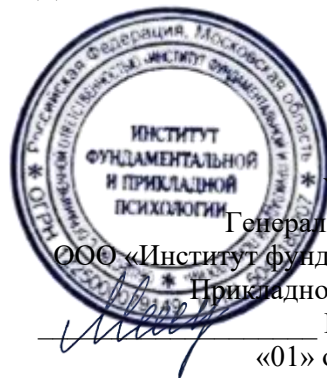


ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ИНСТИТУТ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ»



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО «Институт фундаментальной и
Прикладной психологии»
Мосунова К.А.
«01» октября 2025 г.

Дополнительная профессиональная программа
(программа повышения квалификации
дополнительного профессионального образования)

**«Перинатальная психология»
(81,5 ак. ч.)**

Автор-составитель:
К.А. Мосунова

г. Воскресенск
2025 год

Содержание:

1	Общая характеристика программы	3
2	Требования к уровню подготовки специалистов.....	5
3	Планируемые результаты обучения.....	5
4	Содержание и организация образовательного процесса.....	8
4.1	Учебный план.....	8
4.2	Учебно-тематический план.....	9
4.3	Календарный учебный график.....	10
4.4	Содержание рабочих программ.....	11
5	Формы аттестации и оценка результатов освоения программы.....	30
5.1	Форма аттестации.....	30
5.2.	Оценочные материалы.....	30
6	Организационно-педагогические условия обучения.....	30
6.1	Учебно-методическое обеспечение программы	30
6.2	Материально-техническое обеспечение реализации обучения	31

1. Общая характеристика программы

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона РФ от 29.12.2012 г. N 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 08.08.2024) (далее – 273-ФЗ);
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 марта 2025 г. № 266 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- приказа Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология»;
- приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2023 № 716н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере».

Цель реализации программы: формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности по применению инструментов и методов психологической помощи в сфере перинатальной психологии.

Задачи программы:

- познакомиться с историей науки, основными направлениями и научными школами перинатальной психологии;
- понять значение междисциплинарного характера дисциплины;
- освоить этические принципы работы с будущими родителями;
- изучить роль важнейших гормонов и механизмы нейропластичности;
- понять процессы нейроразвития плода и механизмы перинатального импринтинга;
- изучить влияние стресса матери на плод;
- изучить, как влияют внутренние сценарии родительства и семейные убеждения на успешность зачатия;
- научиться определять психологические барьеры и преодолевать препятствия в подготовке к беременности;
- сформировать представление о динамике трансформации личности женщины в ходе беременности;
- рассмотреть кризисы идентичности и перспективы развития привязанности между матерью и плодом;
- изучить психологические аспекты родов, влияние опыта родов на самооценку и психическое состояние матери;
- изучить концепции, объясняющие роль пренатальных воспоминаний в последующем развитии ребёнка;
- получить практические советы и рекомендации от практикующего перинатального психолога;
- развить умение диагностировать нарушения привязанности в перинатальный период;
- познакомиться с механизмом формирования внутриутробных стрессов и влиянием этих явлений на последующую жизнь ребенка;
- познакомиться с природой перинатальных матриц и феномене импринтинга;
- изучить природу трёх типов внутриутробных травм (нежеланная беременность, травма отвержения, травма покинутости);
- освоить инструменты первичной диагностики и идентификации этих состояний;
- сформировать навыки интерпретации сигналов организма беременной женщины (токсикоз, отёчность, гипертонус матки) и применения метода телесной осознанности для гармонизации самочувствия и установления доверия между телом и сознанием;
- изучить роль отца в обеспечении комфорта и защищённости для плода;
- изучить приёмы включения партнёра в процесс беременности и методы поддержания баланса и гармонии в семье;
- освоить навыки анализировать семейные истории и выявлять потенциальные ловушки, препятствующие полноценному развитию последующих поколений;
- изучить концепцию «исцеления рода» и способы решения трансгенерационных проблем;
- изучить механизмы формирования детских травм и психотерапевтические подходы для их коррекции, включая концепцию Франца Рупперта о ранних стадиях развития;

- развить умение диагностировать ранние детские травмы на основании полученной информации и разрабатывать планы дальнейшей коррекционной работы с травмами;
- освоить специфику переживаний женщины в разные trimestры беременности;
- получить знание о характеристиках каждого этапа беременности и особенностях психологического сопровождения на каждом этапе;
- научиться снижать тревожность беременных женщин посредством осознанного подхода к эмоциональному состоянию;
- освоить техники саморегуляции и инструменты программирования позитивных ожиданий;
- освоить задачи психологического сопровождения семьи на протяжении всей беременности;
- освоить позицию специалиста в работе с родителями;
- получить знания о современной психологической подготовке к родам;
- освоить методики управления страхом и боли, построения партнёрских родов и способы подготовки будущих родителей к мягким и травмобезопасным родам;
- научиться формировать целостную семейную систему поддержки, организуя экологичный подход к рождению и осуществлению поддержки матери и ребёнка после родов;
- освоить освоить техники индивидуального консультирования беременных женщин, пары и группы, повышая эффективность сопровождения будущих родителей в подготовке к рождению ребёнка;
- научиться проводить грамотную консультацию в сложных случаях, связанных с утратой беременности (выкидыш, замершая беременность, аборт, мертворождение);
- познакомиться с особенностями работы с горем и скорбью;
- получить навыки оказания поддержки клиентам, находящимся в горе, вследствие перинатальных потерь;
- научиться составлять алгоритмы поддержки и выбирать подходящие техники консультирования;
- освоить ряд эффективных техник работы с травматичными переживаниями, такими как заземление, контейнирование, рескриптинг, использование метафор, сказкотерапии и арт-терапии;
- освоить методы работать с семьями, имеющими особый опыт, связанный с тяжёлой ситуацией (травматичные роды, рождение недоношенного ребёнка, ребёнка с ограниченными возможностями здоровья);
- освоить алгоритмы сопровождения и оказания поддержки таким семьям;
- получить знания о причинах профессионального выгорания;
- овладеть техниками защиты от вторичной травматизации, самостоятельной регуляции своего состояния и профессиональными границами в работе с клиентами;
- научиться действовать в рамках протокола работы с перинатальными потерями, выбирать оптимальные техники консультирования и психологической поддержки семей, перенесших потерю ребёнка.
- изучить психологические аспекты восстановления матери после родов;
- освоить методы поддержки и профилактики послеродовых расстройств;
- изучить психологические аспекты роли отца;
- освоить методы вовлечения отца в уход за ребёнком и поддержку матери;
- научиться сопровождать семью в период адаптации после рождения ребёнка;
- освоить методы укрепления семейных связей;
- изучить признаки и методы диагностики послеродовой депрессии;
- освоить методы поддержки и терапии;
- получить опыт разбора реальных случаев консультирования;
- освоить эффективные подходы к разрешению семейных запросов.
- освоить способы коммуницировать с клиентами и давать рекомендации по уходу за ребёнком и отношениям в семье.

Категория слушателей: специалисты, получившие (или получающие) среднее профессиональное и/или высшее образование.

Объём программы – 81,5 ак. часов из них: лекционная часть – 13,5 ак. часов; практическая часть – 55 ак. часов, самостоятельная работа – 13 ак. часов.

По завершению программы предусмотрена итоговая аттестация – 2,5 ак. часов.

Продолжительность обучения – 13 недель.

Форма обучения – заочная, с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

По завершению обучения по Программе проводится итоговая аттестация, и слушателям, успешно прошедшим контроль знаний, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2. Требования к уровню подготовки специалистов

2.1. К освоению Программы допускаются лица, имеющие или получающие среднее, или высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Психология».

2.2. Программа направлена на усовершенствование следующих дополнительных **компетенций**:

№	Компетенция	Направление подготовки
		37.03.01
		Код компетенции
1	Способен применять методы сбора, анализа интерпретации эмпирических данных в соответствии с поставленной задачей, оценивать достоверность эмпирических данных и обоснованность выводов научных исследований	ОПК-2
2	Способен выбирать адекватные, надёжные и валидные количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики	ОПК-3
3	Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования	ОПК-4

3. Планируемые результаты обучения

В соответствии с профессиональным стандартом «Психолог в социальной сфере»:

Наименование обобщенной трудовой функции	Трудовые функции	Трудовые действия	Планируемые результаты обучения
Деятельность по социально психологическому сопровождению и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам	Психологическое и социально психологическое сопровождение граждан и социальных групп А/01.6	Выявление условий, затрудняющих становление личности граждан, и коррекция их посредством психопрофилактики, психодиагностики, психокоррекции, консультирования и реабилитации (абилитации). Реализация психокоррекционной работы с целью адаптации граждан в среде обитания (обществе), преодоления или ослабления отклонений в развитии, эмоциональном состоянии и поведении.	Знать: методы и способы оценки психического состояния людей; методики (инструкции, программы) организации и проведения коррекционных мероприятий в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями; основы психологического консультирования (виды, формы, методы); основы психологического консультирования (виды, формы, методы).
			Уметь: применять методы психологического консультирования, психологической диагностики; проводить коррекционные мероприятия в соответствии с планом индивидуальной коррекционной работы на основе современных методик, форм и методов; разрабатывать программы индивидуальной работы с учетом

