

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних
«Возвращение»
(ГАУ СО СРЦ «Возвращение»)

Утверждена на заседании
методического совета
Протокол №3 от 02.09.2024 г.

«Утверждаю»
Директор ГАУ СО СРЦ
«Возвращение»
Н.А. Кривицкая

«02» сентября 2024 года

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Кризис – это шанс»

2024

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Кризис – это шанс» (далее – дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности) разработана для повышения социальной компетентности обучающихся в вопросах сопровождения человека (ребенка, подростка, взрослого) в кризисной ситуации, для оказания всесторонней помощи детям и родителям в кризисе, в том числе самопомощи, и содействия социальной адаптации и всестороннему развитию их личности.

Кризисные состояния— это особые выходящие за рамки повседневной жизни состояния, бывающие в жизни каждого человека и возникающие как реакция на какие-либо внешние или внутренние причины и обстоятельства.

Ситуации, ставшие причиной кризисного состояния, могут быть как обратимыми, так и необратимыми. Но необратимость кризисной ситуации не означает необратимости кризисного состояния.

Актуальность программы обусловлена тем, что социальное сопровождение ребенка и взрослого в кризисной ситуации позволяет специалисту оказать поддержку человеку в проживании кризисной ситуации, создать вокруг него пространство для развития, вернуть ему возможность выбора и принятия решения, а человеку пройти путь осознания и принятия кризисной ситуации, принять ответственность за свою жизнь, за решение своей проблемы.

Уровень образования стартовый.

1.2. Цель программы.

Формирование базовых компетенций, необходимых для сопровождения человека (ребенка, подростка, взрослого) в кризисной ситуации.

Содержание программы обучения включает в себя разделы, обеспечивающие готовность родителей и специалистов к оказанию помощи детям, специалистов к оказанию помощи родителям и детям, психологам к оказанию помощи специалистам, родителям и детям в консультировании и повседневной жизни.

1.3. Объектами деятельности слушателей дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности «Кризис – это шанс», являются:

- кризисные жизненные ситуации с участием взрослых и детей;
- воспитательный, развивающий, коррекционный и реабилитационный процессы;
- семейные, воспитательные, образовательные, реабилитационные, социально-адаптационные системы.

Виды и задачи деятельности слушателей по использованию нарративного подхода:

- изучение существующих способов эмоционального реагирования и поведения взрослых и детей в кризисных жизненных ситуациях;

- сопровождение детей и взрослых в разрешение кризисных жизненных ситуаций.

Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности.

Результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности определяются приобретаемыми компетенциями в области сопровождения детей и взрослых в разрешении кризисных ситуаций с участием детей и взрослых, а также профилактике социальной дезадаптации несовершеннолетних, нарушений детско-родительских взаимоотношений.

В результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности слушатель должен обладать следующими компетенциями:

- умением создавать в процессе оказания помощи комфортную и доброжелательную атмосферу;

- способностью строить эмпатийные отношения между сопровождающим и человеком в кризисе;

- навыками создания и поддержания эмпатийного контакта, техниками активного слушания, ведения переговоров и другими;

- умением говорить на трудные темы, разговор на которые не принят в обществе: агрессия, самоубицтво, сексуальные потребности и другие;

- принятием значимости любой жизненной ситуации, которая очень важна для человека в кризисе;

- способностью к рациональному выбору и реализации методов воспитания, развития;

- готовностью к созданию оптимальных условий семейного воспитания с целью успешной адаптации несовершеннолетних.

1.5. Категория слушателей.

К освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности допускаются следующие лица:

- психологи, специалисты по реабилитационной работе в социальной сфере, специалисты по работе с семьей, специалисты по социальной работе и другие специалисты, работающие с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации;

- специалисты учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних;

- родители и другие члены семей с детьми.

1.6. Трудоемкость обучения.

Общая трудоемкость освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности составляет 72 часа за весь период обучения и включает все виды учебных

занятий, в том числе самостоятельную работу слушателей, время, отводимое на контроль качества освоения программы.

1.7 Форма обучения.

