

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ТЕРРИТОРИЯ ПЕРВЫХ»**

УТВЕРЖДАЮ

Приказ №2 от 07 декабря 2024 г.

Генеральный директор

ООО «Территория первых»

 / Волк Ю.В.



**Дополнительная профессиональная программа –
программа повышения квалификации**

**«Основные подходы и психологические практики. Я настоящая»
(срок обучения 29 часов)**

д. Шапша - 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1. Актуальность образовательной программы	3
1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы.	3
1.3. Характеристика профессиональной деятельности выпускников.	4
1.4. Задачи освоения дисциплины	4
1.5. Требования к обучающимся.....	4
1.6. Нормативный срок (трудоемкость) обучения	5
1.7. Режим занятий	5
1.8. Форма обучения	5
1.9. Язык обучения	5
1.10. Итоговый документ	5
II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ	6
2.1. Требование к результатам освоения программы	6
III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	12
3.1. Учебный план	12
3.2. Календарный учебный график*	133
IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА	14
V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	17
5.1. Материально-технические условия реализации программы	17
5.2. Организация образовательного процесса	17
5.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса	18
5.4. Учебно-методическое обеспечение программы.....	19
VI. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.....	20
Оценочные материалы.....	22
VII. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	23
Приложение 1	24

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель реализации дополнительной профессиональной программы – программы повышения квалификации «Основные подходы и психологические практики. Я настоящая» (далее – программа): совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации в области психологии.

1.1. Актуальность образовательной программы

В настоящее время на человека сваливается огромное количество проблем, вопросов. То, как себя ведет человек при их решении, объясняет психология. Даже знание элементов научных знаний по психологии может качественно изменить стратегию поведения человека. Психологические знания, несомненно, необходимы для глубокого и полного понимания своего внутреннего я и окружающих людей, умения выделить и учитывать личностные качества, которые способствуют успеху или мешают в определенных жизненных ситуациях.

В основе личностного развития лежит саморазвитие. Под саморазвитием в психологии понимается активное качественное преобразование человеком своего внутреннего мира. Личностное развитие человека возможно лишь в том случае, если меняется восприятие и осознание им себя самого, происходит формирование ценностей. Чем раньше начнется личностное и профессиональное развитие, тем в большей степени можно прогнозировать психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью каждого человека в современном мире.

Таким образом, польза психологии сегодня в том, что большинство людей, в современное время нуждается в помощи. Ведь только она помогает человеку создавать счастливый, успешный, материальный мир, меняя привычки и образ мышления.

1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки дополнительной профессиональной программы составляют:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 11 января 2011 г. № 1н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18.11.2013 № 682н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере».

1.3. Характеристика профессиональной деятельности выпускников

Основная цель вида профессиональной деятельности

Выпускники курса распознают признаки кризиса, выявляют особенности личности клиента, выстраивают уникальную программу помощи каждому клиенту, грамотно распределяют ответственность, подбирают необходимые инструменты помощи клиенту.

1.4. Задачи освоения дисциплины

- формирование у обучающейся, способности к самопознанию, самоопределению и саморазвитию;
- изучение теоретических и методологических знаний в психологии;
- анализ психологических свойств и состояний психических процессов;
- формирование установок в отношении здорового образа жизни и поведения, направленного на сохранение здоровья;
- профилактика и преодоление отклонений в психологическом здоровье;
- распространение информации о роли психологических факторов в поддержании и сохранении психического и физического здоровья;
- формирование установок, направленных на гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, толерантности во взаимодействии с окружающим миром;
- изучение методов критического анализа и оценки проблемных ситуаций на основе системного подхода.
- оказание помощи в выборе важнейших жизненных ценностей и стратегий.

1.5. Требования к обучающимся: к освоению дополнительных профессиональных программ допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Категория обучающихся: данная программа повышения квалификации предназначена для выпускников психологии, начинающих психологов, практикующих психологов, педагогов и представителей в социальной сфере, воспитателей образовательных учреждений.

1.6. Нормативный срок (трудоемкость) обучения: 29 ак.часов.

1.7. Режим занятий: Предусматривается возможность обучения по индивидуальному учебному плану (графику обучения) в пределах осваиваемой дополнительной профессиональной программы повышения квалификации. Рекомендуемая продолжительность обучения – 5 недель.

1.8. Форма обучения: заочная, с исключительным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю и составляет не более 8 часов в день.

1.9. Язык обучения: русский.

1.10. Итоговый документ - лицу, успешно прошедшему итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации.

