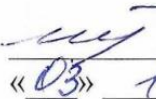


**Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Приморский краевой институт развития образования»
(ГАУ ДПО ПК ИРО)**

СОГЛАСОВАНО

Директор ЦППМСп
ГАУ ДПО ПК ИРО

 И.С. Гамануха
«03» 10 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научно-
исследовательской и учебно –
методической работе ГАУ ДПО
ПК ИРО



О.Б. Богданова
«03» 10 2025 г.

М.П.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
повышения квалификации**

**«Сохранение психологического здоровья педагогов-психологов.
Супервизия для педагога-психолога. Ресурс вне учебной и
внеурочной деятельности в психолого-педагогическом
сопровождении обучающихся»**

Владивосток

2025

Раздел 1. Характеристика программы

1.1 Цель реализации программы: повышение профессиональной компетентности и психологического благополучия педагогов-психологов через освоение техник саморегуляции и профилактики выгорания, овладение основами супервизии и расширение ресурсной базы для эффективного психолого-педагогического сопровождения обучающихся во внеучебной деятельности.

1.2 Планируемые результаты обучения:

Знать	Уметь	Навыки (сформированные навыки и компетенции)
Теоретических основ психологического здоровья и профессионального выгорания (синдром эмоционального выгорания, его стадии и симптомы). Основных понятий, видов и моделей супервизии в психолого-педагогической практике. Потенциала и ресурсов внеучебной деятельности (проекты, игры, тренинги, сообщества) для развития и поддержки обучающихся. Принципов создания и поддержания личной ресурсной базы и профессиональных границ.	Проводить самодиагностику уровня стресса и риска эмоционального выгорания. Формулировать супервизорский запрос и эффективно использовать различные форматы супервизии (индивидуальная, групповая, межсупервизия) для анализа сложных случаев. Разрабатывать и адаптировать ресурсные внеурочные мероприятия (психологические игры, квесты, тематические проекты), направленные на решение конкретных задач сопровождения. Проектировать индивидуальную программу заботы о психологическом здоровье и профилактики выгорания.	Проектировать индивидуальную программу заботы о психологическом здоровье и профилактики выгорания. Использовать базовые супервизорские техники для работы с коллегами (в рамках межпрофессионального взаимодействия). Создавать и реализовывать программы психологического сопровождения, интегрирующие урочную и внеурочную деятельность. Создавать и поддерживать профессиональное сообщество для обмена опытом и взаимной поддержки.

Категория слушателей: педагоги-психологи, заместители директоров по воспитательной работе, советники директоров по воспитанию, социальный педагог, классный руководитель, педагог общеобразовательной организации

Форма обучения: очная

1.3 Срок освоения программы: 16 акад. часов.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (учебно-тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Виды занятий, учебных работ		Самостоятельная работа, час	Формы контроля
			Лекция, час	Интерактивное (практическое) занятие, час		
	Входная диагностика	1			1	Тест
1.	Модуль 1. Профессиональное здоровье педагога-психолога: профилактика выгорания и саморегуляция	4	3	1		
1.1	Введение. Психологическое здоровье специалиста помогающей профессии. Синдром эмоционального выгорания (СЭВ): современные подходы к диагностике и профилактике	2	2			
1.2	Техники эмоциональной саморегуляции в работе психолога. Работа с негативными когнитивными установками и синдромом «спасателя». Профессиональные границы.	2	1	1		Практическая работа
2	Модуль 2. Супервизия как инструмент профессионального роста и поддержки	3	1	2		
2.1	Супервизия: цели, задачи, виды (индивидуальная, групповая, межсупервизия). Этика супервизорской практики.	1	1			
2.2	Методы и техники супервизии. Структура супервизорской сессии.	2		2		Практическая работа
3	Модуль 3. Ресурсы внеучебной деятельности в системе психолого-педагогического сопровождения	5	3	2		
3.1	Внеурочная деятельность как пространство для развития soft skills и психологического	1		1		Практическая работа

	благополучия обучающихся					
3.2	Технологии создания психологически безопасной среды: психологические игры, квесты, театральные постановки	2	1	1		Практическая работа
3.3	Проектная деятельность как инструмент решения проблем социализации и профориентации.	2	2			
	Выходной контроль	1			1	Тест
.	Итоговая аттестация	2		2		Защита проекта
	ИТОГО	16	7	7	2	

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (учебно-тематический) план

2.2. Рабочая программа

Входная диагностика (самостоятельная работа - 1 ч.)