			конкретных профессиональных задач; оказывать психологическую поддержку лицам для выхода из трудных жизненных ситуаций.
Организация предоставления и управление предоставлением социально-психологического сопровождения и психологической помощи отдельным лицам и социальным группам	Организация предоставления социально-психологического сопровождения социально уязвимым слоям населения и получателям социальных услуг и оказания им психологической помощи В/01.7	Разработка планов предоставления социально-психологической помощи получателям социальных услуг и психологической помощи социально уязвимым слоям населения, осуществление контроля за их реализацией. Консультирование по различным вопросам, связанным с предоставлением социально-психологической помощи	Знать: Законодательство Российской Федерации в сфере социального обслуживания, правовые основы оказания разных видов психологической помощи. Документы, необходимые в соответствии с нормативными правовыми актами для предоставления социально-психологической помощи. Методы и методики, способы и технологии психологической работы, их отличия, специфика их применения. Уметь: Применять принципы и методы управления деятельностью по предоставлению социально-психологических услуг и психологической помощи социально уязвимым слоям населения. Разрабатывать нормативные требования к реализации разных видов социально-психологического сопровождения и психологической помощи (консультирование, диагностика, коррекция, профилактика и просвещение)

В результате освоения Программы слушатели должны **знать:**

- историю науки, основные направления и научные школы перинатальной психологии;
- значение междисциплинарного характера дисциплины;
- этические принципы работы с будущими родителями;
- роль важнейших гормонов и механизмы нейропластичности;
- процессы нейроразвития плода и механизмы перинатального импринтинга;
- как влияет стресс матери на плод;
- как влияют внутренние сценарии родительства и семейные убеждения на успешность зачатия;
- представление о динамике трансформации личности женщины в ходе беременности;
- кризисы идентичности и перспективы развития привязанности между матерью и плодом;
- психологические аспекты родов, влияние опыта родов на самооценку и психическое состояние матери;
- концепции, объясняющие роль пренатальных воспоминаний в последующем развитии ребёнка;
- практические советы и рекомендации от практикующего перинатального психолога;
- механизм формирования внутриутробных стрессов и влияние этих явлений на последующую жизнь ребенка;
- природу перинатальных матриц и феномене импринтинга;
- природу трёх типов внутриутробных травм (нежеланная беременность, травма отвержения, травма покинутости);
- роль отца в обеспечении комфорта и защищённости для плода;
- приёмы включения партнёра в процесс беременности и методы поддержания баланса и гармонии в семье;
- концепцию «исцеления рода» и способы решения трансгенерационных проблем;
- механизмы формирования детских травм и психотерапевтические подходы для их коррекции, включая концепцию Франца Рупперта о ранних стадиях развития;
- специфику переживаний женщины в разные trimestры беременности;

- характеристики каждого этапа беременности и особенности психологического сопровождения на каждом этапе;

- применять техники саморегуляции и инструменты программирования позитивных ожиданий;
- задачи психологического сопровождения семьи на протяжении всей беременности;
- позицию специалиста в работе с родителями;
- информацию о современной психологической подготовке к родам;
- особенности работы с горем и скорбью;
- причины профессионального выгорания;
- психологические аспекты восстановления матери после родов;
- методы поддержки и профилактики послеродовых расстройств;
- психологические аспекты роли отца;
- методы вовлечения отца в уход за ребёнком и поддержку матери;
- методы укрепления семейных связей;
- признаки и методы диагностики послеродовой депрессии;
- методы поддержки и терапии.

В результате освоения Программы **слушатели должны уметь:**

- определять психологические барьеры и преодолевать препятствия в подготовке к беременности;

- диагностировать нарушения привязанности в перинатальный период;

- применять инструменты первичной диагностики и идентификации состояний в перинатальной психологии;

- применять навыки интерпретации сигналов организма беременной женщины (токсикоз, отёчность, гипертонус матки) и применения метода телесной осознанности для гармонизации самочувствия и установления доверия между телом и сознанием;

- применять навыки анализировать семейные истории и выявлять потенциальные ловушки, препятствующие полноценному развитию последующих поколений;

- диагностировать ранние детские травмы на основании полученной информации и разрабатывать планы дальнейшей коррекционной работы с травмами;

- снижать тревожность беременных женщин посредством осознанного подхода к эмоциональному состоянию;

- формировать целостную семейную систему поддержки, организуя экологичный подход к рождению и осуществлению поддержки матери и ребёнка после родов;

- применять техники индивидуального консультирования беременных женщин, пары и группы, повышая эффективность сопровождения будущих родителей в подготовке к рождению ребёнка;

- проводить грамотную консультацию в сложных случаях, связанных с утратой беременности (выкидыш, замершая беременность, аборт, мертворождение);

- применять навыки оказания поддержки клиентам, находящимся в горе, вследствие перинатальных потерь;

- составлять алгоритмы поддержки и выбирать подходящие техники консультирования;

- применять ряд эффективных техник работы с травматичными переживаниями, такими как заземление, контейнирование, рескриптинг, использование метафор, сказкотерапии и арт-терапии;

- применять методы работать с семьями, имеющими особый опыт, связанный с тяжёлой ситуацией (травматичные роды, рождение недоношенного ребёнка, ребёнка с ограниченными возможностями здоровья);

- применять алгоритмы сопровождения и оказания поддержки таким семьям;

- применять техники защиты от вторичной травматизации, самостоятельной регуляции своего состояния и профессиональными границами в работе с клиентами;

- действовать в рамках протокола работы с перинатальными потерями, выбирать оптимальные техники консультирования и психологической поддержки семей, перенесших потерю ребёнка;

- применять знания об инструментах перинатальной психологии в собственной практике;

- сопровождать семью в период адаптации после рождения ребёнка;

- применять эффективные подходы к разрешению семейных запросов.

В результате освоения Программы **слушатели должны владеть:**

- методиками управления страхом и болями, построения партнёрских родов и способами подготовки будущих родителей к мягким и травмобезопасным родам;

- навыками определять психологические барьеры и преодолевать препятствия в подготовке к беременности;

- навыками диагностировать нарушения привязанности в перинатальный период;
- инструментами первичной диагностики и идентификации состояний в перинатальной психологии;
- навыками интерпретации сигналов организма беременной женщины (токсикоз, отёчность, гипертонус матки) и применения метода телесной осознанности для гармонизации самочувствия и установления доверия между телом и сознанием;
- навыками анализировать семейные истории и выявлять потенциальные ловушки, препятствующие полноценному развитию последующих поколений;
- умениями диагностировать ранние детские травмы на основании полученной информации и разрабатывать планы дальнейшей коррекционной работы с травмами;
- умениями снижать тревожность беременных женщин посредством осознанного подхода к эмоциональному состоянию;
- навыками формировать целостную семейную систему поддержки, организуя экологичный подход к рождению и осуществлению поддержки матери и ребёнка после родов;
- техниками индивидуального консультирования беременных женщин, пары и группы, повышая эффективность сопровождения будущих родителей в подготовке к рождению ребёнка;
- навыками проводить грамотную консультацию в сложных случаях, связанных с утратой беременности (выкидыш, замершая беременность, аборт, мертворождение);
- навыками оказания поддержки клиентам, находящимся в горе, вследствие перинатальных потерь;
- навыками составлять алгоритмы поддержки и выбирать подходящие техники консультирования;
- техниками работы с травматичными переживаниями, такими как заземление, контейнирование, рескриптинг, использование метафор, сказкотерапии и арт-терапии;
- навыками применять методы работать с семьями, имеющими особый опыт, связанный с тяжёлой ситуацией (травматичные роды, рождение недоношенного ребёнка, ребёнка с ограниченными возможностями здоровья);
- алгоритмами сопровождения и оказания поддержки таким семьям;
- техниками защиты от вторичной травматизации, самостоятельной регуляции своего состояния и профессиональными границами в работе с клиентами;
- навыками действовать в рамках протокола работы с перинатальными потерями, выбирать оптимальные техники консультирования и психологической поддержки семей, перенесших потерю ребёнка;
- знаниями об инструментах перинатальной психологии в собственной практике;
- опытом разбора реальных случаев консультирования;
- способами коммуницировать с клиентами и давать рекомендации по уходу за ребёнком и отношениям в семье.