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.1. Требование к результатам освоения программы

2.1.1. Перечень профессиональных компетенций, качественное изменение которых осуществляется в процессе образования

Таблица 1. Перечень трудовых функций, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения:

Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалификации	наименование	код	уровень (подуровень) квалификации
А	Деятельность по социально-психологическому сопровождению и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам	6	Психологическое и социально-психологическое сопровождение граждан и социальных групп	А/01.6	6

2.2.2. Планируемые результаты освоения программы

Образовательный результат освоения программы предполагает повышение трудовых функций, описанных в Профстандарте.

ПК-1- психологическое и социально-психологическое сопровождение граждан и социальных групп.

В результат освоения программы обучающийся должен:

Знать:

Нормативные правовые акты, регламентирующие организацию и реализацию социально-психологического сопровождения граждан и социальных групп, психологической помощи гражданам и социальным группам

Нормативные правовые акты по вопросам комплексной реабилитации и абилитации инвалидов и детей-инвалидов в Российской Федерации

Программы, направленные на обеспечение реализации в регионе комплекса услуг ранней помощи; порядок разработки и реализации индивидуальной программы ранней помощи

Методы и способы оценки психического состояния людей

Методики (инструкции, программы) организации и проведения коррекционных мероприятий в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями

Методики применения специального оборудования и компьютерных программ при проведении диагностики и коррекции психологического состояния личности

Методы мотивации к активности, здоровому образу жизни, психологической поддержки жизненного тонуса личности

Основные методы содействия в мобилизации физических, духовных, личностных, интеллектуальных ресурсов личности для выхода из кризисного состояния

Методы формирования мотивации к труду и обучению

Психология кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), психологические аспекты рискологии, психология горя, потери, утраты

Психология экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия)

Психология малых групп (виды, взаимоотношения в малых группах, давление в группе), психология этнических общностей, конфликтология

Психология семьи и семейных отношений (подходы, онтология, структура семьи, этапы ее развития, особенности взаимоотношений)

Психология зависимости, девиантология

Возрастная психология, основы геронтологии

Современные направления молодежного движения (виды молодежных групп, их интересы, занятия и способы проведения свободного времени)

Проблемы социализации (концепции, подходы, признаки нарушений социализации, последствия, виды помощи)

Особенности развития личности в неблагоприятной социальной ситуации

Порядок взаимодействия и этика общения с лицами, признанными инвалидами (детьми-инвалидами), включая порядок оказания им помощи в преодолении барьеров на объекте и в обеспечении доступности услуг

Типологии проблем разной этиологии (социальных, социально-медицинских, социально-правовых, педагогических) у граждан

Инфраструктура муниципального образования, ресурсы местного сообщества для поддержки отдельных лиц и социальных групп

Технологии, методы и формы оказания психологической помощи при нарушениях социализации

Основы психологического консультирования (виды, формы, методы)

Основы проведения психологического тренинга (методология, проведение, результаты, эффекты)

Современные требования к отчетности и качеству представления документации

Требования к конфиденциальности личной информации, хранению и оперированию персональными данными физических лиц

Уметь:

Разрабатывать планы реализации психологического сопровождения, психологических услуг и психологической помощи гражданам и социальным группам

Применять методы психологического консультирования, психологической диагностики

Консультировать ближайшее окружение инвалидов (детей-инвалидов) по вопросам психологической реабилитации и абилитации, обучать их способам применения полученных знаний по психологической реабилитации в домашних условиях

Выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на поведение и взаимоотношения с окружающими людьми

Определять в ходе беседы имеющиеся у получателя социальных услуг проблемы и диагностировать уровень его мотивации к их преодолению

Составлять программы психологической реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов и граждан, реализующих раздел индивидуальной программы реабилитации или абилитации, по социальной, профессиональной реабилитации

Подбирать и применять набор диагностических методик и диагностического инструментария в соответствии с возрастными особенностями личности

Оказывать комплексные услуги медико-социальной реабилитации и абилитации совместно с членами мультидисциплинарной бригады

Подбирать и применять методы создания условий для полноценного психологического развития личности на каждом возрастном этапе для своевременного предупреждения возможных нарушений в развитии личности

Анализировать полученные в результате диагностики данные, составлять психологическое заключение

Разрабатывать мероприятия по психологической реабилитации в программу реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов

Проводить коррекционные мероприятия в соответствии с планом индивидуальной коррекционной работы на основе современных методик, форм и методов

Оценивать эффективность проведенных коррекционных мероприятий

Фиксировать результаты проведения психологической коррекции в рабочей документации