Обучение проводится в очной и дистанционной форме.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебный план программы

№ п/п	Наименование раздела	Общая трудоемкость, ч	Количество часов			Самостоятельная работа слушателей, ч	Формы аттестации/контроля
			все го	лек ции	Практич еские /семина рские занятия		
1	Раздел 1. Введение в кризисное консультирование.	16	8	6	2	8	-
2	Раздел 2. Базовые коммуникативные навыки сопровождающего.	20	10	6	4	10	-
3	Раздел 3. Этапы сопровождения человека в кризисной ситуации.	20	10	6	4	10	-
4	Раздел 4. Случаи сопровождения детей, подростков и взрослых в кризисной ситуации из практики специалистов.	14	10	6	4	4	-
5	Итоговое тестирование	2					2
	ИТОГО	72	38	24	14	32	2

2.3 Календарный учебный график

№ п/п	Наименование раздела	Объем нагрузки	Месяц изучения	Учебные недели
1	Раздел 1. Введение в кризисное консультирование.	16	0,5	2

2	Раздел 2. Базовые коммуникативные навыки сопровождающего.	20	1	4
3	Раздел 3. Этапы сопровождения человека в кризисной ситуации.	20	1	4
4	Раздел 4. Случаи сопровождения детей, подростков и взрослых в кризисной ситуации из практики специалистов.	14	0,5	2
5	Итоговое тестирование	2		
	ВСЕГО	72	3	12

2.4. Рабочая программа разделов представлена в Приложении 1.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (организационно-педагогические)

3.1. Методическое обеспечение программы

Данная программа является общеразвивающей, социально-гуманитарной, модульной, ознакомительной для специалистов и родителей, со сроком реализации – двенадцать занятий по четыре часа.

Главный показатель – это расширение социальных компетенций участников в вопросах причин кризисного состояния, его компонентов, направлениях сопровождения человека в кризисном состоянии, создания оптимальных условий семейного воспитания, развития, реабилитации и социальной адаптации детей; понимание, что ситуации, ставшие причиной кризисного состояния, могут быть как обратимыми, так и необратимыми, но необратимость кризисной ситуации не означает необратимости кризисного состояния; повышение осведомленности в вопросах способов разрешения кризисных ситуаций, приемах эмпатийного способа реагирования на жизненные трудности, следование принципам сопровождения в кризисном консультировании детей и взрослых.

Педагогические технологии, применяемые при реализации программы:

- педагогика сотрудничества (гуманно-личностный подход к обучающемуся, единство процессов обучения и воспитания);
- личностно-ориентированная педагогика (каждый обучающийся - индивидуальность, активно действующий субъект образовательного процесса со своими особенностями, ценностями, отношением к окружающему миру, субъектным опытом).

Основные принципы, применяемые при реализации программы:
доступность;

системность;

связь с жизнью;

принцип индивидуализации: учет индивидуальных, возрастных особенностей и уровня имеющегося образования обучающихся с выбором специальных форм и методов работы.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом.

Реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в образовательной деятельности активных и интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, практикумов, психологических и иных тренингов) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития практических навыков обучающихся.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Освоение программы завершается итоговой аттестацией в форме тестирования.

3.2 Материально-технические условия

Региональный ресурсный центр ГАУ СО СРЦ «Возвращение» располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности.

Реализуемая программа обеспечена необходимым комплектом программного обеспечения. При проведении лекционных, практических/семинарских занятий используется мультимедийное оборудование.

Помещение для проведения занятий с группой лиц просторное, проветриваемое, хорошо освещенное; удобные стулья по количеству участников группы; ноутбук с колонками для усиления звука; проектор, экран; флипчарт.

3.3 Информационно-образовательная среда

Информационно образовательная среда регионального ресурсного центра ГАУ СО СРЦ «Возвращение» обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

- планирование образовательного процесса;
- размещение и сохранение материалов образовательного процесса;
- фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности;
- взаимодействие регионального ресурсного центра ГАУ СО СРЦ «Возвращение» с организациями и учреждениями системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности размещено на интернет-сайте ГАУ СО СРЦ «Возвращение».

Рабочая программа «Кризис – это шанс»

1. Цель освоения:

совершенствование компетенции и (или) получение новой компетенции в области сопровождения детей, подростков, взрослых при переживании кризисной ситуации.

2. Категория слушателей:

Специалисты учреждений социальной реабилитации несовершеннолетних, учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, педагоги, родители.

3. В результате освоения слушатель должен:

Знать:

- существующие способы сопровождения детей, подростков, взрослых в разрешении кризисных ситуаций;
- концептуальные основы кризисного консультирования;
- этапы, задачи и фазы сопровождения в кризисной ситуации;
- принципы сопровождения в кризисной ситуации;
- позицию сопровождающего;
- технологии сопровождения и консультирования в кризисной ситуации.

Уметь:

- применять коммуникативные навыки, необходимые для сопровождения детей и взрослых в кризисной ситуации;
- разъяснять сущность кризисной ситуации детям и взрослым;
- удерживать позицию и самопомощи;
- применять принципы кризисного сопровождения и консультирования и другие технологии.

Владеть:

- навыками сопровождения в кризисной ситуации;
- навыками кризисного консультирования;
- техниками эмоциональной поддержки, работы с чувствами, активного слушания, анализа кризисной ситуации, выбора и принятия решения, проработки планов и другими;
- принципами сопровождения в кризисной ситуации.

4. Структура и содержание программы

Объем программы и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость программы «Кризис – это шанс» составляет 48 часов.

Разделы и виды занятий

Наименование разделов и тем	Общая трудоемкость	Аудиторные занятия,ч			СРС, ч	Итоговое тестирование
		всего	лекции	Практические/семинарские занятия		
Раздел 1. Введение в кризисное консультирование.	16	8	6	2	8	-
Тема 1. Причины, компоненты кризисных состояний. Подходы к кризисным состояниям.	8	4	3	1	4	-
Тема 2. Позитивная модель кризиса.	8	4	3	1	4	-
Раздел 2. Базовые коммуникативные навыки сопровождающего.	20	10	6	4	10	-
Тема 3. Создание в процессе оказания психологической помощи комфортной и доброжелательной атмосферы.	10	5	3	2	5	
Тема 4. Базовые навыки и условия консультирования: поддержание эмпатического контакта, техниками активного слушания и т.д.	10	5	3	2	5	
Раздел 3. Этапы сопровождения человека в кризисной ситуации.	20	10	6	4	10	-
Тема 5. Этапы кризисного консультирования.	8	4	2	2	4	
Тема 6. Основные правила кризисной помощи.	7	4	2	1	4	
Тема 7. Личностный смысл кризисной ситуации.	5	3	2	1	2	
Раздел 4. Случаи сопровождения детей,	14	10	6	4	4	-

подростков и взрослых в кризисной ситуации из практики специалистов.						
Тема 8. Умение сопровождающего говорить на темы, обсуждение которых обычно в обществе не поддерживается, например, вопросы смерти, физического и сексуального насилия, самоубийства и т.д.	7	4	2	1	4	
Тема 9. Психологический дебрифинг.	7	4	2	1	4	
Итоговое тестирование	2	-	-	-	-	2
ИТОГО	72	38	24	14	32	2

Вид итогового контроля: итоговое тестирование

Тематической содержание разделов программы

Раздел 1. Введение в кризисное консультирование.

Тема 1. Причины, компоненты кризисных состояний. Подходы к кризисным состояниям.

Что такое кризисная ситуация, кризисное состояние. Причины кризиса. Виды кризиса.

Компоненты кризисного состояния: эмоциональный, когнитивный, мотивационный и поведенческий.

Медицинская и психологическая модели кризиса. Смысл и ценности жизненного кризиса.

Цель сопровождения человека в кризисе: поддержка восстановления психологического равновесия человека в кризисе, предотвращение катастрофических последствий, восстановление способности человека к выбору и принятию решения по разрешению кризисной ситуации, восстановление способности влиять на ход течения собственной жизни.

Тема 2. Позитивная модель кризиса.

Вездесущность выбора и решения.

Этапы развития проблемы.

Виды кризисов.

Основные правила и принципы оказания кризисной психологической помощи.

Раздел 2. Базовые коммуникативные навыки сопровождающего.

Тема 3. Создание в процессе оказания психологической помощи комфортной и доброжелательной атмосферы.

Познакомить с позицией сопровождающего в кризисе. Рассказать об атмосфере уникального взаимодействия и партнерстве в консультативном сопровождении.

Для того, чтобы ребенок или взрослый начал открыто рассказывать про свою жизнь и исследовать ее, необходимо доверие консультанту, безопасность и поддержка с его стороны. Доверие создается с помощью установления контакта, симпатии, искреннего интереса к человеку, уважения к любым мыслям и чувствам подростка. Также важна конфиденциальность всего, что клиент рассказывает консультанту.

Тема 4. Базовые навыки и условия консультирования: поддержание эмпатического контакта, техниками активного слушания и т.д.

Условия психологической помощи при кризисе.

Принятие индивидуального мира клиента. Эмпатическое понимание собеседника. Активное слушание. Вербализация эмоционального опыта клиента.

Невербальная коммуникация. Выслушивание. Воздействие. Межличностное давление.

Раздел 3. Этапы сопровождения человека в кризисной ситуации.

Тема 5. Этапы кризисного консультирования.

Отличия кризисного сопровождения от других психологических консультаций и житейского представления о той помощи, которая необходима человеку в кризисной ситуации.

Этапы кризисного консультирования, их содержание и продолжительность. Принятие реакции на ситуацию. Переживание чувств. Обретение смысла.

Тема 6. Основные правила кризисной помощи.

Принципы построения отношений между человеком и специалистом.

Основные правила кризисной помощи. Не спешите. Обращайте внимание на внутренний опыт. Идите туда, где боль. Говорите на запретные темы. Не спорьте, не переубеждайте, не манипулируйте. Будьте искренними, предоставляйте обратную связь.

Тема 7. Личностный смысл кризисной ситуации.

Переживание утраты. Определение утраты. Горе – реакция на утрату. Проявления горя. Этапы переживания горя. «Работа горя» как постепенное принятие утраты. Осложненное горе.

Этапы психологической помощи людям, переживающим потерю.

Раздел 4. Случай сопровождения детей, подростков и взрослых в кризисной ситуации из практики специалистов.

Тема 8. Умение сопровождающего говорить на темы, обсуждение которых обычно в обществе не поддерживается, например, вопросы смерти, физического и сексуального насилия, самоубийства и т.д.

Нарушение детско-родительских отношений. Измена в супружеских отношениях. Развод. Болезнь как кризис. Беседа с умирающим. Смерть близкого. Физическое насилие. Сексуальное насилие. Суицид.

Тема 9. Психологический дебрифинг.

Определение, цели и задачи дебрифинга. Организационные моменты. Технология дебрифинга. Фазы дебрифинга. Постдебрифинг.

№ азда	Наименование практических и семинарских занятий	Содержание практических и семинарских занятий
1	Виды кризисов и возможные формы помощи.	Задание 1. Перечислить виды кризисных ситуаций, с которыми вы сталкивались в жизни или профессиональной помощи. Перечислить возможные направления и виды помощи человеку, оказавшемуся в подобной ситуации.
2	Техники активного слушания.	Задание 2. Перечислить невербальные техники активного слушания, определить задачи которые с помощью них решаются.
		Задание 3. Перечислить вербальные техники активного слушания, описать, что можно получить с помощью их использования.
3	Необходимые условия сопровождения ребенка или взрослого в кризисной ситуации.	Задание 4. Найти отличия кризисного сопровождения от других психологических консультаций и житейского представления о той помощи, которая необходима человеку в кризисной ситуации.
		Задание 5. Раскрой принципы построения отношений между человеком и помогающим специалистом.
		Задание 6. Раскрой смысл

		высказывания: «кризис – это шанс».
4	Готовность говорить с клиентов на «запретные» темы.	Задание 7. Перечислить опасения, связанные с разговором на «запретные» темы с человеком, находящимся в кризисной ситуации.

Виды самостоятельной работы слушателей

№ п/п	Виды СРС	Трудоемкость, ч
1.	Изучение лекционных материалов и дополнительной литературы	6
2.	Подготовка к семинарским и практическим занятиям	6
3.	Выполнение практических заданий	10

Перечень рекомендуемой литературы

Учебные пособия:

- 1 Козлов В.В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. М., 2007.
- 2 Кочунас Р. Основы психологического консультирования. М., 1999.
- 3 Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие. М., 2008.
- 4 Пантелеева В.В., Арбузенко О.А. Психология кризисных состояний личности. Тольяти, 2011. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. М., 2007.
- 5 Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб, 2001.

Литература.

- 1 Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное консультирование. М., 1994.
- 2 Аронс К. Развод: крах или новая жизнь? М., 1995.
- 3 Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: МГУ, 1984.
- 4 Конторович В.А., Анцупова Г.Л. Психологический дебрифинг как одна из форм помощи вскоре после участия в кризисной ситуации // Особенности проявления ПТСР у военнослужащих и членов их семей. Стратегия психологической помощи: Сборник статей. Ростов-на-Дону, 2001.
- 5 Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М., 1994.
- 6 Методическое пособие по работе с посттравматическим стрессовым расстройством. СПб., Гармония, 2001.
- 7 Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. М.: Смысл, 1999.
- 8 Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты. М., 1984. С. 235-237.

- 9 Родман Саманта Как говорить с детьми о разводе. Строим здоровые отношения в изменившейся семье. М., 2020
- 10 Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
- 11 Трунов Д.Г. Гуманистическая психология и массовое сознание // Пасхи. Научный психологический журнал (Екатеринбург). 1998. № 1. С. 22–30.
- 12 Хрестоматия по гуманистической психотерапии. М., 1995.
- 13 Фигдор Г. Беды развода и пути их преодоления. М., 2006
- 14 Хэмбли Г. Телефонная помощь. Пермь: ОЦПППН, 2004.
- 15 Царенко Н.В. «Развод глазами ребёнка», М., 2014