

**ТОО «Инновационная Академия
психологии и менеджмента»**

ПРОЕКТ

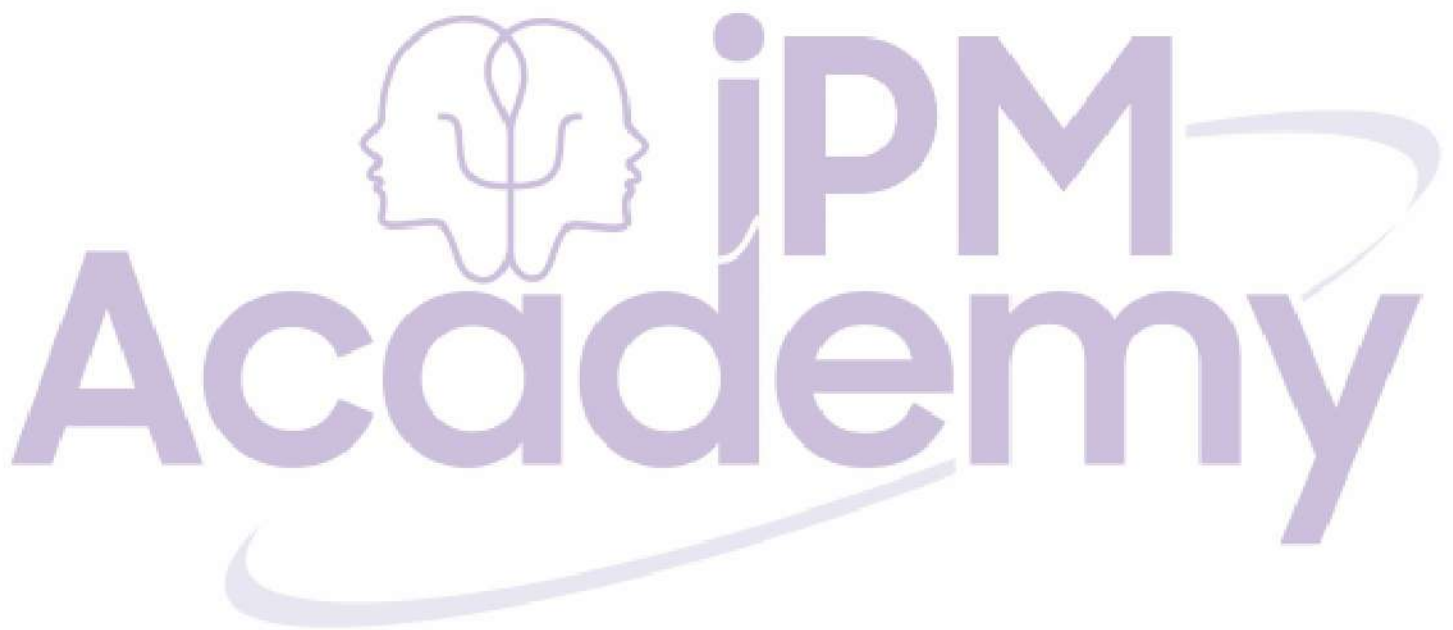
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
курса повышения квалификации
педагогов общеобразовательных школ
«**Депрессивные состояния в детском
и подростковом возрасте**»

Academy

г. Астана, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1.	Общие положения	3
Раздел 2.	Глоссарий	7
Раздел 3.	Тематика Программы	10
Раздел 4.	Цели, задачи и ожидаемые результаты Программы	10
Раздел 5.	Структура и содержание Программы	12
Раздел 6.	Организация учебного процесса	14
Раздел 7.	Учебно-методическое обеспечение Программы	15
Раздел 8.	Оценивание результатов обучения	16
Раздел 9.	Посткурсовое сопровождение	16
Раздел 10.	Список основной и дополнительной литературы	17
Приложение 1	Критерии оценки итоговых работ	19



Раздел 1. Общие положения

Актуальность Программы

Образовательная программа курса повышения квалификации педагогов общеобразовательных школ «Депрессивные состояния в детском и подростковом возрасте» (далее – Программа) регулирует образовательный процесс курса повышения квалификации педагогов (далее – Слушателей), направлен на:

1. Комплексное взаимодействие субъектов организации процесса профилактики;
2. Создание безопасной образовательной среды;
3. Профессиональная готовность педагогов образовательной организации к решению проблем притеснения обучающихся.

Депрессия – это утрата смысла жизни, утрата надежд и целей, сопровождающаяся ощущением внутренней пустоты. Человек испытывает тяжелые, мучительные эмоции и переживает подавленность, тоску, отчаяние, его волевая активность резко снижена, характерными являются мысли о собственной ответственности за разнообразные неприятные события, происшедшие в жизни. Учитывая, что подростковый возраст характеризуется как период повышенной эмоциональности, что проявляется в виде легкой возбудимости, изменчивости настроения, сочетании полярных качеств, выступающих попеременно, а также не забывая о том, что некоторые особенности эмоциональных реакций переходного возраста коренятся в гормональных и физиологических процессах, можно ожидать возникновение повышенной тревожности, агрессивности, депрессивности как реакции на невозможность реализовать себя, свое понимание отношений с людьми в динамической, сложной и быстро меняющейся ситуации.