Проводить психологический тренинг с целью снятия последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности; привития социально ценных норм поведения людям, преодолевающим асоциальные формы жизнедеятельности; формирования адаптации к изменяющимся условиям, мотивации членов их семей на ведение здорового образа жизни

Проводить мероприятия по повышению мотивации безработных граждан к труду, активизации позиции по поиску работы и трудоустройству; снижению актуальности психологических проблем, препятствующих профессиональной и социальной самореализации; повышению адаптации к существующим условиям

Проводить работу, направленную на обеспечение психического здоровья и развития личности граждан

Проводить занятия в целях снятия состояния острого психологического дискомфорта/стресса, снижения психологического дискомфорта и уровня агрессии/страха

Оказывать психологическую поддержку лицам для выхода из трудных жизненных ситуаций

Разрабатывать программы индивидуальной работы с учетом конкретных профессиональных задач

Взаимодействовать с лицами, признанными инвалидами (детьми-инвалидами), а также оказывать им необходимую помощь в преодолении барьеров, имеющих в организации

Обрабатывать и хранить персональные данные физических лиц

Использовать современные технологии работы с базами данных и информационными системами (компьютерными программами, информационно-поисковыми системами)

Владеть:

Навыками информирования социального окружения о средствах и методах психологической поддержки граждан, в том числе посредством современных информационных технологий (создание специальных страничек, блогов, групп в социальных сетях)

Навыками проведения комплексной психологической диагностики с целью оценки структуры личности, наличия патопсихологических особенностей, бытовых и профессиональных навыков, потребностно-мотивационной и эмоциональной сфер, а также для инвалидов (детей-инвалидов) - психологической готовности к реабилитации или абилитации

Навыками определения основных направлений психологической и социально-психологической помощи в коррекции психологического состояния в соответствии с результатами проведенной психологической диагностики и обследования

Навыками выявления условий, затрудняющих становление личности граждан, и коррекция их посредством психопрофилактики,

психодиагностики, психокоррекции, консультирования и реабилитации (абилитации)

Навыками подготовки психологических заключений и предоставление консультаций по результатам психологического обследования гражданам, в том числе родителям (законным представителям) детей до 18 лет

Навыками разработки и реализации плана оказания адресной социально-психологической помощи в коррекции психологического состояния граждан для адаптации в социальной среде на основе индивидуальной программы предоставления социальных услуг и индивидуальной программы реабилитации и абилитации инвалида, ребенка-инвалида

Навыками разработки и реализации плана социально-психологического сопровождения и оказания психологической помощи получателям социальных услуг, имеющим ограничения жизнедеятельности, в том числе инвалидам (детям-инвалидам) в целях повышения реабилитационного потенциала и личностного развития

Навыками оказания психологической помощи и поддержки гражданам и социальным группам - получателям срочных социальных услуг, услуг по комплексной реабилитации и абилитации инвалидов (детей-инвалидов) посредством социально-психологического и психологического консультирования

Навыками оказания консультационной психологической помощи анонимно (в том числе с использованием телефона доверия) лицам, находящимся в кризисном или остром психологическом состоянии, направленной на развитие умения справляться с изменившимися условиями жизни, принимать на себя ответственность

Навыками психологического сопровождение процесса реабилитации (абилитации) инвалидов и детей-инвалидов

Навыками коррекций неадекватных проявлений внутренней картины болезни и инвалидности, формирование у инвалидов (детей-инвалидов) психологической направленности на реабилитацию и абилитацию

Навыками реализации психокоррекционной работы с целью адаптации граждан в среде обитания (обществе), преодоления или ослабления отклонений в развитии, эмоциональном состоянии и поведении

Навыками разработки прогноза и рекомендаций коррекционной работы

Навыками проведения психологических тренингов по формированию и развитию личностных качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации

Навыками разработки и реализации программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия населения

Навыками осуществления социально-психологического патронажа в соответствии с планом-графиком посещений

Навыками разработки и реализации тематических планов и/или программ работы групп взаимоподдержки, клубов общения, курирование

групп взаимоподдержки, клубов общения и руководство их работой с целью оказания помощи гражданам (социальным группам) в выходе из состояния дискомфорта, поддержания и укрепления психического здоровья, повышения стрессоустойчивости, уровня психологической культуры в сфере межличностных отношений и общения

Навыками осуществления мер психологической поддержки граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе разработка рекомендаций по повышению мотивации к труду, активизации позиции по поиску работы и трудоустройству, полному разрешению или снижению актуальности психологических проблем, препятствующих профессиональной и социальной самореализации, повышению адаптации к существующим условиям, реализации профессиональной карьеры путем оптимизации психологического состояния

Навыками проведения профориентационной работы в соответствии с требованиями стандарта государственной услуги по организации профессиональной ориентации граждан в целях выбора сферы деятельности (профессии), трудоустройства, прохождения профессионального обучения и получения дополнительного профессионального образования

Навыками обеспечения конфиденциальности полученных в результате деятельности сведений о физических лицах

Навыками ведения документаций и служебной переписки в соответствии с требованиями к отчетности, качеству ее представления

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Учебный план

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)	Всего часов	В том числе			Форма промежуто чного/ итогового контроля
			Лекции	Самост оятельн ая работа	Контроль	
1.	Урок 1. Первые шаги на пути к самой себе	4	0,16	1,84	2	Проверка самостояте льной работы
2.	Урок 2. Забота о себе для соединения с собой	4	0,23	1,77	2	Проверка самостояте льной работы
3.	Урок 3. Техника «заземление»	5	0,47	2,53	2	Проверка самостояте льной работы
4.	Урок 4. Практика сборки своей целостности	4	0,10	1,90	2	Проверка самостояте льной работы
5.	Урок 5. Техника «визуализация изобилия вселенной»	5	0,32	2,68	2	Проверка самостояте льной работы
6.	Урок 6. Техника «восстановление внутреннего спокойствия»	5	0,10	2,90	2	Проверка самостояте льной работы
7.	Итоговая аттестация	2	-	-	2	Экзамен
	Итого	29	1,38	13,62	14	

3.2. Календарный учебный график*

№ п.п.	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)	Количество часов	Период обучения/неделя
1.	Урок 1. Первые шаги на пути к самой себе	4	1 неделя обучения
2.	Урок 2. Забота о себе для соединения с собой	4	2 неделя обучения
3.	Урок 3. Техника «заземление»	5	3 неделя обучения
4.	Урок 4. Практика сборки своей целостности	4	4 неделя обучения
5.	Урок 5. Техника «визуализация изобилия вселенной»	5	4 неделя обучения
6.	Урок 6. Техника «восстановление внутреннего спокойствия»	5	5 неделя обучения
7.	Итоговая аттестация	2	5 неделя обучения
	Итого	29	5 недель обучения

* Начало обучения по мере комплектования учебных групп. Учебные группы формируются в течение всего календарного года.

IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА

Урок 1. Первые шаги на пути к самой себе

Лекция. Современный мир претерпевает изменения. Изменение ценностей. Развитие сердечного пространства. Любовь к себе. Понимание себя и своих чувств. Управление чувствами. Эмпатия. Осознание взаимоотношений. Действовать из внутреннего желания. Что такое женская энергия. Что такое мужская энергия. Чем отличается мужская и женская энергия. В чем суть мужской энергии. В чем суть женской энергии. Как внутренне состояние влияет на нас. Что значит жить в мужской энергии. Баланс женской и мужской энергии.

Самостоятельная работа.

Запишите свою цель на программу, которую определили сегодня. Нарисуйте горизонтальную шкалу от 0 до 10 и отметьте на ней насколько на мужских энергиях, вы действуете относительно этих проявлений (10-ти пунктов) на данный момент.

Наблюдайте в течении недели, как и где проявляется мужская энергия и исследуйте как можно поступить в следующий раз по-другому для большей гармонии внутри.

В течение дня на протяжении всей программы практикуйте дыхание по женскому типу 3 раза в день по 15 минут. Утро, вечер и в течение дня во время каких-то занятий. Можно больше.

Напиши минимум 3 пункта того, что было полезно для вас в этом дне.

Урок 2. Забота о себе для соединения с собой

Лекция. Разработка системы заботы о себе для целостности и соединения с собой. Что такое целостность. Правильная забота о себе. Как слышать свои потребности. Как выделять время для себя в течение дня. Массаж, СПА салоны, ароматерапия. Телесное ощущение. Защитные барьеры как они работают. Физическая нагрузка. Йога. Как научиться своими чувствами и эмоциями. Женские практики. Как получать удовольствие от процесса. Уединение с природой помогает отключиться от суеты мира. Польза практики в медитации.

Самостоятельная работа.

Сделайте практику по уединению с природой.

Запишите свои чувства и мысли, возникшие в ходе практики. Поделитесь тем, что было для вас важным и своими ощущениями во время практики.

Урок 3. Техника «заземление»

Лекция. Что такое заземление. Как правильно выполнять упражнение «заземление». Как правильно держать голову при техники заземления. Какие

ощущения при выполнении данной техники. Как правильно дышать животом. Ощущение вибрации в данной технике. Как правильно дышать через рот. Вес держится на стопах. Голова расслабленная. Сгибание с открытым ртом. Представление «ноги человека как корни дерева». Каналы ног.

Самостоятельная работа.

Выполните практику на заземление.

Спланируйте ближайшие 2 недели исходя из предложенных вариантов (можно добавить свои варианты) заботы о себе для соединения с собой и запланировать то, что вы готовы начать делать уже на этой неделе. И выбрать то, что вы включите в последующие недели и месяцы, постепенно добавляя в свою жизнь из того, о чем мы говорили (сразу всё не старайтесь внести – для мозга, если этого не делали никогда это как красная кнопка, которая сработает «самосаботажом». Поэтому. Дозируйте и вносите постепенно изменения в свою жизнь).

Продолжайте делать дыхание по женскому типу.

Поделитесь своими чувствами и ощущениями о практике заземления.

Напишите минимум 3 пункта того что было полезно для вас в этом дне.

Урок 4. Практика сборки своей целостности

Лекция. На каждом листочке прописать качество, которое тебе нравится. Если не можешь прописать свои качества, то обратиться к знакомым или близким людям (прописать не менее 10). На каждый лист бумаги вставить и прочувствовать каждое качество. Проанализировать свое состояние тела.

Самостоятельная работа.

Выполните практику на сборку своей ценности. Продолжайте делать дыхание по женскому типу.

Напишите свои ощущения и пришлите результат.

Напишите минимум 3 пункта того что было полезно для тебя в этом дне.

Урок 5. Техника «визуализация изобилия вселенной»

Лекция. Займите удобное положение. Руки и ноги выпрямите. Начните смотреть в точку между бровей, держа все внимание в этой точке. Говорите «я делаю богатство привычным для меня», «я делаю богатство привычным для меня». Сделайте глубокий вдох и медленный выдох. Дыхание. Ощущение отдыха и умиротворения. Ощущение полной гармонии с самим собой. Техника «роза желаний». Как благодарить высшее «Я». Медленно раскрыть глаза.

Самостоятельная работа.

Прослушать теорию.

Выполните практику на Визуализацию возвращения лёгкости, спонтанности и вдохновения.

Выполните практику «Роза желаний».

Продолжайте делать дыхание по женскому типу.

Поделитесь своими чувствами и ощущениями о практике «визуализация и Роза желаний».

Нарисуйте горизонтальную шкалу от 0 до 10, и отметьте насколько на женских энергиях вы действуете относительно этих проявлений (10-ти пунктов) на сегодняшний день. Посмотрите на выбранные вами в начале программы - это один из 10 пунктов проявлений женской энергии.

Напишите в чат как и насколько они изменились.

Поделитесь своими наблюдениями. Напишите от 3 пунктов того, что было полезно для вас в этом дне.

Урок 6. Техника «восстановление внутреннего спокойствия»

Лекция. Начинать упражнение «тряска ног». Начинать с ног далее подключать ягодицы, руки, шею, голову. Ощущать вибрацию всего тела. Соединить руки возле сердца. Перенести свое внимание в сердечное пространство. Успокоится и восстановить дыхание. Почувствовать тишину сердца. Почувствовать любовь в сердце и как она распространяется. Представьте яркий свет и как он распространяется. Обнять себя и покачаться.

Самостоятельная работа.

Выполните практику «восстановление внутреннего спокойствия».

Продолжайте делать дыхание по женскому типу.

Поделитесь своими чувствами и ощущениями о практике восстановления внутреннего спокойствия.

Напишите минимум 3 пункта того, что было полезно для вас в этом дне.

Итоговая аттестация. Необходимо пройти тестирование.

V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-технические условия реализации программы

Программа повышения квалификации реализуется исключительно с применением дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ), электронного обучения на платформе для дистанционного обучения Бизон 365.

Технические средства обучения:

Ноутбук ASUS VivoBook Pro 15 - 1 шт.;

Наушники – 1 шт.

Колонки – 1 шт.

Принтер Hp – 1 шт.

Операционная система Microsoft Windows x64;

Браузер Google Chrome.

В учебном процессе используется мультимедиа и оргтехника, лекции сопровождаются слайдовыми и видео презентациями.

Учебные занятия организуются с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в виде онлайн-курса, обеспечивающих для обучающихся независимо от их места нахождения и организации, в которой они осваивают образовательную программу, достижение и оценку результатов обучения путем организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет».

