разводе родителей?

Выберите один ответ:

1. Печаль, гнев, чувство вины и страх
2. Печаль и радость одновременно
3. Грусть и ненависть к родителям
4. Чувство перемены к лучшему

10. Что НЕ относится к признакам затянувшегося кризиса?

Выберите один ответ:

1. Ночные ужасы
2. Хроническое изменение личности после пережитой экстремальной ситуации
3. Активное стремление изменить свою жизнь
4. Снижение полового влечения

### **Примеры заданий для практической работы**

1. Выполните задание:

Оцените у 1-2 человек посттравматические реакции с помощью бланков Миссисипской шкалы. Интерпретируйте результаты.

2. Выполните задание:

Оцените у 1-2 человек способность /неспособность пациента адекватно воспринимать и вербализовать свои эмоции с помощью методики «Торонтская шкала алекситимии» (TAS). Определите тип личности, интерпретируя результаты.

## **4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **4.1. Материально-технические условия реализации программы**

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

### **4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)**

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

### **4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

## Список литературы и информационных источников

1. Бочанцева, Л. И. Психология семьи и семейного воспитания=Family psychology and family education: учебно-методическое пособие : [16+] / Л. И. Бочанцева; Тюменский государственный университет. – Москва: Библио-Глобус, 2017. – 274 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=498881> (дата обращения: 26.01.2026). – ISBN 978-5-91292-177-3. – DOI 10.18334/9785912921773. – Текст: электронный.
2. Калшед, Д. Травма и душа: Духовно-психологический подход к человеческому развитию и его прерыванию / Д. Калшед ; пер. с англ. Н. А. Серебренниковой. – Москва: Когито-Центр, 2015. – 493 с.: ил. – (Современная психотерапия). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430540> (дата обращения: 26.01.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-89353-444-3. – Текст: электронный.
3. Малкина-Пых, И. Г. Психосоматика: практикум: [16+] / И. Г. Малкина-Пых. – Москва ; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 460 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598196> (дата обращения: 26.01.2026). – Библиогр.: с. 450-457. – ISBN 978-5-4499-1600-6. – DOI 10.23681/598196. – Текст: электронный.
4. Пономарева, И. М. Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие / И. М. Пономарева. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277347> (дата обращения: 26.01.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-98238-049-4. – Текст: электронный.
5. Тарабрина, Н. В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика / Н. В. Тарабрина ; ред. А. Л. Журавлев. – Москва: Институт психологии РАН, 2009. – 305 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=87071> (дата обращения: 26.01.2026). – ISBN 978-5-9270-0143-9. – Текст: электронный.

### 4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

## Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений