

**Общество с ограниченной ответственностью
«Школа эмоционального интеллекта»**

УТВЕРЖДАЮ:



Генеральный директор
/Красиков А.Ю./
«01» февраля 2023 г.

**Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации**

**«Практическое ведение клиентов с тревожно-
фобическими расстройствами»**

Форма обучения: очно-заочная
Объем программы: 144 ак.часов

Москва, 2023 г

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Назначение программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» направлена на получение компетенций, необходимых для профессиональной деятельности специалистов в сфере образования, психологов, коучей, врачей, специалистов по работе с людьми в кризисных состояниях, работников кадровых служб, а также всех заинтересованных лиц.

Программа направлена на формирование/совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности специалистов в сфере образования, психологов, коучей, врачей, специалистов по работе с людьми в кризисных состояниях, работников кадровых служб, а также всех заинтересованных лиц.

Программа регламентирует цели, планируемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки обучающихся и включает в себя: учебный план, фонды оценочных средств, программу итоговой аттестации, календарный учебный график и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

1.2. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

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

Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;

Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 07 августа 2017 г. № 946 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата)»;

Приказ Минтруда России от 18.11.2013 N 682н «Об утверждении профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере" (Зарегистрировано в Минюсте России 25.12.2013 N 30840)».

1.3. Требования к слушателям: Лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

1.4. Формы обучения – очно-заочная.

1.5. Цель и планируемые результаты обучения по программе

Цель обучения по программе: формирование у слушателей навыков развития клинического мышления с помощью решения практических задач(кейсов); усовершенствование умений и навыков корректировать невротические, связанные со стрессом и соматоформные, расстройства при помощи научной методологии практик и упражнений для коррекции тревожных расстройств.

Задачи обучения по программе:

1. систематизировать знания в областях исследований и практически ориентированных методов для коррекции тревожных состояний;
2. формирование способности к анализу;
3. умение консультировать по вопросам тревожных состояний, работать с запросами клиента, разбирать кейсы.
4. умение разрабатывать тактику коррекции при тревожных состояниях, изменять ее с учетом особенностей клиента.
5. сформировать представление о подготовке клиентов к личностным изменениям;
6. повысить личную эффективность в практике;
7. сформировать представление о базовых техниках симптома центрированной помощи.

Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию, и (или) перечень новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы.

по направлению подготовки 37.03.01 Психология

- способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1);

- выявлению специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-5);

- способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп (ПК-14).

В результате освоения программы, обучающиеся должны

Знать:

1. особенности консультирования людей с тревожными состояниями;
2. начало работы с тревожными состояниями: первичная консультация, диагностика, тактика работы и ее особенности;
3. применение основных техник и инструментов ведения клиентов с тревожными состояниями;
4. способы выявления негативных эмоций и их коррекции;
5. принцип консультирования в сфере коррекции тревожных состояний;
6. распознавать причины возникновения тревожных состояний;

Уметь:

1. комплексно работать с запросом клиента;
2. составлять программы коррекции тревожных состояний в индивидуальном формате;
3. использовать техники коррекции эмоциональными состояниями в сложных и конфликтных ситуациях: в профессиональной и личной сфере;
4. применять техники дифференциальной диагностики и отличать патологические нарушения от проявлений тревожных состояний;
5. описывать случай клиента;
6. проводить работу над неэффективным реагированием клиента;
7. осуществлять консультации по коррекции тревожных состояний клиента;
8. выявлять внутренний конфликт клиента, выстраивать тактику коррекции.

Владеть навыками:

1. консультирования по вопросам тревожных состояний;
2. составления коррекционных упражнений для решения панических атак, агорафобии, ОКР;
3. составления программ для сохранения результата и предотвращения рецидива тревожных состояний;
4. составления коррекционной программы при работе с недопущениями.

Характеристика новой квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, трудовых функций и (или) уровней квалификации в соответствии с Приказом Минтруда России от 18.11.2013 N 682н «Об утверждении профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере"»

Трудовые функции	
наименование	код
Подготовка межведомственных команд по оказанию психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам)	A/01.7
Организация мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения	A/02.7
Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию	A/03.7
Организация психологического сопровождения и психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам)	A/04.7
Оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы (клиентам)	A/05.7
Психологическое сопровождение процессов, связанных с образованием и деятельностью замещающих семей (клиентов)	A/06.7
Организация работы по созданию системы психологического просвещения населения, работников органов и организаций социальной сферы	A/07.7
Разработка и реализация программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия населения	A/08.7

1.6. Трудоемкость программы по Учебному плану составляет 144 академических часов.