Для эффективного внедрения дистанционных образовательных технологий и использования электронных образовательных ресурсов имеется качественный доступ педагогических работников и обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети Интернет. (оператор услуг связи ПАО «Ростелеком», скорость доступа 10 Мбит/с, круглосуточно).

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учета объемов потребляемого трафика.

Для использования дистанционных образовательных технологий педагогическому работнику предоставляется свободный доступ к средствам информационных и коммуникационных технологий.

Рабочее место педагогического работника и обучающегося оборудовано персональным компьютером и компьютерной периферией (веб-камерой, микрофоном, аудиокolonками и(или) наушниками).

5.2. Организация образовательного процесса

Форма обучения – заочная с исключительным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю и составляет не более 8 часов в день.

Выбор методов обучения для каждого занятия определяется преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности обучающихся, степенью сложности излагаемого материала, наличием и состоянием учебного оборудования, технических средств обучения, местом и продолжительностью проведения занятий.

Теоретические занятия проводятся с целью изучения нового учебного материала. Изложение материала необходимо вести в форме, доступной для понимания обучающихся, соблюдать единство терминологии, определений и условных обозначений, соответствующих международным договорам и нормативным правовым актам. В ходе занятий преподаватель обязан соотносить новый материал с ранее изученным, дополнять основные положения примерами из практики, соблюдать логическую последовательность изложения.

Самостоятельная работа проводится с целью закрепления теоретических знаний и выработки у обучающихся основных умений и навыков работы в ситуациях, максимально имитирующих реальные условия.

Обучение ведется на русском языке.

5.3 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора.

Образовательный процесс по образовательной программе обеспечивает преподаватели, соответствующие требованиям в сфере образования. Преподаватели должны иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или 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 и повышение квалификации по направлению подготовки «Образование и педагогика».

Особые условия допуска к работе - отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

5.4. Учебно-методическое обеспечение программы

Основная литература:

1. Тимошенко Г., Леоненко Е. Групповая психотерапия: программы, умения, техники. Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero, 2018 – 618 с.
https://www.litres.ru/static/or4/view/or.html?baseurl=/download_book/37665220/60574522/&art=37665220&user=386772892&uilang=ru&catalit2&track_reading&fb3_master=
2. Бородянский М. 8 цветных психотипов: кто вы? ООО «Издательство АСТ», 2018. – 276 с.
https://www.litres.ru/static/or4/view/or.html?baseurl=/download_book/18397891/87391797/&art=18397891&user=386772892&uilang=ru&catalit2&track_reading&fb3_master=
3. Лейтем Томас. Зажги свой внутренний свет. Как научиться слушать себя и привлечь на свою орбиту всё, что захочешь. Йоффе Л., перевод на русский язык, 2022. ООО Издательство Эксмо, 2022– 261 с.
https://www.litres.ru/static/or4/view/or.html?baseurl=/download_book/66897638/91126053/&art=66897638&user=386772892&uilang=ru&catalit2&track_reading&fb3_master=

Дополнительная литература:

1. Петрановская Л.В.. Лайфхаки для работающей мамы. ООО «Издательство АСТ», 2017 – 151 с.
https://www.litres.ru/static/or4/view/or.html?baseurl=/download_book/22484888/91376116/&art=22484888&user=386772892&uilang=ru&catalit2&track_reading&fb3_master=
2. Федоров А. Куш. Е. Работа со страхами. Самые надежные техники. 2019. – 27 с.
https://www.litres.ru/static/or4/view/or.html?baseurl=/download_book/42772780/105737539/&art=42772780&user=386772892&uilang=ru&catalit2&track_reading&fb3_master=
3. Арнольд Минделл. Процессуальный ум. Руководство по установлению связи с Умом Бога. Издательство: Ipraktik. 2011. – 503 с.
https://www.litres.ru/static/or4/view/or.html?baseurl=/download_book/9525202/60282594/&art=9525202&user=386772892&uilang=ru&catalit2&track_reading&fb3_master=

VI. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

При реализации образовательной программы оценка результатов освоения программы проводится в рамках текущего, промежуточного контроля успеваемости и итоговой аттестации.

Текущий и промежуточный контроль успеваемости осуществляется в ходе изучения тем соответствующих модулей.

Текущий контроль

Текущий контроль успеваемости проводится с целью получения оперативной информации о качестве усвоения обучающимися учебного материала, управления учебным процессом и совершенствования методики проведения занятий.

Форма текущего контроля - педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль

Промежуточный контроль обучающихся предназначен для определения степени достижения учебных целей при изучении тем программы в целом. Форма промежуточного контроля – оценка самостоятельных работ.