4. Содержание и организация образовательного процесса

4.1. Учебный план

Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
		Лекции	Практика	Самост. работа	
Вводный модуль	0,5	0,5	-	-	
Модуль 1. Фундаментальные основы перинатальной психологии	16,5	2,5	11,5	2,5	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Модуль 2. Откуда берутся внутриутробные травмы	18	3	12	3	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Модуль 3. Консультирование и практики для гармоничной беременности	14	2,5	9	2,5	Текущий контроль / промежуточная аттестация

Модуль 4. Работа со сложными перинатальными ситуациями	15	2,5	10	2,5	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Модуль 5. Сопровождение семьи после рождения ребенка	15	2,5	10	2,5	Текущий контроль / промежуточная аттестация
Итоговая аттестация	2,5	-	2,5	-	
ИТОГО:	81,5	13,5	55	13	

4.2. Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
Вводный модуль		0,5	0,5	-	-	
1	Вводный урок	0,5	0,5	-	-	
Модуль 1. Фундаментальные основы перинатальной психологии		16,5	2,5	11,5	2,5	
1	Введение в перинатальную психологию	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №1
2	Биологические и нейрофизиологические основы пренатального развития	2,5	0,5	1,5	0,5	Практическое задание №2
3	Психология зачатия и прегравидарный период	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №3
4	Психология беременности	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №4
5	Психология родов	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №5
6	Эфир: практикум диагностики нарушений привязанности	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 1	4	-	4	-	Промежуточная аттестация
Модуль 2. Откуда берутся внутриутробные травмы		18	3	12	3	
1	Механизм возникновения внутриутробных стрессов и формирований фетальных травм	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №6
2	Внутриутробные травмы	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №7
3	Язык тела матери. Психосоматика беременности как сигнал	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №8
4	Фигура отца. Его решающая роль в безопасности системы «мать-дитя»	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №9
5	Родовые сценарии. Как не передать травму по наследству	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №10
6	Ранние травмы развития	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №11
7	Эфир: практикум постановки диагноза ранней детской травмы	2	-	2	-	

8	Итоговое задание к модулю 2	4	-	4	-	Промежуточная аттестация
Модуль 3. Консультирование и практики для гармоничной беременности		14	2,5	9	2,5	
1	Особенности переживания беременности	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №12
2	Психологическое сопровождение беременности	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №13
3	Беременность как этап материнства	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №14
4	Пренатальная подготовка к родам	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №15
5	Создание семейной системы поддержки	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №16
6	Эфир: практикум по работе с беременными. Индивидуальная, работа с парами и группами.	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 3	2	-	2	-	Промежуточная аттестация
Модуль 4. Работа со сложными перинатальными ситуациями		15	2,5	10	2,5	
1	Работа со сложными случаями в консультировании	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №17
2	Перинатальные потери. Консультирование и терапия	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №18
3	Методы работы с травмой	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №19
4	Особые случаи	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №20
5	Профилактика выгорания перинатального специалиста	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №21
6	Эфир: практикум «работа с потерями»	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 4	3	-	3	-	Промежуточная аттестация
Модуль 5. Сопровождение семьи после рождения ребенка		15	2,5	10	2,5	
1	Поддержка матери после родов	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №22
2	Психология отцовства	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №23
3	Сопровождение семьи	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №24
4	Послеродовая депрессия	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №25
5	Работа с запросами	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №26
6	Эфир: консультирование родителей. Разбор работы с клиентами.	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 5	3	-	3	-	Промежуточная аттестация
Итоговая аттестация		2,5	-	2,5	-	
ИТОГО:		81,5	13,5	55	13	

4.3. Календарный учебный график

Номер недели	Часы						
	Вводный модуль	1	2	3	4	5	Итоговая аттестация
1	Л						
2		Л, П, ПА СР					
3			Л, П, ПА СР				
4				Л, П, ПА СР			
5					Л, П, ПА СР		
6						Л, П, СР, ПА	ИА

Л-видео-лекции; П – практические задания, ПА – промежуточная аттестация; ИА – итоговая аттестация; СР – самостоятельная работа.

4.4. Содержание рабочих программ.

Вводный модуль.

Цель модуля – обеспечения знаниями о ключевых этапах в прохождении курса, постановка цели и определение ресурсов и мотивации для обучения; получение представления о сути перинатальной психологии.

Задачи:

- познакомить обучающихся с программой курса, формами обучения;
- освоить навыки работы с учебной платформой;
- научиться подключаться к учебному чату и получать поддержку;
- изучить права и обязанности участников курса, условия обучения;
- научиться применять правила и корректно использовать материалы курса;
- научиться ставить и фиксировать цели для эффективного обучения;
- научиться обращаться в службу поддержки в случае затруднений.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Вводный урок	0,5	0,5	-	-	
ИТОГО:		0,5	0,5	-	-	

Содержание программы:

Занятие 1. Вводный урок	<i>Теория</i>	Зачем этот курс. Что такое перинатальная психология. Почему это важно и работает. Что вас ждет на курсе. Советы для успешного обучения.
-----------------------------------	---------------	---

Оценочные материалы

В модуле не предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;

- дополнительные материалы к теме урока для самостоятельного изучения.

Модуль 1. Фундаментальные основы перинатальной психологии.

Цель модуля – обеспечение знаниями об истории дисциплины, биологии перинатального развития и психологии беременности.

Задачи:

- познакомиться с историей науки, основными направлениями и научными школами перинатальной психологии;
- понять значение междисциплинарного характера дисциплины;
- освоить этические принципы работы с будущими родителями;
- изучить роль важнейших гормонов и механизмы нейропластичности;
- понять процессы нейроразвития плода и механизмы перинатального импринтинга;
- изучить влияние стресса матери на плод;
- изучить, как влияют внутренние сценарии родительства и семейные убеждения на успешность зачатия;
- научиться определять психологические барьеры и преодолевать препятствия в подготовке к беременности;
- сформировать представление о динамике трансформации личности женщины в ходе беременности;
- рассмотреть кризисы идентичности и перспективы развития привязанности между матерью и плодом;
- изучить психологические аспекты родов, влияние опыта родов на самооценку и психическое состояние матери;
- изучить концепции, объясняющие роль пренатальных воспоминаний в последующем развитии ребёнка;
- получить практические советы и рекомендации от практикующего перинатального психолога;
- развить умение диагностировать нарушения привязанности в перинатальный период.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Введение в перинатальную психологию	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №1
2	Биологические и нейрофизиологические основы пренатального развития	2,5	0,5	1,5	0,5	Практическое задание №2
3	Психология зачатия и прегравидарный период	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №3
4	Психология беременности	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №4
5	Психология родов	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №5
6	Эфир: практикум диагностики нарушений привязанности	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 1	4	-	4	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		16,5	2,5	11,5	2,5	

Содержание программы:

Занятие 1. Введение в перинатальную психологию	<i>Видео-лекция</i>	Разграничение понятий пренатальная и перинатальная психология. История становления дисциплины от мифов к науке. Предмет, цели и задачи перинатальной психологии. Научный фундамент: биология и психика в утробе. Плод как активный субъект: обучение и память до рождения. Перинатальный период как исток личности.
--	---------------------	---

	<i>Практика</i>	Практическое задание №1
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Этические принципы работы перинатального психолога. - Междисциплинарный характер перинатальной психологии.
Занятие 2. Биологические и нейрофизиологические основы пренатального развития	<i>Видео-лекция</i>	Создание среды для развития. Этапы пренатального развития. Нейроразвитие плода. Психофизиологическая активность плода. Психологический аспект. Ключевые выводы и практические следствия.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №2
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Углубленное изучение нейрофизиологии, психологических концепций и практических методов. - Влияние материнского стресса на плод: гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая ось, эпигенетические изменения. - Сенсорные возможности плода.
Занятие 3. Психология зачатия и прегравидарный период	<i>Видео-лекция</i>	Медицинская парадигма как основа и контекст. Психологические аспекты планирования. Мифы, ожидания и когнитивные искажения. Роль и инструменты психолога. Прегравидарная подготовка как синтез осознанного начала.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №3
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Психология зачатия и прегравидарный период. - Подготовка партнеров к зачатию.
Занятие 4. Психология беременности	<i>Видео-лекция</i>	Диада «мать–плод». Беременность как кризис идентичности. Современные научные исследования. Интегративная модель психологии беременности.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №4
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Риски и кризисные ситуации.
Занятие 5. Психология родов	<i>Видео-лекция</i>	Роды как биопсихосоциальный процесс. Влияние родового опыта на психику матери. Пренатальные и перинатальные воспоминания. Выводы и направления работы для специалиста.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №5
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Роль партнера/отца в родах. - Альтернативные модели родовспоможения.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 1:

«1. Перечислите три этапа истории развития перинатальной психологии.

2. Назовите ключевые задачи перинатальной психологии.

3. Почему перинатальный период можно назвать истоком личности?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 2:

«1. Назовите этапы пренатального развития.

2. В чём состоит психосоматическое единство диады «мать–плод»?

3. Сформулируйте две практические рекомендации для будущих родителей, которые логически вытекают из ключевого вывода урока о «пренатальном детстве» как реальном этапе развития психики».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 3:

«1. Что влияет на внутренние сценарии родительства?»

2. Перечислите, в чём состоят две основные задачи перинатального психолога в прегравидарном периоде.

3. Приведите один конкретный пример влияния семейного опыта родителей (трансгенерационная передача) на формирование их внутренних родительских сценариев».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 4:

«1. Какую роль в психобиологическом единстве «мать–плод» играет плацента?»