II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модуль, тема)	Общая трудоемкость	Виды учебных занятий, учебных работ		Самостоятельная работа	Форма контроля
			лекции	практические		
1.1.	Тема 1: Вегетососудистая дистония как диагноз и работа с ним	16	4	8	4	
1.2.	Тема 2: Астения и ее варианты	16	4	8	4	
1.3.	Тема 3: Панические атаки и практические упражнения	18	4	8	6	
1.4.	Тема 4: Агорафобия и методика коррекции	18	4	8	6	
1.5.	Тема 5: Обсессивно-компульсивное расстройство как особенность личности	18	4	8	6	
1.6	Тема: Расстройство личности	18	4	8	6	
1.7	Тема: Расстройство адаптации	18	4	8	6	
1.8.	Тема: Тревожно-депрессивные расстройства	18	4	8	6	
	Итоговая аттестация	4		4		зачет
	ВСЕГО:	144	32	68	44	

2.2. Календарный учебный график

Календарный график обучения является примерным и отражает распределение нагрузки обучающихся.

Начало обучения – по мере набора группы. Режим самостоятельной работы определяется слушателями в индивидуальном порядке. Примерный режим занятий: от 2 до 8 академических часов в день. Промежуточная и итоговая аттестации проводятся согласно учебно-тематическому плану и графику.

[illegible]

2.3. Рабочая программа.

Тема 1.1. Вегетососудистая дистония как диагноз и работа с ним.

История развития диагноза «ВСД». Диагноз «ВСД» с точки зрения доказательной медицины. Симптомокомплекс. Соматоформная вегетативная активность, как эмоциональное проявление тревожных состояний.

Практикум: Разбор кейса.

Клиент Б., 25 лет. Обратился с жалобами на повышенную тревогу, усталость, экстрасистолию. Постоянно «сканирует» состояние своего организма, ходит по врачам. Увидев в заключении: соматоформная вегетативная дисфункция, глубоко убежден в том, что у него неизлечимая болезнь. Боится умереть от сердечного приступа, или какой-то еще болезни, которую могли пропустить доктора. Началось все 3 месяца назад, когда он находился на учебе.

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.2. Астения и ее варианты.

Астения — психопатологическое расстройство. Клинические проявления астении. Астения, связанная с тревожным расстройством. Астения, связанная с нарушением правильной деятельности организма. Астения, связанная с тревожным состоянием и нарушением правильной деятельности организма.

Практикум: Разбор кейса.

Клиент В., 39 лет. Отец — бизнесмен. Мать — вспыльчивая, обидчивая женщина. Со слов клиента, детство было нормальным. Физическому насилию не подвергался. Обратился с жалобами на слабость, вялость, быструю утомляемость, головокружения. Часто отпрашивается с работы по причине плохого самочувствия, не может работать в том ритме, в котором работал раньше. Очень боится увольнения. 3 недели назад случилась паническая атака на рабочем месте. Вызвал скорую, уехал домой и взял больничный.

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.3. Панические атаки и практические упражнения

Понятие панической атаки. Отличия панических атак от других тревожных расстройств. Проявление и диагностика панических атак. Методология и упражнения для коррекции панических атак.

Практикум: Разбор кейса.

Клиентка 38 лет обратилась по причине возникающих панических атак в метро. Жалобы на повышение уровня тревоги, одышку, периодическую боль в грудной клетке слева, общую слабость, головную боль, нарушение сна. Считает себя больной 4 месяца, ухудшение наступило в последние 7 дней: усилилась тревога и страх за собственную жизнь, панические атаки каждый день.

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.4. Агорафобия и методика коррекции

Понятие агорафобии. Отличия агорафобии от других тревожных расстройств. Проявление и диагностика агорафобии. Методология и упражнения для коррекции агорафобии. Коморбидность агорафобии и панических атак.

Практикум: Разбор кейса.

Клиентка С., обратилась с запросом страха передвижения по городу. Из-за этого месяца назад уволилась с работы по причине страха передвижения до работы, после чего состояние ухудшилось окончательно. Началось всё около 9 месяцев назад, после ссоры с молодым человеком. Также жалуется на повышенную тревогу, утомляемость, слабость по утрам. По городу передвигается только с кем-то (подруги, парень, мама).

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.5. Обсессивно-компульсивное расстройство как особенность личности.

Понятие ОКР. Обсессии и компульсии. Невроз навязчивых состояний. Цикл ОКР. Этиология и патогенез навязчивых состояний. Метод коррекции и упражнения при ОКР. Практикум: Разбор кейса.

