

Общество с ограниченной ответственностью
«Международная академия гештальта» (МАГ)

«УТВЕРЖДАЮ»
Ректор ООО «МАГ»
О.Д. Алеева



О.Д. Алеева

«26» июля 2022 г.

**Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации
*Работа с травмой в полимодальном подходе***

Разработчики курса:
Белкина Т.О.
Щеглова Т.Б.

Одобрено на заседании
методического совета МАГ.
Протокол №1-МС-22 от «26» июля 2022 г.
ФИО, подпись

Алеева О.Д., О.Д. Алеева

Москва 2022

Введение

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации «Работа с травмой в полимодальном подходе» (далее «программа») направлена на подготовку психологов и психотерапевтов для работы с психологической травмой.

Первые упоминания самого термина «психологическая травма» находят в учебнике Э. Креплена «Введение в психиатрическую клинику», который вышел в 1900 году. Само же понятие психической травмы было введено немецким неврологом Альбертом Ойленбургом в 1878 г., а термин «травматический невроз» принадлежит Герману Оппенгейму, впервые сформулировавшему его в 80-х годах XIX века. Активно использовать этот термин стали в 80-х годах XX века с началом стремительного развития кризисной психологии.

Психологическая травма – это вред, нанесённый психическому здоровью человека в результате интенсивного воздействия неблагоприятных факторов среды или остроэмоциональных стрессовых воздействий других людей на его психику.

Справиться с симптомами психологической травмы и посттравматическими реакциями (ПТСР) самостоятельно очень сложно, а практикующие психологи зачастую не знают ее особенностей и не владеют специальными инструментами, которые необходимы для работы с травматичным опытом в гештальт-подходе. Освоение программы позволит психологам и психотерапевтам приобрести необходимые для работы с психологической травмой знания и навыки.

Трудоемкость программы – 351 академический час.

По окончании освоения программы обучающиеся получают свидетельство о повышении квалификации и сертификат Международной академии гештальта.

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Нормативная база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам (утв. приказом Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499);
- письмо Минобрнауки России от 27 декабря 2017 г. № 08-2739 «О модернизации системы дополнительного педагогического образования в Российской Федерации»;
- методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов (утв. приказом Минобрнауки России 22 января 2015 г. № ДЛ-1/05вн);
- приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29.07.2020 № 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология»;
- приказ Минтруда России от 18.11.2013 №682н «Об утверждении профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере"»;
- Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации»;
- Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- приказ Минобрнауки России от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- письмо Минобрнауки России от 10 апреля 2014 г. № 06-381 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по использованию электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных профессиональных образовательных программ).

1.2. Цель реализации программы: *формирование, развитие и совершенствование профессиональных компетенций обучающихся в работе в гештальт-подходе с клиентами, получившими психологическую травму.*

1.3. Формируемые, развиваемые и совершенствуемые компетенции

Категория компетенций	Код	Компетенция	Направление и уровень подготовки	Нормативная база
Развиваемые и совершенствуемые компетенции				
Межкультурное взаимодействие	УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	37.03.01 Психология (бакалавриат)	Приказ Минобрнауки РФ от 29.07.2020 г. N 839
Супервизия	ОПК-7	Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией	37.03.01 Психология (бакалавриат)	Приказ Минобрнауки РФ от 29.07.2020 г. N 839
Психологическая помощь	ПК-3	Способен к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	37.03.01 Психология (бакалавриат)	Приказ Минобрнауки РФ от 7.08. 2014 г. N 946
Психодиагностика	ПК-4	Способен к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	37.03.01 Психология (бакалавриат)	Приказ Минобрнауки РФ от 7.08. 2014 г. N 946
Психологическая диагностика и психокоррекция личности	ПК-5	Способен к психологической диагностике, прогнозированию изменений и динамики уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека	37.03.01 Психология (бакалавриат)	Приказ Минобрнауки РФ от 7.08. 2014 г. N 946

Формируемые компетенции			
	ПК	Способен к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей получения и развития психологической травмы и ПТСР	ЛНА МАГ
	ПК	Способен к осуществлению процедуры оказания психологической помощи индивиду с психологической травмой и ПТСР	ЛНА МАГ

1.4. Планируемые результаты обучения

По окончании освоения программы обучающиеся **будут знать:**

1.4.1 психологические особенности стресса, кризиса, психологической травмы;