Критерии оценивания промежуточного контроля: правильность ответа по содержанию занятия (учитывается количество и характер ошибок при ответе); полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.); сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала); логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией).

При проведении промежуточного контроля применяются зачетная система оценки: «зачтено»/ «не зачтено».

Отметка «зачтено»

Выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающиеся работали полностью самостоятельно: подобрал необходимые для выполнения предлагаемой работы источники знаний, применил теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформлена аккуратно, в оптимальной для фиксации результатов форме.

Отметка «не зачтено»

Выставляется в том случае, когда обучающийся оказался не подготовленным к выполнению этой работы. Полученные результаты не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Обнаружено плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

Итоговая аттестация проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, умений и навыков по

образовательной программе; получения сведений для совершенствования педагогом образовательной программы и методики обучения.

В конце программы итоговая аттестация проводится в форме экзамена. Экзамен состоит в виде тестирования.

Тестирование состоит из 20 вопросов: выбрать правильный ответ из предложенных. Вопросы ранжируются в случайном порядке. 14 правильных ответов говорит об успешной сдаче.

Цель экзамена:

Подведение итогов работы группы обучающихся по освоению дополнительной профессиональной программы.

Получение и обобщение сведений для совершенствования педагогом образовательного процесса по образовательной программе и методики обучения.

Задачи итоговой аттестации:

-определить степень результатов обучения по образовательной программе;

- проверка теоретических знаний и практических умений, обучающихся;

- закрепление теоретических знаний и практических умений по образовательной программе;

- реализация полученных знаний, умений и навыков в новых ситуациях.

Требования к итоговой аттестации:

Задачи итоговой аттестации должны определять, какой материал вынесен для подведения итогов выполнения образовательной программы.

Итоговая аттестация должна быть направлена на обобщение, повторение, подведение итогов изученного за учебный период.

Педагог определяет основные понятия, термины, необходимые для повторения и обобщения материала.

Форма проведения занятия должна соответствовать теме занятия, отвечать его задачам.

Структура итоговой аттестации:

Должна быть логичной и отвечать следующим требованиям:

Комплексное планирование познавательных и воспитательных задач.

Выделение главного в занятии.

Определение последовательности этапов и оптимальное распределение времени между ними.

Целесообразное применение разнообразных средств и методов обучения.

Дифференцированный и индивидуальный подход к обучающимся.

Создание необходимых материальных условий.

Подведение итогов итогового тестирования.

Требования к итоговой аттестации: выполнение всех заданий и ответы на все вопросы в соответствии с требованиями к каждой из работ.

Критерии оценивания: обучающиеся считаются прошедшим итоговую аттестацию при положительном оценивании заданий.

Оценка: зачет / незачет.

Успешным прохождением аттестации считается не менее 70% правильных ответов.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лица освоившим часть дополнительной профессиональной программы и (или) отчисленным из организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому организацией. Документ об обучении выдается на бланке, образец которого самостоятельно устанавливается организацией.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: ведется в электронном виде на обучающей платформе

Оценочные материалы

Обучающийся должен выполнить следующие действия:

выполнение всех заданий и ответы на все вопросы в соответствии с требованиями к каждой из работ. По результатам итоговой аттестации выставляются оценки: «зачтено» или «не зачтено».

Отметка «зачтено»

Итоговое тестирование выполнено в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающийся работал полностью самостоятельно: подобрал необходимые для выполнения предлагаемой работы источники знаний, показали необходимые для проведения практических и самостоятельных работ теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформлена аккуратно, в оптимальной для фиксации результатов форме. Обучающийся ответил верно на 70% вопросов или более.

Отметка «не зачтено»

Выставляется в том случае, когда обучающийся оказался не подготовленным к выполнению этой работы. Полученные результаты не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Обнаружено плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений. Обучающийся ответил не верно менее, чем на 70% вопросов.

VII. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Учебное занятие строится следующим образом: его начало посвящено рассмотрению теоретического материала. В ходе рассказа, просмотра презентационного материала, лекции или беседы педагога, обучающиеся получают теоретические знания, которые затем должны реализовать в практических заданиях - упражнениях и проектах. Практические задания выполняются индивидуально каждым обучающимся.

Во время выполнения обучающимися практических заданий педагог имеет возможность не только работать с каждым из них поочерёдно, координировать их деятельность, но и организовать индивидуальный контроль обучающихся, выявляя уровень самостоятельности, отмечая успехи. В конце занятия подводятся итоги, обсуждается выполненная работа. Самостоятельную работу обучающихся можно организовать парами, мини группами.

