

Тревога как симптом нарушения адаптации: практика психологической помощи

Вид образования: дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

Цель: совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Категория слушателей: специалисты со средним и высшим профессиональным образованием (педагогическое психологическое, социально-педагогическое).

Форма обучения: дистанционная.

В результате обучения участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные компетенции:

- поймут психологические механизмы формирования тревоги, исследовать ее последствия и проявления;
- получат представление о разных формах дезадаптирующей тревоги, о ее связи с психосоматикой;
- освоят приемы выявления различных форм тревоги в ходе консультации;
- разграничат сферу компетенций психолога и психиатра в работе с тревожными нарушениями;
- отработают практические приемы коррекции дезадаптирующих тревожных состояний;
- использовать полученные знания и навыки в своей профессиональной деятельности.

Учебно-тематический план:

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
Тревога как симптом нарушения адаптации: практика психологической помощи	16	5	11	Супервизия

Календарный учебный график:

объем ОП (кол-во ак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
16	2	дд.мм.гг начала про- граммы – дд.мм.гг окончания	1 день 10:00 – 11:20 11:30 – 13:00 14:00 – 15:30 15:45 – 17:00	4	16	0	дд.мм.гг, супер- визия

		программы					
--	--	-----------	--	--	--	--	--

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

Учебная программа:

Личностный блок

- Тревога глазами психиатра и психолога: границы компетенций и возможности психологической помощи.
- Когда тревога становится симптомом нарушения психологической адаптации?
- Формы психологически обусловленной тревоги и способы их выявления: тревога, связанная с ожиданиями в будущем; тревога, связанная с прошлым опытом человека; тревога и контакт с настоящим – страх действия; тревога и психосоматика.
- Тактики психологической помощи клиентам с разными формами психологически обусловленной тревоги: восстановления психического равновесия; ментальная фокусировка; регуляция эмоционального напряжения; поиск ресурсов для адаптации; профилактика тревожных нарушений в будущем.
- Позиция психолога при работе с тревожным клиентом.

Формы работы: мини-лекции, демонстрационные сессии, упражнения для отработки навыков, примеры из опыта работы преподавателя, разбор сложных случаев участников.