Детскую и подростковую депрессию отличает отсутствие равнодушия к радостям жизни, повышенная реакция на внешние ситуации или источники стресса, раздражительность. Также дети могут предъявлять жалобы на грусть, уныние, чувство скуки, нежелание ничего делать, что с их точки зрения "не совсем правильно". Снижение активности они прямо связывают с понижением настроения, при этом относят к плохому настроению и "никакое настроение". Если до возникновения депрессии подростки хорошо успевали в школе, то они нередко отмечают связь между затруднениями в осмыслении материала и понижением настроения, особенно когда имеются ограничения во времени, подчеркивает ухудшение состояния к вечеру, при подготовке домашних заданий.

Попытки развеять грусть, уныние, избавиться от скуки, заставляя себя делать что-нибудь полезное, чаще терпят неудачу. Сон, как правило, нарушен за счет засыпания и недостаточной глубины, утренние подъемы затруднены, также как и посещение занятий. Утомляемость подростков заметна особенно во второй половине дня, они часто нуждаются в послеобеденном отдыхе, и, если пользуются им, чувствуют себя значительно лучше.

Усиление тревоги, особенно к вечеру, часто сопровождается появлением страха за будущее, чувства бесперспективности жизни, возникновением

суицидальных мыслей с попытками их реализации. Психологический смысл подросткового суицида – «крик о помощи», стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желая смерти нет, представление о ней крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть представляется в виде желательного, длительного сна, отдыха от невзгод, способа попасть в иной мир, так же она видится средством наказать обидчиков. Согласно данным подростковой психиатрии средняя и тяжелая формы депрессии в возрасте от 13-16 лет встречаются довольно редко, но ее симптомы могут представлять угрозу для жизни тех, кто оказался в таком состоянии. Исследование подростковой депрессивности Коннелли в 1993 г. показали, что легкая депрессия встречается в среднем в 90% случаев, а средняя и тяжелая форма депрессии встречается значительно реже, только в 10% случаев.

Различия в симптомах у испытывающих проблемы подростков имеют связь с полом. Среди тех, кто испытывал депрессию, девочек-подростков больше в два раза, чем представителей мужского пола. Подростки-девочки, скорее загоняют свои проблемы внутрь и развивают депрессию. Хотя причины этого полового различия не ясны, психологи полагают, что они могут быть связаны со значительным снижением самоуважения. Это влияние полоролевой социализации, которая сопровождает половое созревание. Давление со стороны сверстников и средств массовой информации побуждает девушек стремиться быть более привлекательными и ценить отношения выше достижений. У девушек депрессия часто сопровождается нарушениями пищевого поведения, такими как анорексия и булимия. Сочетание менее эффективных стилей совпадающего поведения с более сложными проблемами, вызванными этим давлением, может увеличить эту вероятность депрессий у девочек на пути от отрочества к юности и взрослости.

Подростки-мальчики, вероятнее всего, втягиваются в антиобщественные формы поведения, такие как деликвентность (правонарушение) или употребление наркотиков. У мальчиков-подростков депрессия нередко сопровождается срывами. Депрессия в подростковом возрасте появляется одновременно с другими расстройствами в ответ на внутреннее и внешнее напряжение.

Депрессия у подростков часто совмещается с расстройствами пищевого поведения. Анорексия и истощение настолько часто сопровождают депрессию, что считаются одним из обязательных ее признаков и включаются в качестве критериев диагностики депрессии практически во все известные опросники. Сами подростки на снижение массы тела и утомляемость внимания не обращают. Повышение аппетита, или булимия, у подростков также могут сопровождать депрессивные состояния, хотя это наблюдается несколько реже.

Таким образом, депрессивные состояния у подростков накладывают отпечаток на все стороны личности, приводят к отчуждению и одиночеству, что еще более усиливает состояние депрессии. Депрессивные состояния приводят подростка к дезадаптации и своевременное выявление, и коррекция данного эмоционального неблагополучия позволит бескризисно преодолеть трудности, сопутствующие подростковому возрасту.

Депрессия представляет собой эмоциональное заболевание, выражающееся в длительном угнетённом состоянии, пессимистическом взгляде на жизнь и замедленной активности.

По данным Республиканского центра психического здоровья, на учете состоят более 315 тысяч человек, из них 205 тысяч — с различными психическими заболеваниями.

По информации Минздрава, в 2024 году в медицинских учреждениях было зарегистрировано 244 тысячи пациентов с психическими расстройствами — на 3% больше, чем годом ранее. Из них 75% — взрослые, 46 тысяч — дети до 14 лет. Рост детских диагнозов может быть связан с лучшей диагностикой и расширением программ поддержки.

Согласно результатам исследования фонда Qalam, каждый пятый молодой человек в Казахстане жалуется на бессонницу, 16,6% – на апатию, 15,7% – на долгую плохое настроение, 13,2% – на тревогу, 12,8% – на стресс. [10].