В ходе образовательного процесса в целях эффективности организации учебно-творческой деятельности обучающихся, педагогом могут быть использованы:

следующие приемы и методы:

- объяснительно – иллюстративный, он способствует правильной организации восприятия и первичного осмысления обучающимися новой информации с помощью рассказа, демонстрации наглядного материала и технических средств,

- репродуктивный метод, он направлен на формирование умений и навыков посредством выполнения практических упражнений, проведения беседы, повторения пройденного и т.п.,

- метод проблемного обучения помогает педагогу организовать активную самостоятельную деятельность обучающихся с целью творческого овладения ими профессиональными знаниями, умениями, навыками.

- метод проекта, он способствует индивидуализации учебного процесса, развитию самостоятельности обучающихся, правильному планированию их учебной деятельности и исследовательской работы, продуктивному завершению работы.

- эвристические методы в сочетании с объяснительно-иллюстративными и репродуктивными методами.

Изучение теории предполагает такие формы проведения занятия, как:

- устное объяснение нового материала с записью ключевых моментов с доски — в учебной тетради в начале занятия;

- демонстрация выполнения работы по теме занятия со всеми подробностями и пояснениями с помощью учебной доски или мультимедийного проектора.

Вопросы для итоговой аттестации

1. Что такое стресс?
 - Психическое заболевание
 - **Реакция организма на внешние угрозы или вызовы**
 - Спокойное состояние
2. Чем является осознанное внешнее согласие с группой при внутреннем расхождении с ее позицией:
 - Психическое заражение
 - **Конформность**
 - Убеждение
3. Согласно французской пословице, чем является умение сказать человеку то, что он сам о себе думает:
 - Complimentом
 - **Лестью**
 - Критикой
4. Что свойственно манипуляторному стилю общения:
 - Имеет тайный характер намерений
 - **Вид психологического воздействия, используемый для достижения одностороннего порядка**
 - Предполагает ясность внутренних приоритетов
5. Сознание и речь существуют параллельно и независимо друг от друга, соединяясь лишь в момент высказывания, так ли это:
 - Нет
 - Отчасти
 - Да
6. Личность – это:
 - Персона, публичное лицо
 - **Человек как субъект социальной деятельности**
 - Социальный статус
 - Социальная роль
7. Как называется способ понимания другого человека, уподобление ему, отождествление с ним себя?
 - **Идентификация**

- Эмпатия
- Рефлексия

8. Что будет являться существенным признаком внушения:

- **Некритическое восприятие информации**
- Недоверие
- Критичность

9. Какое понятие не относится к визуальному типу:

- Прояснить
- Чувствовать
- **Перспектива**

10. Как называется состояние, при котором человек испытывает сильное внутреннее разочарование или потерю интереса к жизни?

- Шизофрения
- Мышление
- **Внимание**

11. Что такое передача эмоционального состояния человеку или группе, помимо собственно смыслового воздействия:

- Убеждение
- **Психическое заражение**
- Эмпатия

12. Что такое эмпатия?

- Способность критически мыслить
- **Способность понимать и разделять чувства других людей**
- Вид человеческого интеллекта

13. Какие условия должны быть соблюдены для преодоления всех барьеров общения:

- Понимание партнера, адекватное представление о его точке зрения
- Понимание целей партнера
- **Оба варианта верны**
- Нет верного ответа

14. Чувство познания всегда.....

- Объективно
- Дедуктивно
- **Субъективно**

15. К психическим состоянием относятся:

- Представление, темперамент
- Страх, уныние, адаптация
- **Воображение, мышление, речь**
- Способности, характер, направленность

16. К психическим свойствам личности относятся:

- **Способность, характер, направленность**
- Страх, уныние, адаптация
- Воображение, мышление, речь

17. Что такое самореализация?

- **Процесс достижения личностных целей и потенциала**
- Процесс изучения собственной личности
- Способность общаться с самим собой

18. Что такое цель?

- **Конкретный результат, к которому стремится человек**
- Воображаемый успех
- Стратегия деятельности
- Визуализация результата

19. Восприятие, в отличие от ощущения:

- Предполагает частичное познание объекта
- Предполагает избирательность в познании объекта
- **Предполагает целостное познание объекта**

20. Самооценка личности в психологии:

- **Оценивание собственных личностных качеств, чувств, достоинств и демонстрирование их окружающим**
- Психологическое состояние, когда человек концентрируется на своем эго и не замечает собственных недостатков
- Представление о собственных навыках и талантах