2. Перечислите два тезиса интегративной модели психологии беременности.

3. Сформулируйте одну конкретную рекомендацию для практикующего перинатального психолога, исходя из его новой роли «переводчика» (описана в интегративной модели психологии беременности)».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 5:

«1. Перечислите четыре матрицы Теории базовых перинатальных матриц (БПМ) Станислава Грофа

2. Перечислите факторы родов как системы.

3. Исходя из выводов урока, сформулируйте две конкретные задачи перинатального психолога в работе с женщиной».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Формой **промежуточной аттестации** является итоговое задание по итогам модуля 1:

«Напишите аналитический обзор, раскрывающий основные этапы развития перинатальной психологии, её ключевые концепции и современных представителей науки. Выделите междисциплинарные связи с такими областями, как акушерство, нейробиология и психотерапия. Обратите внимание на этические аспекты работы перинатального психолога»

Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к заданию. Критерии оценивания: Объем работы: 2-3 страницы формата А4.

Для выполнения задания обучающиеся могут использовать специальный шаблон, размещенный на платформе в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- конспекты к видео-лекциям;
- дополнительные материалы к теме занятия для самостоятельного изучения.

Модуль 2. Откуда берутся внутриутробные травмы.

Цель модуля – изучить механизмы формирования внутриутробных травм и освоить техники диагностирования женщин и мужчин в перинатальном периоде.

Задачи:

- познакомиться с механизмом формирования внутриутробных стрессов и влиянием этих явлений на последующую жизнь ребенка;
- познакомиться с природой перинатальных матриц и феномене импринтинга;
- изучить природу трёх типов внутриутробных травм (нежеланная беременность, травма отвержения, травма покинутости);

- освоить инструменты первичной диагностики и идентификации этих состояний;
- сформировать навыки интерпретации сигналов организма беременной женщины (токсикоз, отёчность, гипертонус матки) и применения метода телесной осознанности для гармонизации самочувствия и установления доверия между телом и сознанием;
- изучить роль отца в обеспечении комфорта и защищённости для плода;
- изучить приёмы включения партнёра в процесс беременности и методы поддержания баланса и гармонии в семье;
- освоить навыки анализировать семейные истории и выявлять потенциальные ловушки, препятствующие полноценному развитию последующих поколений;
- изучить концепцию «исцеления рода» и способы решения трансгенерационных проблем;
- изучить механизмы формирования детских травм и психотерапевтические подходы для их коррекции, включая концепцию Франца Рупперта о ранних стадиях развития;
- развить умение диагностировать ранние детские травмы на основании полученной информации и разрабатывать планы дальнейшей коррекционной работы с травмами.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Механизм возникновения внутриутробных стрессов и формирований фетальных травм	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №6
2	Внутриутробные травмы	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №7
3	Язык тела матери. Психосоматика беременности как сигнал	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №8
4	Фигура отца. Его решающая роль в безопасности системы «мать-дитя»	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №9
5	Родовые сценарии. Как не передать травму по наследству	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №10
6	Ранние травмы развития	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №11
7	Эфир: практикум постановки диагноза ранней детской травмы	2	-	2	-	
8	Итоговое задание к модулю 2	4	-	4	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		18	3	12	3	

Содержание программы:

Занятие 1. Механизм возникновения внутриутробных стрессов и формирований фетальных травм	<i>Видео-лекция</i>	Ключевые понятия. Механизмы возникновения внутриутробного стресса. Примеры и возможные отдалённые последствия. Современный взгляд на эпигенетику и микробиом. Практическое значение.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №6
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Как травмы проявляются во взрослой жизни. - Профилактика внутриутробных травм.
Занятие 2. Внутриутробные травмы	<i>Видео-лекция</i>	Три ключевые внутриутробные травмы. Интегративная модель профилактики. Расширенные аспекты профилактики.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №7

	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Как текущие страхи, неприятие беременности, конфликты в паре формируют пренатальный опыт плода. - Диагностические тесты и опросники для работы с беременными.
Занятие 3. Язык тела матери. Психосоматика беременности как сигнал	<i>Видео-лекция</i>	Расшифровка ключевых симптомов. Симптомы принятия, опоры и истощения. Принципы работы с симптомами.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №8
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Телесная осознанность как ключ к гармонии и безопасности.
Занятие 4. Фигура отца. Его решающая роль в безопасности системы «мать-дитя»	<i>Видео-лекция</i>	Роль отца как регулятора и со-творца безопасности. Влияние состояния отца на плод. Стратегии включения отца в процесс. Рабочие инструменты в работе с отцами.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №9
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Техника «Круг безопасности» для пары.
Занятие 5. Родовые сценарии. Как не передать травму по наследству	<i>Видео-лекция</i>	Теоретические основы трансгенерационной передачи травмы. Анализ семейных мифов и выявление повторяющихся сценариев. Методы психотерапевтического вмешательства.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №10
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практический протокол работы с трансгенерационными родовыми сценариями. - Моя родовая система. - Концепция «Исцеляющего звена» и работа с экологией рода.
Занятие 6. Ранние травмы развития	<i>Видео-лекция</i>	Три типа травм и «расщепление» психики. «Симбиотические переплетения» как системная природа травмы. Пренатальный и перинатальный период в свете теории Рупперта. Терапия и самотерапия в русле концепции Рупперта. Практическая ценность и ограничения концепции
	<i>Практика</i>	Практическое задание №11
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - От симптомов к психотерапевтической стратегии.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 6:

«1. Перечислите перинатальные матрицы по С. Грофу.

2. Назовите элементы цепочки воздействия в биологическом пути возникновения внутриутробного стресса.

3. Представьте, что к вам обратилась беременная женщина, живущая в состоянии хронического стресса из-за работы. Опираясь на материал урока, составьте для неё 2-3 ключевых рекомендации (не медицинские, а психолого-поведенческие), которые могли бы снизить потенциальное негативное влияние этого стресса на плод».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 7:

«1. Назовите три ключевые внутриутробные травмы.

2. Объясните, каким образом эмоциональное состояние матери может повлиять на развитие плода».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 8:

«1. О чём может говорить тонус матки у беременной?

2. Какова роль психолога в работе с симптомами беременной женщины?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 9:

«1. По каким двум взаимосвязанным путям осуществляется влияние отца на пренатальное развитие?

2. Перечислите ключевые задачи и методы психотерапевтической работы в рамках данной темы

3. Разработайте краткий план (3-4 пункта) для одной консультации с парой, ожидающей ребенка, с фокусом на включение отца».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 10:

«1. Какие три основных канала трансгенерационной передачи травмы описаны в уроке?

2. Какова основная цель терапевтической работы с родовыми сценариями?

3. Как, по вашему мнению, техники активного переписывания сценария (например, «Трансгенерационное интервью» или ритуал «Закрытия старой книги») способствуют сепарации клиента от унаследованной семейной программы?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 11:

«1. Назовите три фундаментальных типа ранних травм.

2. Назовите этапы процесса психотерапии по методу Рупперта.

3. Понаблюдайте за собой в ситуациях стресса или неопределённости. Какая из ваших внутренних частей (Травмированная, Выживательная или Здоровая) чаще всего берёт управление в эти моменты? Опишите короткий пример и укажите, по каким признакам вы это определили».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Формой **промежуточной аттестации** является контрольная работа по итогам модуля 2:

Структура работы:

- **6 заданий** в формате **микро-кейсов** — по одному из каждого урока модуля.
- Каждый кейс содержит краткое описание ситуации и **4 варианта ответа**.
- Задача обучающихся — выбрать **один наиболее точный и обоснованный** ответ, опираясь на материалы модуля.

Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к заданию. Критерии оценивания: необходимо дать верный ответ на 4 задания из 6.

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются инструкциями, размещенными на платформе в личном кабинете обучающегося.

Вопросы контрольной работы размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося:

Задание 1

Ситуация: Психолог консультирует беременную женщину, которая работает в напряжённой обстановке и постоянно ссорится с партнёром. Она спрашивает: «Я читала, что мой стресс вредит ребёнку. Но я не могу уволиться и уйти от мужа прямо сейчас. Какой тип моего стресса потенциально наиболее вреден для плода?»

Вопрос: Какой ответ психолога будет наиболее точным и соответствующим материалам урока?

а) Самый вредный – острый, но кратковременный стресс, например, внезапный испуг.

+б) Наиболее вреден хронический умеренный стресс, который создаёт постоянный фон тревоги и повышенного кортизола.

в) Наибольший вред наносит только физический стресс, связанный с болезнью или недоеданием.

г) Для плода вреден любой стресс матери, независимо от типа и продолжительности.

Задание 2

Ситуация: На консультацию приходит пара на 20-й неделе беременности. Они с волнением признаются, что мечтали о мальчике, а УЗИ показало девочку. Сейчас будущая мать чувствует апатию и отстранённость, реже

разговаривает с животом. Психолог понимает, что есть риск формирования у плода конкретной внутриутробной травмы.

