



Краевое государственное автономное учреждение дополнительного образования  
"Камчатский психолого-педагогический центр системы образования"

## **«Проживание-преодоление подростком кризисной психотравмирующей ситуации»:**

опыт внедрения и реализации  
психолого-педагогической программы



Кузьмина Анна Анатольевна,  
педагог-психолог КГАУ ДО «КППЦСО»

# АКТУАЛЬНОСТЬ



## Высокая социальная значимость проблемы

*Насилие и жестокое обращение в отношении несовершеннолетних — серьёзная социальная проблема, имеющая долгосрочные негативные последствия для психического здоровья и социальной адаптации.*



## Дефицит инструментов для работы «после кризиса»

*Профилактических программ — много. Но когда кризис уже случился, когда подросток пережил насилие и застрял в травме, нам не хватало чёткого инструмента для оказания конкретной психологической помощи.*



## Уязвимость младших подростков

*Подростки 12–14 лет, попадая в кризисную ситуацию, не в состоянии осознать смысл происходящего и самостоятельно отреагировать на негативные переживания. Без помощи травма становится хронической: ПТСР, депрессия, риск суицидального поведения.*



## Потребность в научно обоснованных методах

*Существует множество подходов, но не все имеют подтверждение эффективности. Наша программа прошла верификацию и доказала свою результативность.*

## ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ



Подростки 12–14 лет, пережившие последствия психотравмирующих ситуаций насилия и жестокого обращения.

Это подростки с разным психотравмирующим опытом:

*жертвы сексуального насилия;*

*жертвы физического насилия;*

*жертвы психологического насилия;*

*жертвы ситуации травли/буллинга;*

*свидетели различных форм насилия/жестокого обращения.*

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

*Оказание психолого-педагогической помощи несовершеннолетним, переживающим последствия насилия и жестокого обращения*

1. Создание благоприятных условий для установления контакта с ребенком, переживающего психологическую травму.
2. Оказание помощи в снятии стрессового напряжения, отреагирование негативных переживаний и преодоление психотравмирующей ситуации.
3. Обучение навыкам самопомощи, ослабление влияния обстоятельств, сопутствующих психологической травме и трансформация искаженных когнитивных представлений ребенка о психотравмирующей ситуации.
4. Обучение адаптивным поведенческим моделям взаимодействия подростка с окружающим его социумом.
5. Оказание помощи в преодолении деструктивных антагонистических убеждений и установок и формирование положительного отношения к себе, окружающим и миру в целом у подростков.

## ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ

### БЕЗОПАСНОСТЬ



### ПРОРАБОТКА



### РЕСУРС



- ✓ дыхательные техники
- ✓ арт-терапия
- ✓ сказкотерапия (притчи)
- ✓ технология метафорических ассоциативных карт
- ✓ групповые дискуссии
- ✓ письменные практики
- ✓ ролевые игры

# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

## Модуль №1 «В поисках ресурса»

### — индивидуальная работа

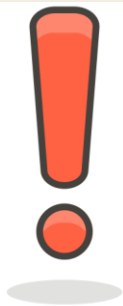


- 15 занятий, 2 раза в неделю
- Психолог работает один на один с подростком
- Устанавливает безопасный контакт
- Снимает стрессовое напряжение
- Арт-терапия, письменные практики
- Корректирует искажённые мысли: «я виноват», «я плохой», «никому нельзя верить»

# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

## Модуль №1 «В поисках ресурса»

### — индивидуальная работа



*Учитываем разный травматический опыт*



# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

## Модуль №2 «Давайте понимать друг друга с полуслова» — групповая работа



- 10 встреч, 1 раз в неделю
- Подросток видит: «Я не один такой»
- Разрушается чувство изолированности
- Ролевые игры и групповые дискуссии
- Тренирует навыки уверенного поведения: говорить «нет», отстаивать границы, просить о помощи

# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ

## Модуль №2 «Давайте понимать друг друга с полуслова» — групповая работа



**Для жертв физического/ психологического насилия, буллинга, свидетелей:**

- Группы 6–12 человек
- Ведущий — педагог-психолог



**Для жертв сексуального насилия:**

- Закрытые группы 4–6 человек, однородные по полу и травме
- Ведущий — психолог с дополнительной подготовкой в области экстренной психологической помощи, клинической психологии или психотерапии

## РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ Работа с семьей, окружением



# ТЕХНОЛОГИИ И ПОДХОДЫ



## ДИАГНОСТИКА

**Для проведения Модуля №1 «В поисках ресурса»:**

1. Детская шкала для диагностики тяжести реакций на травматический стресс (РТС, авторы Р. Пинос, А. Стейнберг)
2. Методика диагностики социально-психологической адаптации (авторы Р.Даймонда – К.Роджерса).
3. Опросник детской депрессии (CDI, автор М. Ковач)
4. Методика диагностики представлений ребенка о насилии «Незаконченные предложения». Разработана М.В. Фадеевой, Е.В. Шапошниковой под руководством профессора Е.Н. Волковой (в качестве дополнительного диагностического инструмента для углубленного изучения специфических случаев)