В случае с подростками депрессия выражается в сильных колебаниях настроения, эмоциональной боли, тенденции к самоубийству и склонности к негативным действиям. Подростковая депрессия часто проявляется как психологический ответ на стрессовую ситуацию, которую подросток неспособен корректно преодолеть. К основным факторам и причинам, способствующим развитию депрессии, относятся:

1. *Гормональные перестройки.* Под влиянием гормонов подростки становятся более агрессивными, в их обществе появляются лидеры, предлагающие определённый стиль жизни. Если подросток не может адаптироваться к этому стилю, он оказывается вне общественной жизни, что может привести к отчуждению от общества, негативному восприятию и депрессии.

2. *Отсутствие друзей и поддержки.* Подростки стремятся наладить эмоциональные связи со сверстниками, чтобы делиться своими переживаниями, мыслями и тревогами. Если у подростка нет друзей и отсутствуют близкие отношения с родителями, то ему просто некому довериться.

3. *Низкая самооценка из-за внешности.* Достаточно часто подростки уделяют много внимания внешности, ищут недостатки там, где их нет. Несоответствие стандартам красоты, которые навязывают Интернет и социальные сети, наносит удар по самооценке. В результате подросток становится замкнутым, старается быть незаметным, начинает экспериментировать с питанием (например, принимать слабительные или голодать), что в долгосрочной перспективе может вызвать психические проблемы.

4. *Стресс и тревожность.* Подростковый период – это время, наполненное разнообразными стрессовыми ситуациями: от давления в школе на тему экзаменов до проблем с самоопределением. Постоянная тревога и напряжение усиливают накопление эмоционального стресса, что становится катализатором развития депрессии.

5. *Повышенные требования родителей.* Непосильные для подростка стандарты, которые ставят родители, заставляют его чувствовать себя

неуверенно, бояться наказания и опасаться еще больших требований. Плохие оценки, проблемы с выполнением заданий и постоянное разочарование родителей – стрессовые условия, с которыми далеко не все могут справиться.

6. *Буллинг со стороны сверстников.* В подростковом возрасте некоторые дети становятся неконтролируемыми, проявляют немотивированную жестокость в отношении других, начинают унижать тех, кто не может защитить себя. Если над подростком издеваются в школе, это может серьезно повлиять на его психическое состояние.

7. *Проблемы в семье и дома.* Конфликты и натяжные отношения между родителями тяжело переносятся подростками. Разводы, постоянные ссоры, агрессия или алкогольная зависимость взрослых – все это негативно сказывается на психическом состоянии [9].

Депрессия у ребенка может развиваться вследствие воздействия острых или хронических стрессов (смерть или тяжелая болезнь близких, распад семьи, ссора с близкими людьми, конфликты со сверстниками и т.д.), но может начинаться вне связи с какими-то видимыми причинами на фоне полного физического и социального благополучия

Основываясь на полученных данных из научных исследований и статей, можно выявить следующие последствия депрессии у подростков:

1. *Глубокая печаль и равнодушие.* Подросток полностью теряет интерес ко всему, что его окружает. Увлечения теряют привлекательность, а активность доходит до того, что становится трудно даже подняться с кровати.

2. *Ухудшение внешнего вида.* Подросток больше не проявляет заботы о своем внешнем виде. Длительное время носит грязную одежду, игнорирует свою прическу и пренебрегает гигиеническими процедурами.

3. *Суицидальные размышления.* Периодически подросток размышляет о суициде или даже пытается покончить с собой [9].

4. *Раздражительность и агрессивность.* Подростки, страдающие от депрессии, часто проявляют агрессию в отношении сверстников, родителей, учителей и отказываются от общения.

5. *Падение самооценки и уверенности.* То, что раньше приносило радость, больше не приносит удовлетворения, интерес к ним исчезает. Самооценка страдает, и подросток теряет веру в собственные способности, считая себя недостойным, ненужным и незначительным [6].

6. *Рассеянность и заторможенность.* Это проявляется в виде ухудшения концентрации, забывчивости и снижении работоспособности. Подростку становится сложно фокусироваться на задачах.

7. *Нарушения аппетита.* Вес может резко снизиться, а аппетит пропасть и наоборот. Депрессия часто проявляется абсолютной потерей аппетита, анорексией, булимией или приступами неконтролируемого обжорства [9, 10, 11].

Последствия депрессии могут значительно различаться.

Отсюда, своевременное выявление и обеспечение необходимой психологической помощи и поддержки образовательной среды в целях предотвращения негативных последствий депрессивного состояния детей

и подростков становится все более актуальной в системе образования. Благодаря данной образовательной программе, слушатели курса повышения квалификации смогут работать овладеют необходимыми компетенциями выявления депрессивного состояния учащихся и приобретут необходимые алгоритмы действий при негативных проявлениях в поведении учащихся. Также овладеют необходимыми инструментами оказания первой психологической помощи для стабилизации состояния учащихся.