Вопрос: На профилактику какой ключевой внутриутробной травмы должна быть в первую очередь направлена работа психолога в этой ситуации?

- а) Травма покинутости (эмоциональная отстранённость матери)
- б) Травма зачатия («нежеланности»)
- +в) Травма отвержения («не того пола/ожиданий»)
- г) Травма сепарации

Задание 3

Ситуация: Беременная женщина жалуется на сильные отёки ног (не связанные с преэклампсией). В ходе беседы выясняется, что она живёт со свекровью, которая активно вмешивается в её жизнь с благими намерениями, но беременная не может выстроить границы, копит молчаливое раздражение и чувство обиды.

Вопрос: Какой основной психологический сигнал, согласно материалам курса, может передавать тело через этот симптом?

- а) Сигнал о высоком уровне тревоги и гиперконтроле.
- б) Сигнал о трудностях в «переваривании» новых обстоятельств.
- +в) Сигнал о подавленных, «невыраженных» эмоциях и нарушении психологических границ.
- г) Сигнал об отсутствии физической опоры и помощи.

Задание 4

Ситуация: На парной консультации будущий отец говорит, что очень хочет помочь жене, но чувствует себя бесполезным, так как «всё равно всё происходит в её животе». Он много работает, устаёт и эмоционально отстраняется. Жена при этом чувствует одиночество и тревогу.

Вопрос: Какой наиболее точный и поддерживающий посыл, основанный на материалах курса, должен донести психолог до отца, чтобы мотивировать его на большее участие?

- а) Его основная роль — материально обеспечивать семью, всё остальное вторично.
- +б) Его эмоциональная доступность и практическая поддержка напрямую снижают стресс матери, что является ключевым фактором для создания безопасной среды для плода. Он — активный со-творец этой среды.
- в) Его главная задача — контролировать медицинские назначения и посещать все УЗИ.
- г) Его состояние не имеет существенного значения для беременности, важно только самочувствие матери.

Задание 5

Ситуация: Женщина, планирующая беременность, в беседе с психологом рассказывает, что её собственная мать, бабушка и прабабушка пережили тяжёлые, затяжные роды с осложнениями. Клиентка говорит: «Я ужасно боюсь родов, мне кажется, что и меня ждёт то же самое. Это как семейное проклятие».

Вопрос: Какой канал трансгенерационной передачи травмы, описанный в курсе, наиболее ярко демонстрирует данная ситуация?

- а) Эпигенетический канал (через метилирование ДНК).
- +б) Психологический канал через бессознательную идентификацию и семейный миф.
- в) Канал прямого социального научения через подражание.
- г) Иммунологический канал через общий микробиом.

Задание 6

Ситуация: На консультацию к психологу приходит молодая женщина. Она описывает себя как перфекционистку, которая постоянно «должна быть лучшей» на работе и в роли матери. Она говорит: «Я так устала. Я живу в постоянной тревоге, что сделаю что-то не так. Мне кажется, что меня любят только тогда, когда я всё делаю идеально. Я совсем забыла, чего хочу *я сама*». В ходе работы выясняется, что в детстве её хвалили и ценили в основном за достижения (хорошие оценки, победы), а её собственные желания и эмоции игнорировались.

Вопрос: На работу с последствиями травмы какого типа, согласно концепции Франца Рупперта, должна в первую очередь ориентироваться терапевтическая стратегия в этом случае?

- а) Травма симбиоза (нарушение базового доверия)
- б) Травма сепарации (подавление автономии)
- +в) Травма идентичности (непризнание уникальной личности)
- г) Пренатальная травма отвержения

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- конспекты к видео-лекциям;
- дополнительные материалы к теме занятия для самостоятельного изучения.

Модуль 3. Консультирование и практики для гармоничной беременности.

Цель модуля – научиться применять психологические техники и подходы для обеспечения комфортного протекания беременности и родов, улучшая качество заботы о ребёнке и укрепляя детско-родительские связи.

Задачи:

- освоить специфику переживаний женщины в разные триместры беременности;
- получить знание о характеристиках каждого этапа беременности и особенностях психологического сопровождения на каждом этапе;
- научиться снижать тревожность беременных женщин посредством осознанного подхода к эмоциональному состоянию;
- освоить техники саморегуляции и инструменты программирования позитивных ожиданий;
- освоить задачи психологического сопровождения семьи на протяжении всей беременности;
- освоить позицию специалиста в работе с родителями;
- получить знания о современной психологической подготовке к родам;
- освоить методики управления страхом и боли, построения партнёрских родов и способы подготовки будущих родителей к мягким и травмобезопасным родам;
- научиться формировать целостную семейную систему поддержки, организуя экологичный подход к рождению и осуществлению поддержки матери и ребёнка после родов;
- освоить освоит техники индивидуального консультирования беременных женщин, пары и группы, повышая эффективность сопровождения будущих родителей в подготовке к рождению ребёнка.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Особенности переживания беременности	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №12
2	Психологическое сопровождение беременности	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №13
3	Беременность как этап материнства	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №14
4	Пренатальная подготовка к родам	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №15
5	Создание семейной системы поддержки	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №16
6	Эфир: практикум по работе с беременными. Индивидуальная, работа с парами и группами.	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 3	2	-	2	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		14	2,5	9	2,5	

Содержание программы:

Занятие 1. Особенности переживания беременности	<i>Видео-лекция</i>	Психологическая карта триместров. Современные вызовы и новые подходы в сопровождении беременности.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №12
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практика сопровождения. - Стили переживания беременности. - Психологический компонент гестационной доминанты по И.В. Добрякову.
Занятие 2. Психологическое сопровождение беременности	<i>Видео-лекция</i>	Осознанный подход к эмоциональному состоянию во время беременности. Восемь шагов осознанного сопровождения беременности. От тревоги к осознанному материнству.

	<i>Практика</i>	Практическое задание №13
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практические техники саморегуляции. - «Код счастья»: активное позитивное программирование.
Занятие 3. Беременность как этап материнства	<i>Видео-лекция</i>	Психологическая анатомия беременности. Беременность как кризис идентичности. Формирование готовности к материнству. Современные аспекты перинатальной психологии. Позиция и профессиональные границы специалиста.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №14
Занятие 4. Пренатальная подготовка к родам	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Инструментарий перинатального консультирования. - Онтогенез родительской сферы по Г.Г. Филипповой.
	<i>Видео-лекция</i>	Эволюция подходов к процессу подготовки к родам. Психологическая подготовка к родам. Психозомоциональные аспекты родов. Построение партнерских родов. Влияние родов на психику ребенка. Травмобезопасные роды и формирование устойчивости.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №15
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практикум: алгоритмы работы со страхом, болью и партнерскими родами. - «Дзен-техника» для родов. Создание «Карты ресурсных родов».
Занятие 5. Создание семейной системы поддержки	<i>Видео-лекция</i>	Системный подход к семье в перинатальном периоде. Миссия рода и семейные ценности. Внешний контур поддержки. Специфика поддержки в кризисных ситуациях. Практические техники для работы с семьями.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №16
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Разработка чек-листа «Экологичное рождение» и плана послеродовой поддержки.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 12:

- «1. Какая ключевая психологическая задача стоит в каждом триместре беременности?
 2. Назовите задачи психолога на этапе перестройки мозга беременной женщины.
 3. В уроке упоминается феномен «диджитал-дистресса беременных». Объясните, как информационная перегрузка и социальные сети могут усиливать тревогу будущей матери».
- Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
- Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 13:

- «1. Перечислите, в чём состоят восемь шагов осознанного сопровождения беременности.
 2. Назовите, в чём состоит специфика психотерапевтической работы с беременными.
 3. В чём отличие осознанного подхода к работе с негативными мыслями от простого «насаждения позитивного мышления»? Приведите один из вопросов, предложенных в уроке для мягкого оспаривания тревожных убеждений».
- Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.
- Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 14:

- «1. Назовите ключевые процессы психологической анатомии беременности.
2. Назовите три измерения кризиса идентичности.

3. Проанализируйте разницу между позицией «Наставника» и позицией «Эксперта-фасилитатора» в работе перинатального психолога. Почему безоценочность и вера в ресурс клиента являются основой этичного сопровождения?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 15:

«1. Какие три взаимосвязанных блока можно выделить в работе психолога при психологической подготовке клиента к родам?

2. Какие условия для матери и для ребенка должны быть соблюдены, чтобы роды были травмобезопасные?

3. Представьте, что к вам обратилась пара, которая планирует партнерские роды, но будущий отец испытывает тревогу и сомневается в своем участии. Опираясь на раздел о функциях партнера и ресурсном состоянии отца, составьте краткие рекомендации для этой пары».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 16:

«1. Кого можно включить во внешний контур семейной поддержки?

2. Назовите 2-3 конкретных метода работы с семьей.

3. Раскройте понятие «выгорание матери» и перечислите основные факторы риска. Опираясь на стратегии профилактики, предложите семье три конкретные рекомендации, которые помогут матери сохранять ресурс в послеродовой период».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Формой **промежуточной аттестации** является контрольная по итогам модуля 3:

Контрольная работа представляет собой работу в парах.