1.4.2 психологические особенности внутреннего мира человека, перенесшего психологическую травму (здоровая, адаптивная и травмированная части психики, внутренняя картина мира человека при травме);

1.4.3 основные понятия психологической травмы и её характеристики;

1.4.4 основные этапы развития человека и возможные травмы в эти периоды;

1.4.5 характеристику процесса общения (контакта) человека с травматичным опытом и основные способы его прерывания;

1.4.6 основные понятия психологической травмы (особенности клиент-терапевтических отношений с травмированными клиентами и консультирования в гештальт-терапии (работа с эмоциональным и телесным состояниями клиента, работа с травматичным опытом);

1.4.7 алгоритм профессиональной деятельности гештальт-консультанта, гештальт-терапевта при работе с кризисным или травматическим опытом;

будут уметь:

1.4.8 проводить диагностику состояния клиента с психологической травмой и видов травмы;

1.4.9 организовывать клиент-терапевтическую сессию в зависимости от состояния клиента и его и актуального запроса;

1.4.10 подбирать и применять техники гештальт-терапии для продвижения и реализации запроса клиента в консультировании или психотерапии и ассимиляции травматичного опыта;

1.4.11 экологично и адекватно клиентскому запросу использовать соответствующие виды практик.

1.5. Категория обучающихся

На обучение по программе принимаются

- специалисты, имеющие/получающие среднее или высшее профессиональное образование по направлениям подготовки 37.03.01 Психология (бакалавриат) и 37.04.01 Психология (магистратура); 31.08.20 Психиатрия;
- специалисты, успешно освоившие программу профессиональной переподготовки и имеющих сертификацию по направлениям «Гештальт-терапия», «Психодрама», или другому признанному методу психотерапии или психологической коррекции личности;
- выпускники гештальт-институтов или студенты, освоившие не менее половины программы обучения гештальт-институтов, имеющие диплом об образовании в области психологии;
- студенты профильных вузов (освоившие не менее 230 часов обучения по дисциплине «психология»).

Наличие указанного образования должно подтверждаться документами государственного образца.

По окончании обучения успешно выполнившие все условия итоговой аттестации обучающиеся получают удостоверение о повышении квалификации и сертификат от Международной академии гештальта. Обучающиеся, осваивающие программу одновременно с получением высшего (среднего) профессионального образования (или с освоением программы профессиональной переподготовки по любому признанному методу психотерапии или психологической коррекции личности), получают указанные документы только по окончании основного обучения.

1.6. Форма обучения: очная.

1.7. Трудоёмкость программы: 351 ак.ч, из них

- теоретические занятия – 120 ак. ч;
- практические занятия – 204 ак.ч;
- самостоятельная работа – 27 ак.ч.

1.8. Режим занятий, срок освоения программы

Теоретическая часть программы осваивается обучающимися во время семинаров, практическая – во время выполнения упражнений и демонстрационных учебных сессий, самостоятельная работа предусматривает работу с клиентом с психологической травмой, итоговая аттестация – выполнение проектной работы по результатам работы с клиентом, имеющим травматичный опыт.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего (ак. ч)	Виды учебной деятельности			Форма контроля
			Теоретические занятия (ак. ч)	Практические занятия (ак. ч)	Самостоятельная работа (ак. ч)	
1.	Психологическая травма: понятие, причины, классификация. Стресс, кризис, травма: разница понятий и состояний. Устройство психической травмы, виды травм. Психогигиена терапевта. Первая встреча с клиентом. Основные задачи установление контакта и формирование контракта при работе с психической травмой	27	10	17		Наблюдение, супервизия
2.	Работа с горем. Психология потери, концепции горевания в психотерапии. Техники работы с нормальным и осложнённым горем. Особенности работы с разными видами горя. Самопомощь терапевту, профилактика выгорания	27	10	17		Наблюдение, супервизия
3.	Травмы развития. Диагностика. Привязанность/сепарация	29	10	17	2	Наблюдение, супервизия