Программа включает в себя решение следующих задач:

1. Изучить современные теории и подходы в применении методов профилактики и коррекции депрессивных состояний у детей и подростков, систематизировать опыт их применения в педагогической и психологической деятельности;
2. Усовершенствовать навыки слушателей в области использования методов передовых методов психологии в диагностике причин возникновения депрессии у детей, а также ее коррекции посредством применения EMDR подхода;
3. Проиллюстрировать применение диагностических, профилактических и коррекционных методик EMDR психотерапии при работе с детьми, имеющими депрессивное расстройство либо депрессивный синдром.

2. Установление партнерских отношений с органами здравоохранения, социальной защиты и другими аналогичными организациями.

Продолжительность курсового обучения Слушателей составляет 80 академических часов согласно тематике Программы.

Язык обучения: казахский, русский.

Раздел 2. Глоссарий

Аддиктивное поведение (от англ. addiction – пагубная привычка, порочная склонность) – одна из форм отклоняющегося, девиантного поведения с формированием стремления к уходу от реальности. Такой уход происходит путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых психоактивных веществ.

Аддикция (от англ. addiction – «зависимость») – состояние, при котором человек испытывает зависимость от чего-то или кого-то. Это патологическая форма привязанности, которая значительно ограничивает жизнедеятельность человека и влияет на его взаимодействие с окружающими людьми.

Арт-терапия – это одно из направлений практической психологии, которое использует различные виды творчества для психологической помощи жертвам насилия в решении всего спектра проблем. Эффективна в работе с детьми.

Буллинг – это злоупотребление своими силовыми преимуществами с целью причинения вреда физическому, эмоциональному или интеллектуальному благополучию другого человека. Это осознанное и продолжительное насилие, совершаемое одним или группой, в отношении тех, кто не в состоянии защитить себя. Такое поведение часто основано на стремлении укрепить свою позицию за счет унижения других, и буллер старается приобрести себе авторитет за счет

подобных действий.

Депрессия, депрессивное состояние — психическое расстройство, основными признаками которого являются сниженное — угнетённое, подавленное, тоскливое, тревожное, боязливое или безразличное — настроение и снижение или утрата способности получать удовольствие (ангедония).

Законные представители ребенка – родители, усыновители (удочерители), опекун, попечитель, патронатный воспитатель, приемные родители, другие заменяющие их лица, осуществляющие в соответствии с законодательством Республики Казахстан заботу, образование, воспитание, защиту прав и интересов ребенка.

Кибераддикция (синоним - компьютерная зависимость) - это психическое расстройство, сопровождающееся проблемами со здоровьем и в коммуникативной сфере, выражающееся в непреодолимой потребности проводить время за компьютером. Ученым-психологом М. И. Дрепой показано (2009), что для интернет-зависимых школьников характерен повышенный уровень личной тревожности, депрессии, агрессивности и враждебности. Отличительной чертой склонных к кибераддикции обучающихся является высокий уровень одиночества и конфликтности. Причем при увеличении степени аддикции негативные показатели коммуникативной сферы усугубляются.

Кризисное состояние – это психологическое состояние, возникающее в ответ на субъективно значимую для человека психотравмирующую ситуацию, которая уже произошла, происходит или существует угроза ее возникновения.

Ненасильственное общение – доходчивое, но без лишней навязчивости донесение информации до собеседника. Метод разработан психологом Маршаллом Розенбергом, построен на принципах сопереживания и эмпатии.

Образовательная программа – единый комплекс основных характеристик образования, включающий цели, результаты и содержание обучения, организацию образовательного процесса, способы и методы их реализации, критерии оценки результатов обучения.

Обучаемость, управление знаниями – склонность осваивать и применять в жизни новые знания, в т. ч. находить источники достоверной информации, структурировать материал, планировать обучение. Организация образования (ОО) - юридические лица, а также имеющие статус международных школ филиалы юридических лиц, которые реализуют одну или несколько образовательных программ и (или) обеспечивают содержание и воспитание обучающихся и воспитанников независимо от формы собственности и организационной правовой формы, индивидуальные предприниматели без образования юридического лица, реализующие общеобразовательные учебные программы.

Психическое здоровье - это состояние психического благополучия, которое позволяет людям справляться со стрессовыми ситуациями в жизни, реализовывать свой потенциал, успешно учиться и работать, а также вносить вклад в жизнь общества

Психологическое насилие - форма насилия, которая может приводить к

психологической травме, в том числе тревожности, депрессии, посттравматическому стрессовому расстройству, а косвенно пострадавших к вторичному травматическому стрессу и вследствие к вторичному травматическому стрессовому расстройству. Этот вид насилия характерен для ситуаций дисбаланса власти, например, для насильственных отношений, травли, в частности на рабочем месте, и насилия над детьми в школах.

Психологическая помощь — область практического применения психологии, ориентированная на повышение социально-психологической компетентности людей и оказания психологической помощи как отдельному человеку, так и группе или организации.

Психологический феномен — это когда поведение человека выходит за рамки «разумной» логики. Ярким примером психологического феномена является так называемый «шведский синдром», это когда заложник через некоторое время становится на сторону террориста.