Формат работы

- Обучающиеся будут работать в паре с коллегой.
- Обучающимся предстоит проанализировать реальный кейс пары (Марина и Алексей) и заполнить «Карту гармоничной беременности».
- Задание разбито на 5 смысловых блоков, соответствующих ключевым темам модуля: от телесности и партнерских отношений до подготовки к родам.
- Время на выполнение – 60-90 минут (включая обсуждение).

Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к заданию.

Критерии оценивания:

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются инструкциями, размещенными на платформе в личном кабинете обучающегося.

Вопросы контрольной работы размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося:

Задание состоит из двух частей:

Часть 1. Кейс «Клиенты: Марина и Алексей»

Прочитайте описание пары.

Клиенты: Марина (28 лет) и Алексей (32 года). Первая беременность, второй триместр.

Ситуация: беременность была запланированной и желанной. Сейчас Марина чувствует себя физически хорошо (токсикоз прошел), но столкнулась с неожиданными сложностями. Ее тревожит, что она стала очень забывчивой и рассеянной на работе (она менеджер проекта), ей кажется, что она «глупеет на глазах». В соцсетях она видит «идеальных» беременных с гладкой кожей и полной энергией, и чувствует себя неудачницей из-за своей усталости и появившихся растяжек. Алексей искренне хочет помочь, но не знает как. Его попытки поддержать сводятся к фразам «не переживай, все будет хорошо», что еще больше раздражает Марину. Она чувствует, что отдаляется от него. Пара не знает, как выстроить диалог и подготовиться к родам так, чтобы это был общий опыт.

Часть 2. Заполнение «Карты гармоничной беременности»

Используя материалы Модуля 3, заполните пропуски в карте гармоничной беременности по представленному на платформе шаблону. Задача обучающихся — как можно быстрее, опираясь на конспект, дать паре конкретные, легкие для выполнения рекомендации.

Обсудите в паре получившуюся работу и отметьте свой результат по каждому критерию:

1. Опора на теорию

Мы смогли найти в конспектах модуля идеи, которые точно подходят под описанную проблему.

2. Конкретность рекомендаций

Нам удалось перевести теоретические идеи в простые, понятные действия («что сделать прямо сейчас»).

3. Системный взгляд

Мы увидели, как связаны разные сферы жизни пары (тело, отношения, информация, эмоции), и учли это в рекомендациях.

4. Работа с партнёрской системой

Наши рекомендации укрепляют «родительскую команду», вовлекают обоих — и Марину, и Алексея.

5. Практичность

Предложенные инструменты действительно можно применить в жизни, они не требуют специальных условий.

6. Командная работа

Мы смогли услышать друг друга, обсудить разные мнения и прийти к общему решению.

Количество отметок «Всё получилось отлично»:

6 – Отлично. Обучающиеся глубоко погрузились в материал и научились применять его системно.

4-5 - Хорошо. Обучающиеся уверенно владеют инструментами, необходимо обратить внимание на критерии со знаком «минус».

2-3 – Удовлетворительно. Рекомендуется повторение изученного материала.

0-1 – Неудовлетворительно. Рекомендуется повторить материал.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- конспекты к видео-лекциям;
- дополнительные материалы к теме занятия для самостоятельного изучения.

Модуль 4. Работа со сложными перинатальными ситуациями.

Цель модуля – освоить навыки работы с тяжёлыми жизненными ситуациями в перинатальном периоде, овладев приёмами поддержки семей в кризисных обстоятельствах и способами сохранения собственной профессиональной устойчивости.

Задачи:

- научиться проводить грамотную консультацию в сложных случаях, связанных с утратой беременности (выкидыш, замершая беременность, аборт, мертворождение);
- познакомиться с особенностями работы с горем и скорбью;
- получить навыки оказания поддержки клиентам, находящимся в горе, вследствие перинатальных потерь;
- научиться составлять алгоритмы поддержки и выбирать подходящие техники консультирования;
- освоить ряд эффективных техник работы с травматичными переживаниями, такими как заземление, контейнирование, рескриптинг, использование метафор, сказкотерапии и арт-терапии;
- освоить методы работать с семьями, имеющими особый опыт, связанный с тяжёлой ситуацией (травматичные роды, рождение недоношенного ребёнка, ребёнка с ограниченными возможностями здоровья);
- освоить алгоритмы сопровождения и оказания поддержки таким семьям;
- получить знания о причинах профессионального выгорания;

- овладеть техниками защиты от вторичной травматизации, самостоятельной регуляции своего состояния и профессиональными границами в работе с клиентами;
- научиться действовать в рамках протокола работы с перинатальными потерями, выбирать оптимальные техники консультирования и психологической поддержки семей, перенесших потерю ребёнка.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Работа со сложными случаями в консультировании	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №17
2	Перинатальные потери. Консультирование и терапия	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №18
3	Методы работы с травмой	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №19
4	Особые случаи	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №20
5	Профилактика выгорания перинатального специалиста	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №21
6	Эфир: практикум «работа с потерями»	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 4	3	-	3	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		15	2,5	10	2,5	

Содержание программы:

Занятие 1. Работа со сложными случаями в консультировании	<i>Видео-лекция</i>	Особенности перинатального горя. Этапы работы с перинатальной утратой. Особенности работы с разными типами потерь. Дифференциальная диагностика. Этические аспекты и границы компетенции психолога.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №17
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Углубленный анализ процессов горевания.
Занятие 2. Перинатальные потери. Консультирование и терапия	<i>Видео-лекция</i>	Специфика горя при перинатальной потере. Техники помощи в горевании. Особые случаи и страхи беременности. Алгоритмы поддержки: пошаговые протоколы. Этические аспекты и границы компетенции.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №18
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Чек-лист «Маркер нормы».
Занятие 3. Методы работы с травмой	<i>Видео-лекция</i>	Заземление. Контейнирование. Рескриптинг (переписывание сценария). Сказкотерапия и использование нарративов. Арт-терапия. Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ).
	<i>Практика</i>	Практическое задание №19
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Возможности сказкотерапии, арт-терапии и КПТ в перинатальном консультировании.
Занятие 4. Особые случаи	<i>Видео-лекция</i>	Работа с семьями. Рождение недоношенного ребенка. Рождение ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Горевание у мужчин и детей. Выход на работу после перинатальной потери.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №20

	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Пошаговые алгоритмы и техники работы.
Занятие 5. Профилактика выгорания перинатального специалиста	<i>Видео-лекция</i>	Специфика выгорания в перинатальной практике. Как устанавливать и защищать личные границы. Профессиональная поддержка.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №21
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Практические техники.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 17:

«1. Назовите этапы работы с перинатальной утратой.

2. Назовите главные трудности работы с разными типами потерь.

3. В ходе сессии клиентка спрашивает ваше мнение: стоит ли ей планировать следующую беременность через полгода или лучше подождать? Как вы поступите в этой ситуации, соблюдая этические границы компетенции психолога?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 18:

«1. Какие три ключевые особенности важно учитывать психологу при перинатальной потере?

2. Назовите шаги алгоритма поддержки (любого на выбор).

3. Клиентка после успешного протокола ЭКО признаётся, что запрещает себе радоваться беременности и ничего не покупает для малыша, так как подсознательно ждёт беды. Предложите две техники из урока, которые помогут ей проживать текущий момент и снизить тревогу».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 19:

«1. Перечислите основные техники заземления.

2. Назовите техники создания контейнера.

3. Клиентка, пережившая выкидыш на раннем сроке, говорит, что чувствует «пустоту и хаос» внутри, но не может подобрать слова. Предложите ей конкретное задание из раздела «Арт-терапия» и кратко объясните, какой механизм действия (экстернализация, символизация) поможет ей справиться с этим состоянием».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 20:

«1. Назовите особенности психотерапевтической работы с родителями, пережившими рождение ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

2. Назовите этапы подготовки женщины к выходу на работу после перинатальной потери.

3. К вам на консультацию пришёл мужчина, чья жена пережила потерю на позднем сроке. Он говорит мало, на вопросы отвечает односложно, но согласился прийти «потому что жена настояла». Опишите, как вы построите первую встречу, учитывая особенности мужского горя».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 21:

«1. Назовите 2-3 правила по установлению личных границ.

2. Перечислите виды профессиональной поддержки психологов.

3. Составьте для себя индивидуальный план профессиональной поддержки на ближайшие полгода».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Формой **промежуточной аттестации** является контрольная по итогам модуля 4:

Формат работы

- Обучающиеся работают самостоятельно (индивидуально).
- Обучающимся предстоит выбрать один из пяти вариантов кейса и проанализировать его, опираясь на материалы всех занятий модуля.
- Задание структурировано по 5 ключевым блокам: от первичной диагностики до этических границ и супервизии.

Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к заданию.

Критерии оценивания:

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются инструкциями, размещенными на платформе в личном кабинете обучающегося.