1. Форма: тест

Цель: оценить исходный уровень эмоционального выгорания и развития навыков саморегуляции у педагога-психолога для дальнейшего планирования профилактических мероприятий.

2. Рекомендуемый диагностический комплекс:

3. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко (оценка проблемы).

Модуль 1: Профессиональное здоровье педагога-психолога: профилактика выгорания и саморегуляция

1.1 Введение. Психологическое здоровье специалиста помогающей профессии.

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ): современные подходы к диагностике и профилактике. (лекция -2 часа)

Лекция: Введение и концептуализация проблемы. Психологическое здоровье специалиста помогающей профессии. Синдром эмоционального выгорания (СЭВ): что это такое? Современные подходы к диагностике СЭВ. Профилактика и преодоление СЭВ: современные стратегии.

Интерактивный элемент: Мини-опрос: «Какие из этих симптомов, на ваш взгляд, относятся к выгоранию?».

1.2 Техники эмоциональной саморегуляции в работе психолога.

Работа с негативными когнитивными установками и синдромом «спасателя». Профессиональные границы. (лекция -1 час, практическая работа – 1 час)

Лекция: Эмоциональная саморегуляция: почему это навык, а не данность. Негативные когнитивные установки – топливо для выгорания. Синдром «Спасателя» и профессиональные границы

Практическая работа: «Инструментарий психолога для заботы о себе». Отработка конкретных техник для использования в ежедневной практике. Работа с негативной установкой. Укрепление профессиональных границ.

Модуль 2 Супервизия как инструмент профессионального роста и поддержки

2.1 Супервизия: цели, задачи, виды (индивидуальная, групповая, межсупервизия). Этика супервизорской практики. (лекция -1 час)

Лекция: знакомство слушателей с концепцией супервизии в педагогической практике, ее основными видами и этическими принципами. Определение супервизии (простыми словами). Этика супервизорской практики.

2.2 Методы и техники супервизии. Структура супервизорской сессии. (практическая работа-2 час)

- **Практическая работа:** отработать навыки ведения супервизии в ролях супервизора, супервизируемого и наблюдателя. Инструктаж и распределение ролей. Работа в мини-группах
-

Модуль 3: Ресурсы внеучебной деятельности в системе психолого-педагогического сопровождения

3.1 Внеурочная деятельность как пространство для развития soft skills и психологического благополучия обучающихся (практическая работа – 1 час)

- **Практическая работа:** внеурочная деятельность как пространство для развития soft skills и психологического благополучия обучающихся. Ознакомить педагогов с практическими инструментами и методами использования внеурочной деятельности для целенаправленного развития гибких навыков (soft skills) и поддержания психологического благополучия учащихся.

3.2 Технологии создания psychologically безопасной среды: психологические игры, квесты, театральные постановки. (лекция – 1 час, практическая работа – 1 час)

- **Лекция:** «Теоретические основы и инструментарий психологической безопасности». Что такое психологически безопасная образовательная среда? Интерактивные технологии как инструмент создания безопасности.
- **Практическая работа:** в малых группах создать прототип элемента (игры, этапа квеста или сцены) для решения конкретной задачи психологической безопасности.

3.3 Проектная деятельность как инструмент решения проблем социализации и профориентации (лекция – 2 часа)

Лекция: Проектная деятельность как ответ на вызовы социализации. Проектная деятельность как инструмент «живой» профориентации. От теории к практике. Алгоритм построения социально-профориентационного проекта. Возможные риски и пути их преодоления.

Выходной контроль (самостоятельная работа – 1 час)

Форма: Тест

Цель: проверить как теоретические знания, так и понимание практического применения подхода.

Часть 1: Теоретические основы (1-7 вопросы)

Часть 2: Диагностика и практика (8-15 вопросы)

Часть 3: Открытый вопрос

Итоговая аттестация (практическая работа – 2 часа):

Форма: защита проекта

Цель проекта: разработать и внедрить эффективный алгоритм междисциплинарного взаимодействия специалистов ДООУ для комплексного психолого-педагогического сопровождения детей с ТНР.

Представить алгоритм работы являющейся целостной, научно обоснованной моделью организации коррекционно-развивающей среды в ДООУ для детей с ТНР. Его ключевое преимущество — **комплексный подход и четкое распределение функционала между специалистами**, что позволяет не просто «заниматься исправлением звуков», а работать над всесторонним развитием личности ребенка, максимально раскрывая его потенциал. Внедрение данного проекта в практику работы детского сада позволит обеспечить качественное образование и полноценную социализацию детей с тяжелыми нарушениями речи.