Психодрама - это терапевтический метод, в котором психические и психосоматические заболевания понимаются как проявление нарушений в межличностных отношениях и интеракциях. Для лечения этих нарушений используется спонтанное сценическое их изображение.

Результаты обучения — усвоенные знания, умения, навыки и сформированные компетенции; то, что обучающийся будет знать, понимать и уметь после успешного окончания процесса обучения.

Системный подход - подход, рассматривающий происходящее как систему, во взаимосвязи с окружением и временем, имеющее прошлое и будущее. в психологии и теории личности является попыткой применения общей теории систем к описанию сложных психических явлений и взаимодействий.

Социальная реабилитация – комплекс мер, осуществляемый органами и учреждениями системы профилактики правонарушений, безнадзорности и беспризорности среди несовершеннолетних, направленных на правовое, социальное, физическое, психическое, педагогическое, моральное и (или) материальное восстановление несовершеннолетнего, нуждающегося в специальных социальных услугах

Социальная адаптация – процесс активного приспособления ребенка, нуждающегося в специальных социальных услугах, к условиям социальной среды путем усвоения и восприятия ценностей, правил и норм поведения, принятых в обществе, а также процесс преодоления последствий психологической и (или) моральной травмы

Саморефлексия – навык, позволяющий анализировать свои действия, поступки, возможности, реакции и, как следствие, принимать взвешенные решения.

Суицид – любые действия, с помощью которых человек совершает самоубийство, намеренно уходя из жизни. Самоубийство не всегда завершается смертью, и неудавшаяся попытка самоубийства может привести к серьезным физическим травмам, долгосрочным проблемам со здоровьем и повреждению мозга

Травля – систематическое действие, которое представляет собой унижения, преследования и/или запугивания, которые могут включать принуждение к определенным действиям или отказу от них. Эти действия могут осуществляться как публично, так и через средства массовой информации или сети телекоммуникаций (кибербуллинг)

Школьный буллинг – это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе.

Раздел 3. Тематика Программы

В Программе обозначен анализ нормативных правовых документов, отражающих утвержденные Правила профилактики суицидального поведения ребенка. В Программе раскрыты современные подходы к организации работы по профилактике депрессии учащихся в общеобразовательных организациях, в том числе за счёт восстановительного подхода в воспитательную работу

Программа носит практический характер и может быть использована в работе педагогов. Программа рассчитана для педагогов образовательных учреждений, работающих с учащимися подросткового и юношеского возраста в общеобразовательных учреждениях дневного типа. Среди указанной категории участников ограничений и противопоказаний нет.

Степень новизны Программы:

- рассмотрены различные подходы к пониманию и исследованию депрессивного состояния подростков, как основополагающего фактора в профилактике суицида среди несовершеннолетних;
- выделены основные риски подверженности депрессии среди учеников образовательных учреждений;
- изучены навыки адаптивности, гибкости и осознанности в педагогической деятельности;
- описаны современные практики и методы профилактики и оказания первой психологической помощи.

Раздел 4. Цель, задачи и ожидаемые результаты Программы

Цель Программы:

1. Формирование навыков использования знаний в сфере профилактики и коррекции депрессивных состояний у детей и подростков;
2. Совершенствование профессиональных компетенций психологов, педагогов, а также родителей в области профилактики и коррекции депрессивных расстройств у детей;
3. Повышение мотивации педагогов ОО, психологов и родителей к своевременному выявлению признаков депрессивных состояний у детей, а также изучению природы возникновения данного явления.

Задачи Программы:

- 1) Предупреждение депрессивного состояния подростков;
- 2) изучить, как проявляется депрессивное состояние у детей и подростков;
- 3) организация совместной работы с родителями по повышению их уровня знаний, практических навыков и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;
- 4) сотрудничество и своевременное перенаправление органами здравоохранения, социальной защиты;
- 5) научиться выявлять признаки депрессии;
- 6) информационная работа среди учащихся для формирования совладающего поведения, жизнестойкости и стрессоустойчивости;
- 7) оценить роль и помощь Искусственного интеллекта в работе школьного психолога;
- 8) ознакомиться с использованием ИИ в работе с подростками.
- 9) определить методологические и методические основания изучения депрессии;
- 10) сформировать базу работающих ресурсных техник в работе с депрессивным состоянием.
- 11) раскрыть принципы, методы, формы, технологии психологической работы педагогов с детьми, подростками, находящимися в депрессивном состоянии

Ожидаемые результаты Программы:

- овладения базовыми навыками оценки, актуализации при проявлениях притеснительного поведения в межличностных отношениях;
- овладение методами сокращения негативного состояния учащихся;
- умение снижать уровень социально-педагогической дезадаптации школьников;
- понимание основных факторов, способствующих поведенческим отклонениям у школьников;
- формирование навыков комплексного взаимодействия между участниками процесса профилактики;
- овладение методами создания безопасной образовательной среды;
- повышение профессиональной готовности педагогов к оказанию качественной психологической помощи учащимся;
- овладение навыками проведения первичной помощи детям и подросткам, а также родителей.
- Оснащение научно-методической поддержкой в области подростковой кризисной психологии.