Клиент К., 29 лет. Самостоятельно обратился за помощью к психологу-консультанту. Ранее никаких «отклонений» у себя не отмечал. Последние недели после смерти близкого родственника постоянно ловит себя на мысли, что может заразиться туберкулезом, и другими инфекциями. В связи с этим стал очень часто мыть руки (30-40 раз в день), протирать дверные ручки, мебель.

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.6. Расстройство личности.

Понятие расстройства личности. Дифференциальная диагностика. Метод ведения клиентов.

Практикум: Разбор кейса.

Клиент К., 25 лет. Обратился за помощью к психологу-консультанту по настоянию близких. С подросткового возраста отмечает у себя суицидальные мысли, плохо ладил со сверстниками, друзей почти не было. Отмечаются частые перемены настроения. Были неоднократные случаи самоповреждения. Недавно расстался с девушкой, после чего отмечает апатию, и желание «выйти в окно».

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.7. Расстройство адаптации.

Понятие острой реакции на стресс. Дифференциальная диагностика. Метод ведения клиентов.

Практикум: Разбор кейса.

Клиентка, 30 лет. Обратилась после аварии, в которой погиб её отец. Она была за рулем. Прошло 4 месяца после события. Жалобы пациентки: в течение нескольких месяцев нарушился сон (плохо спит, рано просыпается и не может заснуть), заметно снизился аппетит (похудела на несколько килограмм), не может ни на чем сосредоточиться. Подобное состояние наблюдает у себя впервые. Проведенные ранее обследования не выявили выраженных отклонений от нормы.

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

Тема 1.8. Тревножно-депрессивные расстройства.

Понятие тревожно-депрессивного расстройства. Дифференциальная диагностика. Потеря смыслов у клиентов. Метод ведения клиентов.

Практикум: Разбор кейса.

Женщина, 45 лет домохозяйка, жена известного политика. В течение многих лет страдает периодическими депрессиями, по ее мнению, не имеющим связи с какими-либо конкретными ситуациями. В прошлом были частые панические атаки с симптомами агорафобии. На консультации выглядит очень тревожной, жалуется на постоянное ощущение, что находится «на грани срыва». Не может связать своё состояние с какими-либо известными ей обстоятельствами. Периодически испытывает обострения тревоги, которые сопровождаются страхом за здоровье. А затем наступает апатия, не желание ничего делать, даже вставать с кровати неделями.

Самостоятельная работа: изучение рекомендованной литературы.

III. ФОРМА КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ПРОГРАММЕ

3.1. Формы аттестации

Формой подведения итогов реализации программы «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» выступает итоговая аттестация.

Объектами оценивания выступают:

- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы, активность на занятиях.

Итоговая аттестация — процедура, проводимая с целью установления уровня знаний, обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения образовательной программы. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета в виде эссе.

Слушатель допускается к итоговой аттестации после изучения тем образовательной программы «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» в объеме, предусмотренном для лекционных и практических занятий.

Лицам, освоившим образовательную программу «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» и успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца с указанием названия программы, длительности обучения в академических часах, датой выдачи удостоверения.

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям соответствующей ДОП созданы фонды оценочных средств, включающие типовые задания и методы контроля, позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Фонды оценочных средств соответствуют целям и задачам программы подготовки специалиста, учебному плану и обеспечивают оценку качества общепрофессиональных и профессиональных компетенций, приобретаемых обучающимся.

3.2. Критерии оценки обучающихся

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме зачета в виде написания эссе.

Критерий	Требования к эссе	Максимальное количество баллов
Анализ и оценка информации	- грамотно применяется категория анализа, - умело используются приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений, - объясняются альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему, - обоснованно интерпретируется текстовая информация, - дается личная оценка проблеме	5

Построение суждений	- изложение ясное и четкое, - приводимые доказательства логичны - выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией, - приводятся различные точки зрения и их личная оценка, - общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи	5
---------------------	---	---

По каждому критерию выставляется от 0 до 10 баллов. Слушатель получает зачет от 5 и более баллов и незачет от 0 до 4 баллов.

3.3 Фонд оценочных средств

Для проведения итоговой аттестации программы разработан «Фонд оценочных средств по программе», являющийся неотъемлемой частью учебно-методического комплекса.

Фонды оценочных средств соответствуют целям и задачам образовательной программы, учебному плану и обеспечивает оценку качества знаний, приобретаемых обучающимся.

Требования к эссе

Эссе – это письменная работа на тему, **самостоятельно** избранная студентом по проблематике читаемого курса. Цель написания эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого подхода к пониманию и осмыслению проблем научного знания, возможности его прикладного использования, а также навыков письменного изложения собственных мыслей и отношения к различным социально-психологическим и общественным явлениям.