4.	Влияние травм развития на формирование личности. Возрастные кризисы и кризисы развития. Боль в личной жизни терапевта и клиента. Встреча с феноменом боли в КТО	29	10	17	2	Наблюдение, супервизия
5.	Травмы семейных систем. Трансгенерационный взгляд на травмы. Профилактика антивитаальных тенденций в семейной системе. Генограмма, как способ диагностики. Работа с семейными травмами и посланиями	29	10	17	2	Наблюдение, супервизия
6.	Экстремальные ситуации. Методы и технологии работы в экстремальных ситуациях. Работа психолога с чрезвычайными ситуациями. Военные травмы	29	10	17	2	Наблюдение, супервизия
7.	Перинатальные травмы. Особенности перинатальных травм и утрат. Специфика работы с перинатальными травмами и утратами. Особенности работы с экзистенциальными данностями в ситуации перинальной утраты	29	10	17	2	Наблюдение, супервизия
8.	ПТСР: причины, виды, диагностика. Способы и подходы к работе в случае формирования посттравматического стрессового расстройства	29	10	17	2	Наблюдение, супервизия
9.	Детские травмы. Особенности работы с детьми и подростками	32	10	17	5	Наблюдение, супервизия

10.	Практика по работе с детьми в ситуации психической травмы и травмами у подростка	32	10	17	5	Наблюдение, супервизия
11.	Арт гештальт в работе с психической травмой	32	10	17	5	Наблюдение, супервизия
12.	Методы психодрамы при работе с психической травмой	27	10	17		Наблюдение, супервизия
13.	Итоговая аттестация	Вне сетки часов				Проверка преподавателем проектной работы, обратная связь (письменный отзыв), выставление оценки
ИТОГО		351	120	204	27	

2.2. Учебная программа

№ п/п	Вид учебной деятельности	Содержание
Тема 1 Психологическая травма	<i>Шеринг*, семинар, обсуждение, выполнение упражнений в тройках, демонстрационная сессия под супервизией и ее разбор</i>	<p><u>Теория (семинар):</u> психологическая травма: понятие, причины, классификация. Стресс, кризис, травма: разница понятий и состояний. Устройство психической травмы, виды травм. Психогигиена терапевта. Первая встреча с клиентом. Основные задачи установление контакта и формирование контракта при работе с психической травмой.</p> <p><u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя</p>
Тема 2 Работа с горем	<i>Шеринг, семинар, обсуждение, выполнение упражнений в тройках, демонстрационная сессия под супервизией и ее разбор</i>	<p><u>Теория (семинар):</u> работа с горем. Психология потери, концепции горевания в психотерапии. Техники работы с нормальным и осложнённым горем. Особенности работы с разными видами горя. Самопомощь терапевту, профилактика выгорания.</p> <p><u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя</p>
Тема 3 Травмы развития	<i>Шеринг, семинар, обсуждение, выполнение упражнений в тройках, демонстрационная сессия под супервизией и ее разбор</i>	<p><u>Теория (семинар):</u> травмы развития. Диагностика. Привязанность/сепарация.</p> <p><u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя</p> <p><u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом</p>

<p>Тема 4 Влияние травм развития на формирование личности</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение, выполнение упражнений в тройках, демонстрационная сессия под супервизией и ее разбор</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> влияние травм развития на формирование личности. Возрастные кризисы и кризисы развития. Боль в личной жизни терапевта и клиента. Встреча с феноменом боли в КТО. <u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя. <u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом</p>
<p>Тема 5 Травмы семейных систем</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение, выполнение упражнений в тройках, демонстрационная сессия под супервизией и ее разбор</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> травмы семейных систем. Трансгенерационный взгляд на травмы. Профилактика антивитальных тенденций в семейной системе. Генограмма, как способ диагностики. Работа с семейными травмами и посланиями. <u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя. <u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом</p>
<p>Тема 6 Экстремальные ситуации</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> экстремальные ситуации. Методы и технологии работы в экстремальных ситуациях. Работа психолога с чрезвычайными ситуациями. Военные травмы. <u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя <u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом</p>

<p>Тема 7 Перинатальные травмы</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> перинатальные травмы. Особенности перинатальных травм и утрат. Специфика работы с перинатальными травмами и утратами. Особенности работы с экзистенциальными данностями в ситуации перинальной утраты.</p> <p><u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя.</p> <p><u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом</p>
<p>Тема 8 ПТСР: причины, виды, диагностика</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> ПТСР: причины, виды, диагностика. Способы и подходы к работе в случае формирования посттравматического стрессового расстройства.</p> <p><u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя.</p> <p><u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом</p>
<p>Тема 9 Детские травмы</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> детские травмы. Особенности работы с детьми и подростками.</p> <p><u>Практика:</u> освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя</p> <p><u>Самостоятельная работа:</u> работа с клиентом с травматичным опытом. Выполнение проектной работы</p>
<p>Тема 10 Практика по работе с детьми в ситуации психической травмы и травмами у подростка</p>	<p><i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i></p>	<p><u>Теория (семинар):</u> особенности подросткового возраста и психологических травм в этот период. Практика по работе с детьми в ситуации психической травмы и травмами у подростка.</p> <p><u>Практика:</u> Освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя.</p>