Раздел 5. Структура и содержание программы

Для формирования у слушателя профессиональных знаний, умений и навыков, соответствующих обозначенной цели и задачам, содержание Программы предусматривает освоение 5 модулей:

Модуль 1. Основы теории детской и подростковой психологии

В данном модуле будут рассмотрены основные теории развития личности; основы возрастной периодизации и закономерностей психического развития детей и подростков. А также психологические особенности формирования лиц детского и подросткового возраста, а также основные кризисы взросления детей и подростков.

Модуль 2. Теоретико-методологические основания исследования депрессии

Будут рассмотрены вопросы что такое депрессия, ее причины и виды; Первые сигналы к направлению ребенка на консультацию к психиатру.

Модуль 3. Современные методы диагностики депрессии у детей и подростков

В данном модуле рассмотрены: Современные методы диагностики депрессии у детей и подростков, Внутренняя и внешняя картина депрессивных состояний ребёнка.

Модуль 4. Основы школьной психологической помощи школьникам в состоянии депрессии

В данном модуле рассмотрены методы и технологии оказания психологической помощи и осуществления психологического сопровождения в кризисных ситуациях

Модуль 5. Работа и роль родителей в преодолении депрессивных состояний у детей и подростков

В данном модуле будут рассмотрены и предложены варианты работы с родителями учащихся в вопросе профилактики депрессивного состояния и формирования жизнестойкости учащихся

Учебно - тематический план программы

№	Наименование модулей и тем	Всего часов	Теория	Самостоятельная работа	Практическая работа
1	Модуль 1. Основы теории детской и подростковой психологии	6	4	2	-
1.1.	Патопсихология детского и подросткового возраста		4	-	-

1.2.	Нейропсихология детского и подросткового возраста		2	2	-
2.	Модуль 2. Теоретико-методологические основания исследования депрессии	28	12	10	6
2.1.	Депрессия и ее виды (экзогенная и эндогенная)		4	4	2
2.2.	Причины и симптомы детской депрессии. Особенности протекания депрессии у детей и подростков. Отличия детской депрессии от взрослой.		4	4	2
2.3.	Суицидальные мысли и селфхарм при детской депрессии.		4	2	2
3.	Модуль 3. Современные методы диагностики депрессии у детей и подростков	48	16	16	16
3.1.	Привязанность у детей и подростков: от теории к практике		2	2	2
3.2.	Когнитивно-поведенческая терапия с детьми и подростками		2	2	2
3.3.	Психоаналитический подход в работе с детьми и подростками		2	2	2
3.4.	Арт-терапия с детьми и подростками		2	2	2
3.5.	Метод EMDR в психологической работе с детьми и подростками		2	2	2
3.6.	Сказкотерапия с детьми и подростками		2	2	2
3.7.	Игровая терапия с детьми и подростками		2	2	2
3.8.	Ориентированная на решение терапия с детьми, подростками и семьями		2	2	2
4.	Модуль 4. Основы школьной психологической помощи школьникам в состоянии депрессии	24	8	8	8
4.1.	Базовые методы диагностики психических расстройств.		2	2	2
4.2.	Специфика депрессивной мотивации, нарушения эмоциональной регуляции поведения и стереотипные представления и особенности образа Я при депрессии.		2	2	2
4.3.	Доврачебная диагностика. Когда стоит направить ребёнка на		2	2	2

	консультацию к психиатру.				
4.4	Супервизия случаев психотерапевтической работы с детьми и подростками		2	2	2
5	Модуль 5. Работа и роль родителей в преодолении депрессивных состояний у детей и подростков	14	6	4	4
5.1	Системный подход в психологической помощи детям и членам их семьи		2	2	-
5.2	ИИ в работе школьного психолога		2	2	2
5.3	Интегративный, межпрофессиональный и межведомственный подход в работе с детьми в депрессивном состоянии.		2	-	2
6.	Итоговое тестирование	2	-	-	-
	Итого часов	120	46	40	34

Раздел 6. Организация учебного процесса

Курсы повышения квалификации организуются согласно Положению регламентирующие разработку, согласование и утверждение образовательных программ, а так же посткурсовое сопровождение деятельности педагогов и мониторинг эффективности образовательных программ, организацию и проведение курсов повышения квалификации:

- 1) без отрыва от трудовой деятельности (в том числе со способом дистанционного обучения);
- 2) с отрывом от трудовой деятельности с сохранением заработной платы (в том числе со способом дистанционного обучения);
- 3) за рубежом с отрывом от трудовой деятельности сроком до 1 (одного) года;
- 4) в комбинированной (очной с применением дистанционного обучения).

Проведение курсов осуществляется посредством освоения разных направлений и модулей в аудиторной и дистанционной формах.

В период проведения курсов к чтению отдельных лекций и ведению практических занятий Организацией привлекаются методисты, педагоги, руководители организаций образования, практики, специалисты производственных предприятий, представители региональных палат предпринимателей, ассоциаций работодателей.

Образовательный процесс регламентируется учебным планом, годовым графиком, расписанием занятий Организации.