Примерные темы эссе:

1. Клиент с обсессивно-компульсивным расстройством
2. Клиент с «вегетососудистой дистонией»
3. Клиент с паническими атаками
4. Клиент с агорофобией
5. Клиент с расстройством адаптации
6. Клиент с тревожно-депрессивным расстройством
7. Клиент с расстройством личности

Технические требования к оформлению письменной работы (эссе)

1. Титульный лист
2. Содержание или краткий план работы
3. Основная часть, включающая 1-2 параграфа
4. Заключение
5. Библиография
6. Приложения

Эссе должно быть напечатано 12 или 14 шрифтом через 1,5 интервала (MS Word), общим объемом от 1 до 15 (примерно) страниц. Страницы эссе должны иметь сквозную нумерацию. Первой страницей является титульный лист, на котором номер страницы не проставляется.

По итогам данной работы преподаватель определяет:

- способность студента выявить проблему по теме и обозначить пути ее решения;
- наличие у студента собственной позиции по данному научному вопросу и способность ее сформулировать;
- умение свободно оперировать терминами и понятиями.

IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Занятия по программе «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» включают в себя следующие виды работ: учебная работа (практические занятия), самостоятельная работа (выполнения заданий) и итоговая аттестация.

4.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.

Организация, осуществляющая образовательную деятельность, реализующая дополнительные профессиональные программы, укомплектована квалифицированными кадрами. Уровень квалификации работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, реализующей дополнительные профессиональные программы, соответствует квалификационным характеристикам по соответствующей должности.

Требования к квалификации: высшее профессиональное образование в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы.

Преподаватели обязаны проходить в установленном законодательством Российской Федерации порядке обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю деятельности не реже одного раза в три года.

4.2. Требования к материально-техническим условиям

Реализация программы предполагает наличие:

- учебной аудитории, оснащенной мультимедийной техникой;
- дидактические материалы: презентационные материалы (слайды); учебные видеозаписи;
- материалы курса находятся на образовательной платформе (СДО). Перед началом обучения студент получает доступ в личный кабинет и инструкцию по работе с платформой.

Для обучения посредством специализированной платформы для дистанционного обучения требуется наличие компьютера с устойчивым интернетом или любой гаджет с устойчивым интернетом.

Для учебного процесса используются электронные учебно-методические материалы, электронные учебные пособия, электронные учебники и приложения, презентации, задания для самоконтроля, обеспечивающие условия для эффективного современного обучения.

4.3. Методические рекомендации к организации образовательного процесса.

Особенность данной программы заключается в полном погружении обучающихся в проблематику и содержание программы, наглядность и доступность материала с использованием информационно-коммуникативных технологий, практическая направленность занятий. В процессе освоения программы используются современные интерактивные технологии, ориентированные на развитие профессиональной позиции слушателей, актуализацию их личностного знания и обогащение профессионального опыта.

Использование разнообразного методического материала позволяет преподавателю основательно рассмотреть курс программы «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» с учетом современных профессиональных знаний в данной области. На начальном этапе изучения курса преподаватель должен заострить внимание слушателей на целевой установке. В программе представлена современная научно-методическая литература. Преподаватель должен хорошо владеть различными технологиями проведения практических занятий.

4.4. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Самостоятельная работа обучающихся является одним из основных видов познавательной деятельности, направленной на более глубокое и разностороннее изучение материалов курса по программе «Практическое ведение клиентов с тревожно-фобическими расстройствами» и включает обязательное участие в процессе занятий, в подготовке к занятиям, в подготовке к итоговой аттестации.

4.5. Требованиям к информационным и учебно-методическим условиям

1. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. – М., 1975. – С. 17-62.
2. Бек Д. Когнитивная терапия. Полное руководство. – М., 2017. – 400 с.
3. Красиков А. Я в порядке! Самопомощь при неврозах: ВСД, панические атаки, тревоги и страхи. – М., 2019. – 256 с.
4. Лихи Р. Техники когнитивной психотерапии. – М., 2020. – 656 с.
5. Медведев М.А., Смирнов В.М. Физиология и психофизиология. – М., 2013. – 616 с.
6. Осадчук М.А., Усик С. Ф. Пульмонология. – М., 2013. – 296 с.
7. Сеченов И.М. Рефлексы головного мозга. – М., 2019. – 128 с.
8. Ухтомский А.А. Доминанта. – СПб, 2019. – 512 с.
9. Шустов С.Б. Клиническая эндокринология. – М., 2012. – 613 с.