Вопросы контрольной работы размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Обучающиеся выбирают один из пяти вариантов. Необходимо внимательно прочитать кейс, представить, что к вам на консультацию пришёл клиент. Обучающиеся должны описать подробный план своей работы, опираясь на материалы всех занятий модуля.

Вариант 1: «Невидимая боль»

Клиентка: Анна, 34 года.

Запрос: «Помогите справиться с апатией и раздражительностью. У меня все есть, а я злюсь на всех».

История: 4 месяца назад у Анны на 9-й неделе случился выкидыш. Беременность была запланированной и желанной. Анна никому не говорила о ней, кроме мужа. Муж отреагировал спокойно, сказал: «Не расстраивайся, в следующий раз получится». На работе никто не знает, подруги говорят о детях, Анна их избегает. Сама она не может перестать прокручивать в голове день потери, винит себя, что накануне пошла на тренировку. По ночам ей снится пустота. Она говорит: «Я схожу с ума? Мне же не о чем горевать, я даже живота не увидела».

Вариант 2: «Тишина в операционной»

Клиентка: Елена, 29 лет.

Запрос: «Я боюсь близости с мужем и ужасаюсь при мысли о вторых родах, хотя мы хотим второго ребенка».

История: 2 года назад у Елены были первые роды, которые закончились экстренным кесаревым сечением из-за острой гипоксии плода. Ребенок жив и здоров, ему 2 года. Но Елена не может забыть момент: ее везут по коридору, яркий свет ламп, суeta врачей, чувство, что она задыхается, и мысль «я сейчас умру, и ребенок умрет». Она помнит, что ее тошнило, и никто не объяснял, что происходит. После родов она долго не могла смотреть на сына, чувствовала отчуждение. Сейчас отношения с сыном хорошие, но при попытке заняться сексом с мужем у нее начинается паника. Она избегает смотреть фильмы про роды и больницы.

Вариант 3: «Чужая радость»

Клиентка: Марина, 38 лет.

Запрос: «Я боюсь, что схожу с ума от ревности и злости. Помогите мне подготовиться к рождению племянника».

История: Марина уже 5 лет безуспешно лечится от бесплодия, были 2 неудачных ЭКО. Полгода назад она узнала, что ее младшая сестра беременна. С тех пор Марина стала избегать встреч с семьей, на нее накатывают приступы неконтролируемого гнева при виде беременных или колясок. Она испытывает жгучую вину за эти чувства, потому что любит сестру. Спать она стала хуже, появились навязчивые мысли, что она «неполноценная женщина». Она обратилась к психологу, потому что скоро выписка из роддома, и она не знает, как сможет посмотреть на сестру и ребенка.

Вариант 4: «Отец, которого не видно»

Клиент: Игорь, 32 года. Направлен женой.

Запрос (от жены): «Посмотрите моего мужа. Он ушел в работу, не разговаривает со мной, стал пить пиво каждый вечер. Мы потеряли двойню на 18-й неделе полгода назад, а он ведет себя так, будто ему все равно».

История: Игорь пришел на встречу неохотно. Сидит, смотрит в пол, на вопросы отвечает коротко:

«Нормально», «Работаю». При расспросах выясняется, что он практически не спит (засыпает под утро), на работе берет сверхурочные проекты, а по выходным «отключает голову» за компьютером. На просьбу жены поговорить о потере реагирует агрессией: «Хватит копаться в прошлом, надо жить дальше!».

Вариант 5: «Беременность после шторма»

Клиентка: Виктория, 41 год.

Запрос: «Я не чувствую радости от беременности. Мне кажется, я убью его своей тревогой. Спасите моего ребенка».

История: Виктория долго шла к этой беременности (ЭКО). 3 года назад у нее были тяжелые преждевременные роды на 26-й неделе, ребенок прожил 2 дня в реанимации. Сейчас она на 14-й неделе. Она запрещает себе покупать детские вещи, не говорит о беременности вслух, в ужасе ходит на УЗИ. Каждое пятно на белье или легкое напряжение живота вызывает панику. Она разговаривает с животом шепотом и тут же себя ругает: «Не смей привязываться, опять будет больно». С мужем отношения натянутые, он хочет радоваться, но не знает как, и тоже боится.

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются шаблоном ответа на контрольную работу, размещенному на платформе в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- конспекты к видео-лекциям;
- дополнительные материалы к теме занятия для самостоятельного изучения.

Модуль 5. Сопровождение семьи после рождения ребенка.

Цель модуля – овладеть методами психологической поддержки семьи после рождения ребёнка, содействуя укреплению здоровых внутрисемейных отношений и формированию условий для полноценного развития малыша.

Задачи:

- изучить психологические аспекты восстановления матери после родов;
- освоить методы поддержки и профилактики послеродовых расстройств;
- изучить психологические аспекты роли отца;
- освоить методы вовлечения отца в уход за ребёнком и поддержку матери;
- научиться сопровождать семью в период адаптации после рождения ребёнка;
- освоить методы укрепления семейных связей;
- изучить признаки и методы диагностики послеродовой депрессии;
- освоить методы поддержки и терапии;
- получить опыт разбора реальных случаев консультирования;
- освоить эффективные подходы к разрешению семейных запросов.
- освоить способы коммуницировать с клиентами и давать рекомендации по уходу за ребёнком и отношениям в семье.

Объем модуля:

№ занятия	Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практика	Самост. работа	
1	Поддержка матери после родов	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №22
2	Психология отцовства	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №23
3	Сопровождение семьи	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №24

4	Послеродовая депрессия	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №25
5	Работа с запросами	2	0,5	1	0,5	Практическое задание №26
6	Эфир: консультирование родителей. Разбор работы с клиентами.	2	-	2	-	
7	Итоговое задание к модулю 5	3	-	3	-	Промежуточная аттестация
ИТОГО:		15	2,5	10	2,5	

Содержание программы:

Занятие 1. Поддержка матери после родов	<i>Видео-лекция</i>	Ресурсы и перегрузки в первый год жизни ребенка. Дифференциальная диагностика послеродовой депрессии. Система поддержки матери и профилактика ПРД. Инструменты психологического консультирования. Маркеры для направления к психиатру.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №22
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Инструментарий психолога.
Занятие 2. Психология отцовства	<i>Видео-лекция</i>	Кризис идентичности мужчины при переходе к отцовству. Эмоциональная уязвимость и факторы напряженности. Мишени психотерапевтической работы. Стратегии поддержки на разных уровнях. Методы и интервенции в консультировании.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №23
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.
Занятие 3. Сопровождение семьи	<i>Видео-лекция</i>	Задачи психологического сопровождения семьи на первом году жизни ребенка. Тема воспитания ребенка в курсе подготовки к материнству и отцовству. Принципы организации развивающих занятий на первом году жизни.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №24
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Развивающие занятия на первом году жизни.
Занятие 4. Послеродовая депрессия	<i>Видео-лекция</i>	Отличия депрессии от психоза. Этапы психологического сопровождения. Алгоритм действий при подозрении на послеродовой психоз. Роль специалиста в диаде «Мать-Дитя».
	<i>Практика</i>	Практическое задание №25
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия. - Диагностика, инструменты и техники.
Занятие 5. Работа с запросами	<i>Видео-лекция</i>	Конфликт с матерью/свекровью. Практические инструменты при конфликте с матерью/свекровью. Ревность старшего ребенка. Практические инструменты работы с ревностью. Интегративные методы работы с семьей.
	<i>Практика</i>	Практическое задание №26
	<i>Самостоятельная работа</i>	- Конспект занятия.

Оценочные материалы

В модуле предусмотрен текущий контроль и промежуточная аттестация.

Формой **текущего контроля** являются практические задания:

Практическое задание № 22:

«1. Назовите симптомы послеродовой депрессии.

2. Перечислите мишени психотерапевтической работы с матерями на первом году жизни ребёнка.

3. К вам на консультацию пришла женщина с ребенком 3 месяцев. Она жалуется на постоянную бессонницу (ребенок спит, а она не может уснуть), отсутствие аппетита и навязчивые мысли о том, что она может случайно навредить малышу. Какие вопросы необходимо задать психологу для скрининга рисков?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 23:

«1. Назовите мишени психотерапевтической работы с отцом.

2. В чём состоит стратегии поддержки отца на уровне пары и семьи?

3. Приведите пример диалога (2–3 реплики), в котором психолог помогает мужчине легитимизировать его тревогу и страх перед физическим контактом с новорожденным. Используйте нарративный подход и технику психообразования (или любую другую технику), описанные в уроке».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 24:

«1. Назовите задачи психологического сопровождения семьи на первом году жизни ребенка.

2. Перечислите 4-5 принципов организации развивающих занятий на первом году жизни.

3. В уроке сформулированы восемь принципов организации развивающих занятий на первом году жизни. Выберите три принципа и для каждого приведите конкретный пример того, как родитель может реализовать этот принцип в повседневном общении с ребенком».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 25:

«1. Назовите 2-3 инструмента скрининга и оценки состояния матери.

2. Назовите 4-5 терапевтических техник или упражнений для коррекции эмоционального состояния матери, работы с мыслями, поведением, телесными ощущениями.