Продолжительность Курсов:

- 1) краткосрочные Курсы – от 36 до 120 академических часов;
- 2) длительные Курсы – более 108 академических часов;
- 3) стажировка педагогов организаций технического и профессионального

образования – не менее 36 академических часов.

Продолжительность Курсов за рубежом:

- 1) краткосрочные Курсы – от 36 до 120 академических часов;
- 2) длительные Курсы – до 1 (одного) года.

Академический час Курса составляет 45 минут.

При поэтапной организации курсов повышения квалификации педагоги проходят обучение ежегодно.

Условия организации учебного процесса курса повышения квалификации:

- 1) обучаться согласно установленному учебному плану, графику и расписанию занятий;
- 2) соблюдать учебную дисциплину и нормы поведения, в том числе проявлять уважение к профессорско-преподавательскому составу и другим обучающимся, не посягать на их честь и достоинство;
- 3) посещать не менее 80% от всех занятий согласно расписаниям курса повышения квалификации;
- 4) пройти итоговое тестирование в объеме не менее 50% от полученного максимального балла.

Раздел 7. Учебно-методическое обеспечение Программы

Учебно-методическое обеспечение Программы включает в себя следующую структуру методических рекомендаций:

- 1) Лекционный комплекс:
 - тезисы лекции
 - иллюстративный материал
 - литература
 - контрольные вопросы (обратная связь).
- 2) Практические занятия:
 - цель
 - задачи обучения
 - основные вопросы темы
 - основные формы/методы/технологии обучения для достижения конечных результатов
 - виды контроля для оценивания уровня достижения конечных результатов
 - литература
 - контроль (вопросы, тесты, задачи и пр).
- 3) Самостоятельная работа:
 - цель
 - задания
 - форма выполнения/ оценивания (реферат, презентация, составление задач, тестов, алгоритмов, написание проектов).
 - критерии выполнения СРО (требования к выполнению задания)
 - сроки сдачи
 - литература

- контроль (вопросы, тесты, задачи и пр.).

Раздел 8. Оценивание результатов обучения

Оценивание результатов обучения проводится в форме тестирования (Приложение 1).

Итоговое тестирование включает в себя ответы на вопросы по содержанию Программы курсов повышения квалификации. Максимальный балл за итоговое тестирование - 100 баллов, минимальное - 50 баллов.

Слушателю, получившему 50 и более баллов, выдается сертификат. В противном случае выдается справка о прослушивании курса повышения квалификации.

Слушатели, не получившие сертификат, имеют возможность:

- 1) на повторное оценивание знаний, не более одного раза в год;
- 2) на повторное оценивание знаний со следующим потоком слушателей;
- 3) на перевод по уважительной причине из одного потока в другой в течение текущего года.
- 4) на завершение прерванного курса по уважительной причине с предоставлением подтверждающих документов.

Слушателям, успешно прошедшим итоговое оценивание в соответствии с образовательной программой курсов повышения квалификации, выдается сертификат по теме курсов повышения квалификации с указанием темы и объема часов.

Раздел 9. Посткурсовое сопровождение

Посткурсовое сопровождение организуются согласно Положению регламентирующие разработку, согласование и утверждение образовательных программ, а так же посткурсовое сопровождение деятельности педагогов и мониторинг эффективности образовательных программ, организацию и проведение курсов повышения квалификации.

Содержание посткурсового сопровождения определяется целями, задачами и ожидаемыми результатами образовательных программ курсов повышения квалификации.

Формы проведения посткурсового сопровождения деятельности педагога включают:

- 1) оказание методической, консультационной помощи слушателям в их педагогической, исследовательской и рефлексивной деятельности;
- 2) оказание консультационной помощи в подготовке публикации результатов педагогической и исследовательской деятельности;
- 3) организацию и поддержку работы профессиональных сообществ педагогов, в том числе проведение мероприятий по обмену опытом (конкурсов, конференций, семинаров, круглых столов и других образовательных мероприятий).

Анализ результатов посткурсового сопровождения и мониторинг

эффективности образовательных программ проводится не реже 1 (одного) раза в три года.