		Самостоятельная работа: работа с клиентом с травматичным опытом. Выполнение проектной работы
Тема 11 Арт-гештальт в работе с психической травмой	<i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i>	Теория (семинар): арт-гештальт в работе с психической травмой. Практика: Освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя. Самостоятельная работа: работа с клиентом с травматичным опытом. Выполнение проектной работы
Тема 12 Методы психодрамы при работе с психической травмой	<i>Шеринг, семинар, обсуждение результатов выполненных упражнений</i>	Теория (семинар): методы психодрамы при работе с психической травмой. Практика: освоение теории с трех позиций: наблюдатель, клиент, терапевт – работа в тройках. Показ работы с травматичным опытом клиента под супервизией преподавателя
Тема 13 Итоговая аттестация	<i>Проверка проектных работ/подготовка письменного отзыва</i>	Проверка преподавателем проектных работ обучающихся и подготовка письменного отзыва на них

* **Шеринг** – это способ общения преподавателя с обучающимися, который требует обратной связи от них. Обучающиеся психологи должны включиться в беседу, поделиться своими мыслями и переживаниями насчет происходящего. При этом сам тренер говорит мало, лишь направляя разговор в нужное русло, а своих подопечных – к верным умозаключениям.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

3.1. Итоговая аттестация проводится в форме оформления и проверки проектной работы (описания и разбора самостоятельной работы с клиентом с травматичным опытом). По итогам проверки выставляется итоговая оценка (зачёт/незачёт), обучающиеся получают письменный отзыв на свою работу.

Требования к содержанию и оформлению проектной работы

Проектная работа – письменная работа, описывающая конечный продукт, полученный в результате планирования и выполнения комплекса учебных и исследовательских заданий. Позволяет оценить:

- умение обучающихся свободно ориентироваться в информационном пространстве и применять в процессе решения практических задач соответствующие конкретной ситуации знания, умения и навыки;
- уровень сформированности аналитических, исследовательских и практических навыков;
- уровень сформированности профессиональных компетенций.

Тематика проектной работы посвящена анализу психологической травмы у клиента.

Крайний срок сдачи проектной работы для получения «зачтено» на итоговой аттестации – не позднее, чем за 2 недели до даты итоговой встречи.

Структура проектной работы

Описание работы с одним клиентом с травматичным опытом должно содержать:

- 1) анамнез (данные о клиенте): имя (можно вымышленное), возраст, социальное положение, семейное положение, важные сведения о жизни клиента за последние полгода/год (выявляются на первой встрече); формулировку запроса клиента (с каким вопросом клиент обратился к консультанту);
- 2) анализ травматичного опыта клиента, который включает: критерии психологической травмы у данного клиента, как обнаружили травму, какова ее история, какую стратегию работы выбрали, и какие клиент-терапевтические отношения удалось установить; результаты наблюдения консультанта за особенностями поведения клиента с психологической травмой во время встреч с опорой на теорию гештальт-подхода; стенограммы встреч с клиентом, иллюстрирующие размышления консультанта об особенностях консультативного процесса с конкретным клиентом (не более 1/3 от описания работы с клиентом); общий вывод о достигнутых результатах консультативной работы.

Требования к оформлению проектной работы

Работа должна быть выполнена в формате Microsoft Word; поля: левое – 3 см, правое – 1 см, верхнее и нижнее – по 2 см; шрифт Times New Roman; размер шрифта 12; межстрочный интервал 1,5; отступ 1,25; выравнивание по ширине. Проектная работа должна содержать описание работы с одним клиентом общим объёмом 12–25 страниц печатного текста (23 000–48 000 знаков с пробелами). На титульном листе должны быть указаны сведения об авторе (ФИО, номер учебной группы).