3. Представьте ситуацию: на консультации женщина сообщает, что слышит голоса, которые говорят ей, что ребенок «особенный» и его нужно «спасти». Опишите пошаговый алгоритм действий специалиста, опираясь на материал урока. Какие три шага необходимо предпринять?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Практическое задание № 26:

«1. Назовите 4-5 практических инструмента при конфликте с матерью/свекровью.

2. Назовите 4-5 практических инструмента работы с ревностью старшего ребёнка.

3. Представьте, что к вам обратилась мама с запросом о ревности старшего ребенка (3 года) к новорожденному. Опишите, как вы будете применять технику «Особое время». Какие рекомендации вы дадите родителям для снижения ревности?».

Ответы необходимо прикрепить в поле для ответа на платформе обучения.

Вопросы практического задания размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Формой **промежуточной аттестации** является контрольная по итогам модуля 5:

Формат работы

- Обучающиеся работают самостоятельно (индивидуально).
- Обучающимся предстоит проанализировать один комплексный кейс, охватывающий ключевые темы модуля: послеродовую депрессию, работу с партнером, конфликт с прародителями и ревность старшего ребенка.
- Задание структурировано по 5 ключевым блокам.

Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к заданию.

Критерии оценивания:

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются инструкциями, размещенными на платформе в личном кабинете обучающегося.

Вопросы контрольной работы размещены на платформе обучения в личном кабинете обучающегося.

Кейс: Семья «К.»

Состав семьи:

- **Екатерина (32 года):** в декрете, второй ребенок.
- **Сергей (34 года):** работает в логистике.
- **Дочь Алина (4 года):** ходит в сад.
- **Сын Максим (4 месяца):** на грудном вскармливании.
- **Мать Екатерины, Татьяна Петровна (58 лет):** живет рядом, активно «помогает».

Ситуация:

Екатерина обратилась к психологу с жалобами на раздражительность, чувство вины перед старшей дочерью («срываюсь на нее»), нарушение сна (не может уснуть, когда ребенок спит), потерю радости. Отношения с мужем испортились: он говорит «скажи, что сделать», она устала быть «диспетчером». Мать приходит каждый день, критикует методы воспитания, переставляет вещи, говорит «ты не справляешься». Екатерина чувствует себя «никудышной» матерью, женой и дочерью. Фраза: «Иногда мне кажется, что всем было бы лучше без меня».

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются шаблоном ответа на контрольную работу, размещенному на платформе в личном кабинете обучающегося.

Учебно-методические материалы модуля:

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций авторов программы и путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента для самостоятельного изучения:

- видео-лекции;
- конспекты к видео-лекциям;
- дополнительные материалы к теме занятия для самостоятельного изучения.

5. Формы аттестации и оценка результатов освоения программы

5.1. Формы аттестации

Текущий контроль знаний, обучающихся проводится на протяжении всего обучения по программе. Текущий контроль знаний включает в себя мониторинг за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний и умений, которыми они овладели на определённом этапе обучения посредством выполнения практических заданий и коммуникации с обучающимися через мессенджер и в иных установленных формах

Промежуточная аттестация по программе представлена в виде контрольных работ. Промежуточная аттестация представляет собой зачет по совокупности выполненных слушателем контрольных работ. Задания промежуточной аттестации оцениваются, как «выполнено», если соблюдены все требования к выполнению задания. Критерии оценивания заложены в лекционной части урока.

Итоговая аттестация. К итоговой аттестации допускаются слушатели, освоившие учебный план в полном объеме. Итоговая аттестация представляет собой подготовку эссе.

Формат работы

- Обучающиеся работают индивидуально.
- Обучающимся предстоит написать эссе на тему «Роль перинатального психолога в сопровождении семьи». В нём необходимо обобщить знания всех пяти модулей курса.
- Эссе должно быть структурированным, но не жёстко формализованным.
- Объём: 3–5 страниц (примерно 1000–2000 слов).

При подготовке эссе руководствуйтесь рекомендуемыми требованиями, размещёнными на платформе. Промежуточная аттестация оценивается как «выполнено», если соблюдены все требования к указанному заданию.

Для выполнения задания обучающиеся руководствуются шаблоном, размещённом на платформе в личном кабинете обучающегося.

Критерии оценивания отчета: все требования выполнены правильно в полном объёме.

Эссе считается качественным, если студент:

- использует термины;
- ссылается на модули курса (1–5);
- приводит примеры;
- различает психообразование, сопровождение и терапию;
- называет конкретные шкалы;
- описывает собственную рефлексия (супервизия, выгорание);
- не смешивает роли психолога и психиатра.

5.2. Оценочные материалы

Оценочные материалы **текущего контроля и промежуточной аттестации** представлены в рабочих программах к модулям.

6. Организационно-педагогические условия обучения

6.1. Учебно-методическое обеспечение программы

Материалы для изучения размещены в сети Интернет на онлайн-платформе «Программа для создания онлайн-школ Геткурс 2.0» (далее – СДО). Доступ к СДО осуществляется с использованием информационных технологий, технических средств, информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих возможность самостоятельного изучения обучающимися обучающих материалов с рабочих мест.

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается путём размещения на онлайн-платформе соответствующего Контента, а также в форме дистанционных индивидуальных и (или) групповых консультаций кураторов программы.

Обучение по Программе включает самостоятельную работу обучающегося (не более 50 % от общего количества часов по Программе).

Основными видами самостоятельной работы обучающихся являются:

- изучение дополнительной информации, предоставляемой обучающимся на платформе обучения в виде текстовых файлов к каждому модулю;
- формирование и усвоение содержания занятий на базе рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы:

Основная литература:

1. ОСНОВЫ ПЕРИНАТАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ. Пикулева Л.К., Батенова Ю.В., Филиппова О.Г. Москва, 2023. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=56443165>.
2. ПЕРИНАТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ МАТЕРИНСТВА И РОДИТЕЛЬСТВА. Могилевская Е.В., Васильева О.С. Ростов-на-Дону, 2011. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20113213>.
3. КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ СЕМЬИ И ПЕРИНАТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ КАК РАЗДЕЛЫ МЕДИЦИНСКОЙ (КЛИНИЧЕСКОЙ) ПСИХОЛОГИИ. Добряков И.В., Никольская И.М. Социальная и клиническая психиатрия. 2011. Т. 21. № 2. С. 104-108. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17729275>.
4. ПЕРИНАТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ КАК ОДИН ИЗ РАЗДЕЛОВ ПЕРИНАТОЛОГИИ. Колисниченко А.В. В книге: Актуальные вопросы экспериментальной и клинической медицины-2024. сборник тезисов LXXXV научно-практической конференции с международным участием. Санкт-Петербург, 2024. С. 294. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=74341815>.

Дополнительная литература:

5. РЕПРОДУКТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: СОВРЕМЕННЫЙ ЭТАП РАЗВИТИЯ ПЕРИНАТАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ В РОССИИ. Филиппова Г.Г. В сборнике: От истоков к современности. 130 лет организации психологического общества при Московском университете: сборник материалов юбилейной конференции в 5 томах. Ответственный редактор: Богоявленская Д.Б., 2015. С. 84-86. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24855917>.
6. РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ В ПЕРИНАТАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ. Сборник трудов по результатам Международной научно-практической конференции / Том Выпуск 2. 2013. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24750102>.
7. СОВРЕМЕННАЯ ПЕРИНАТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ В НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИХ КЛИНИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ. Бузина Т.С. Медицинская психология в России. 2025. Т. 17. № 3 (88). С. 97-99. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=83057078>.

6.2. Материально-техническое обеспечение реализации обучения.

Реализация дополнительной профессиональной программы (программы повышения квалификации дополнительного профессионального образования) с использованием исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий предполагает наличие специализированной образовательной платформы для электронного обучения.

Требования к рабочему месту обучающихся:

- Компьютер со стандартным программным обеспечением.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочих мест обучающихся относится выход в сеть Интернет. Доступ к программе ЭВМ – образовательная интернет – «Программа для создания онлайн-школ Геткурс 2.0».

Требования к рабочему месту преподавателя:

- Компьютер со стандартным программным обеспечением.

К оборудованию и технологическому оснащению рабочего места преподавателя относится выход в сеть Интернет. Доступ к программе ЭВМ – образовательная интернет – «Программа для создания онлайн-школ Геткурс 2.0».

Используется телекоммуникационная сеть Интернет через установленные программно-технические средства на скорости не ниже 512 Кбит/с, скоростью прямого канала не ниже 512 Кбит/с, скоростью обратного канала не ниже 128 Кбит/с, использованием порта доступа в сеть Интернет со скоростью не ниже 30 Мбит/с и возможностью установления не менее 20 одновременных сессий по 512 Кбит/с.

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учёта объёмов потребляемого трафика за исключением перерывов для проведения необходимых ремонтных и профилактических работ при обеспечении совокупной доступности услуг не менее 99,5 %.