Раздел 10. Список основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Об утверждении Комплексного плана по защите детей от насилия, превенции суицида и обеспечению их прав и благополучия на 2023 – 2025 годы. Постановление Правительства Республики Казахстан от 31 августа 2023 года № 748.
2. Конституция Республики Казахстан. Конституция принята на республиканском референдуме 30 августа 1995 года.
3. Закон Республики Казахстан от 27 июля 2007 года №319-III «Об образовании» (с изменениями и дополнениями на 20.04.2023г.)
4. Закон Республики Казахстан от 08.08.2002 №345-II «О правах ребенка в Республике Казахстан» (с изменениями и дополнениями на 01.05.2023г.)
5. Закон Республики Казахстан «О статусе педагога» от 27 декабря 2019 года №293-VI (с изменениями и дополнениями на 20.04.2023г.)
6. Закон Республики Казахстан «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам защиты прав ребенка, образования, информации и информатизации» от 03 мая 2022 года №118-VII ЗРК.
7. Об утверждении Концепции развития дошкольного, среднего, технического и профессионального образования Республики Казахстан на 2023 – 2029 годы, Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 249.
8. Подростки и молодёжь | UNICEF <https://www.bing.com/search?q=1>.
9. «Депрессиялық күйді бағалау сауалнамасының» (ids) қазақ тілді нұсқасын қолданып университет студенттерінің депрессиялық күйін зерттеу. М.К. Жолдасова, Г.Н. Борбасова, А.Т. Камзанова, С.К. Кудайбергенова, Д.А. Билдебаева, Э. Нельсон, А.М. Кустубаева Абай атындағы ҚазҰПУ-нің ХАБАРШЫСЫ, «Психология» сериясы №4(81), 2024ж.
10. Всемирная ассоциация здравоохранения: Психическое здоровье на рабочем месте: Mental health in the workplace (who.int)
11. <https://doi.org/10.1146/annurev-devpsych-120920-0408205>.The world health report 2001. Mental health: New understanding, new hope
12. Бочавер А.А. и др. Использование социальных сетей в интернете и депрессивная симптоматика у подростков // Clinical Psychology & Special Education/Kliniceska I Special'naa Psihologia. 2019b. Т. 8. № 3.
13. Распространённости тревоги и депрессии среди студенческой молодёжи и её ассоциации с основными факторами риска хронических неинфекционных заболеваний // Гаврилова Е.С., Яшин Д.А., Яшина Л.М. Современные проблемы науки и образования. 2015.
14. Уровень депрессии и тревоги среди студентов, обучающихся в медицинском университете Украины. Гусакова И.В., Омельченко О.Д.,

Дополнительная литература:

1. Невроз и личностный рост. Борьба за самоосуществление. Хорни К.— СПб.: Совместное издание Восточного Европейского института и БСК, 1997. — 316 б. 16.
2. «Невротическая личность нашего времени». Хорни К. Перевод с англ. В.В. Старовойтова. М.: Айрис-пресс, 2004 г.
3. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. Китаев-Смык Л.А.—М.: «Академический проект», 2009
4. Психометрическая оценка русскоязычной версии шкалы депрессии, тревоги и стресса. А. А. Золотарева. (DASS-21)// Психологический журнал, 2021. No5
5. Sydney: Psychology Foundation, S. H. Lovibond, P. F. Lovibond. Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. 1995 Автор: А. Angold et al. (1995)
6. Единый урок безопасности // Дети в информационном обществе. 2017. № 4(26). Специальный выпуск. URL: <http://detionline.com/journal/numbers/26>
7. Психолого-педагогическая профилактика интернет-аддикций на основе формирования медиаграмотности учащихся подростковых классов»// Развитие технологий здоровьесбережения в современном обществе/Материалы международной студенческой научнопрактической конференции Есенкожа Е.М., Касен Г.А. / Отв.ред. Л.К. Тропина. Екатеринбург, 2015. С. 323352
8. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / Бочавер А.А., Хломов К. Д. / Психология. Журнал высшей школы экономики. 2014. Т. 11. № 3. С. 177–191.
9. Валидизация опросника детской депрессии Воликова Р., Калина О., Холмогорова А. М. Ковак // Вопросы психологии. 2011. Т. 5. С. 121–132.
10. Когнитивно-поведенческая терапия для детей. Рабочая тетрадь. Дэвидсон Х. Санкт-Петербург: Диалектика-Вильямс, 2021.
11. Новый образовательный дискурс: благополучие школьников // Культурно-историческая психология. Поливанова К.Н. 2020. Т. 16. № 4. С. 26–34.
12. Опросник депрессивности Бека (Beck Depression Inventory — BDI). Тарабрина Н.В. М.: Когито-Центр, 2007.
13. Программы психологической профилактики депрессии у подростков // Консультативная психология и психотерапия. Сычев О., Гордеева Т. 2014. Т. 22. № 3. Р. 141–157.
14. Психологическая помощь в трудных жизненных ситуациях. 10.Н.И. Дунаева, Т.В. Маркелова, Ж.А.Шуткина Учебно-методическое пособие. — Нижний Новгород: Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2018. — 68 с

Приложение 1 к образовательной программе
«Депрессивные состояния в детском
и подростковом возрасте»

Критерии оценки итоговых работ

Критерии оценки тестирования

№	Наименование модулей и тем	Всего часов	Количество вопросов
1.	Модуль 1. Основы теории детской и подростковой психологии.	6	6
2.	Модуль 2. Теоретико-методологические основания исследования депрессии	28	10
3.	Модуль 3. Современные методы диагностики депрессии у детей и подростков	48	14
4.	Модуль 4. Основы школьной психологической помощи школьникам в состоянии депрессии	24	20
5.	Модуль 5. Работа и роль родителей в преодолении депрессивных состояний у детей и подростков	14	10
Итого часов		120	60

Шкала перевода баллов в оценки

Оценк	предел выполнения %	баллы
а		
5	90%-100%	29-35
4	75-89%	23-28
3	50-74%	15-22
2	менее 50%	меньше 20 баллов