3.2. Критерии оценивания проектной работы

Результат итоговой аттестации	Критерии оценивания
Зачтено	<p>Обучающийся считается прошедшим итоговую аттестацию, если он:</p> <ul style="list-style-type: none">● посетил все встречи (полностью все дни каждой встречи) или отработал пропуски с другой группой;● способен выделить и описать:<ul style="list-style-type: none">✓ формулировку запроса клиента с психологической травмой (с каким вопросом клиент с травматичным опытом обратился к консультанту);✓ результаты наблюдения консультанта за особенностями поведения клиента с травматичным опытом во время сессии с опорой на теорию гештальт-терапии;✓ способен сделать общий вывод о достигнутых результатах консультативной работы.● выполнил и оформил проектную работу, которая соответствует предложенной структуре и включает в себя всю необходимую информацию
Не зачтено	<p>Обучающийся считается не прошедшим итоговую аттестацию, если он:</p> <ul style="list-style-type: none">● имеет неотработанные пропуски занятий;● не привёл структуру проектной работы в соответствие с предложенной формой и/или в тексте его работы отсутствует необходимая информация;● не способен выделить и описать хотя бы одну из перечисленных тем:<ul style="list-style-type: none">✓ формулировка запроса клиента с психологической травмой (с каким вопросом клиент обратился к консультанту);✓ результаты наблюдения консультанта за особенностями поведения клиента с психологической травмой во время сессии с опорой

	на теорию гештальт-терапии; ✓ общие выводы о достигнутых результатах консультативной работы
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Кадровое обеспечение программы

- Возраст преподавателя: не моложе 30 лет.
- Наличие высшего профессионального образования по направлениям подготовки «Психология» и/или «Образование и педагогика» и документа об освоении программы профессиональной переподготовки по направлению «Гештальт-терапия».
- Преимуществом будет наличие документа об освоении программы повышения квалификации по направлению «Образование и педагогика (методика преподавания)».
- Опыт психологического консультирования, психологической коррекции личности и психотерапии не менее 5 лет.

Основная литература

1. Кадыров Р.В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): учебник и практикум для вузов. Москва: Издательство Юрайт. 2023. 644 с.
2. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь пострадавшим от насилия: учебник/ И.Г. Малкина-Пых. — Москва: КНОРУС, 2023. —334с.
3. Одинцова М.А. Самаль Е.В. Психология экстремальных ситуаций. Москва: Юрайт. 2022. 303 с.
4. Решетников, М. М. Психическая травма: учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 200 с.

Дополнительная литература:

5. Леонтьев Д.А. Удары судьбы как стимулы личностного развития: феномен посттравматического роста // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты под ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. Москва, ИПРАН, 2016. С. 144-158 URL: https://lib.ipran.ru/upload/papers/paper_26549702.pdf
6. Ловягина А.Е. Теория и методы психической саморегуляции. Спб. 2020. 144 с. URL: https://pure.spbu.ru/ws/files/74873528/_pdf
7. Моховиков А. Н. Болевые точки психотерапии: принимая вызов/ ред. сост. Д. Леонтьев. –М.: Смысл, 2018. – 212с.
8. Моховиков А. Н. Психическая боль. Природа, диагностика и принципы гештальт-терапии / Гештальт — 2004: сборник материалов Московского Гештальт института. — М.: МГИ, 2004. 97с.
9. Одинцова М.А. Психология жизнестойкости. М.: Флинта. 2020. <https://znanium.com/catalog/document?id=360249>

10. Погодин И.А. Переживание в этиологии психической травмы/Психическая травма и переживание: гештальт-терапия кризиса (Специальный авторский выпуск «Вестник гештальт-терапии»): Сб. статей. Вып.7/Под ред. И.А. Погодина и др. Мн., 2008а. с 6–16.

11. Сеницына Т.Ю. Кучер А.А. Экстренная психологическая помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях. Москва, НИИ школьных технологий. 2014. 574 с.

12. Шварц А. Терапия комплексного посттравматического стрессового расстройства: практическое руководство.: Пер. с англ. – СПб.: «Диалектика», 2020. — 176 с.

4.3 Материально-технические условия реализации программы.

Для успешного освоения программы требуются:

- ✓ помещение для групповых занятий;
- ✓ основное оборудование – стулья, флип-чарт;
- ✓ дополнительное оборудование – пледы, подушки, компьютер с выходом в интернет, веб-камерой и микрофоном;
- ✓ отдельное помещение или другое выделенное пространство для отдыха.