**Для проведения Модуль №2 «Давайте понимать друг друга с полуслова»:**

1. Методика «Самочувствие-Активность-Настроение» (авторы В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай, М.П. Мирошник). *Рекомендуется использовать для оперативной оценки текущего состояния участников перед каждым занятием.*
2. Методика самооценки (авторы С. Дембо – Рубинштейн, модификация А.М. Прихожан)
3. Методика «Оценка самоконтроля в общении» (автор М. Снайдер)



# РЕЗУЛЬТАТЫ И ПРИЗНАНИЕ



Общероссийская общественная организация  
«Федерация психологов образования России»

## Решение о присвоении грифа общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»

В соответствии с Положением о Всероссийском конкурсе лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде, утвержденном директором Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей 29.11.2022 (протокол №1), решением Экспертного совета Конкурса от 18.12.2024 (протокол № 1):

присвоить  
программе «Проживание-преодоление подростком кризисной  
психотравмирующей ситуации»

(автор(ы) Кузьмина Анна Анатольевна, Карташова Анастасия Сергеевна,  
Зенина Ольга Дмитриевна, Мосягина Марина Анатольевна

гриф общероссийской общественной организации  
«Федерация психологов образования России»:

*«Рекомендовать Общероссийской общественной организацией «Федерация психологов образования России» для реализации в образовательных организациях; центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи; специализированных учреждениях для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, органах управления социальной защитой населения; организациях, реализующих мероприятия индивидуальной программы реабилитации или абилитации детей-инвалидов; организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»*



Президент общероссийской общественной организации  
«Федерация психологов образования России»

В.В. Рубцов



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

## ОБЗОР ЛУЧШИХ ПРАКТИК

ПО ОРГАНИЗАЦИИ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО  
СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ИЗ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ (ВЕТЕРАНОВ)  
СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Информация о предметно-педагогической организации	
«Проживание-преодоление подростком кризисной психотравмирующей ситуации»	
Качественный критерий	Качество оказания психолого-педагогической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию, организациям последователя высшего и высшего образования.
Цели	Цели: оказание психолого-педагогической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию, организациям последователя высшего и высшего образования. Цели: оказание психолого-педагогической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию, организациям последователя высшего и высшего образования.
Результативность	Результативность: модуль 1 до 2 месяцев (2 занятия в неделю), модуль 2 до 2 месяцев (2 занятия в неделю).
Условия реализации	Условия реализации: Единые государственные автономные учреждения дополнительного образования Санкт-Петербургского государственного университета системы образования.
Авторы	Авторы: Кузьмина Анна А., Карташова Анастасия С., Мосягина М.А., Зенина О.Д.
Описание практики	Описание практики: Создание благоприятных условий для установления контакта с ребенком переживающим психологическую травму. Создание структурированного пространства психологической реабилитации подростков переживающих психотравмирующую ситуацию. Обучение навыкам самонаблюдения, осознания своего состояния, сопереживания психологической травме, и трансформации психологических представлений ребенка о психотравмирующей ситуации. Обучение навыкам самонаблюдения психологического состояния и самонаблюдения подростка с определением его состояния. Описание навыков и преодоления деструктивных автоматизированных убеждений и установок, формирование позитивного отношения к себе и окружающим в миру и семье.
Формы и методы работы	Формы и методы работы: Индивидуальная и групповая занятия. Методы: арт-терапия, сказкотерапия, телесная метафорическая ассоциативная игра, ролевые игры, технологии БОС.
Кадровые ресурсы	Кадровые ресурсы: Педагогический, внешние компетенции для оказания консультативной и кризисной помощи.
Материально-техническое обеспечение	Материально-техническое обеспечение: Помещение для индивидуальных занятий, для групповых занятий (стол, стулья, музыкальный инструмент, компьютер, ноутбук, интерактивная доска, канцелярия), оборудование кабинета диагностики, кабинет БОС-терапия.
Структура занятия	Структура занятия: Учебно-тематический план модулей I и II занятия. Перечень психолого-педагогических методов практики. Описание структуры занятия.

МОСКВА, 2025



# Экспертиза программы 11 марта 2026 года

СЕКЦИЯ ДП НЭС

СЕКЦИЯ  
«ДОКАЗАТЕЛЬНЫЙ ПОДХОД  
В ПСИХОЛОГИИ И ОБРАЗОВАНИИ»  
НАУЧНО-ЭКСПЕРТНОГО СОВЕТА  
ФГБОУ ВО МГППУ

**НЕЗАВИСИМАЯ ОЦЕНКА ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ**

**«ПРОЖИВАНИЕ-ПРЕОДОЛЕНИЕ  
ПОДРОСТКОМ КРИЗИСНОЙ  
ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕЙ СИТУАЦИИ»**



Евгений Олегович Пятаков



Олеся Игоревна Леонова



Карташова Анастасия Сергеевна



Марина Сорокова (МГППУ)



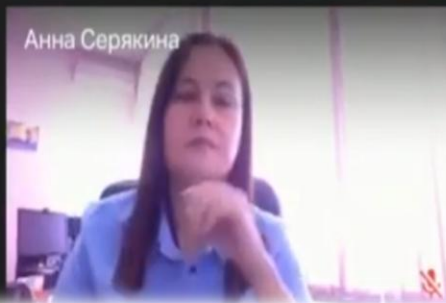
Наталья Радчикова



Елена Николаевна Волкова



Анна Серякина



Татьяна Ключева



# ЭКСПЕРТИЗА ПРОГРАММЫ



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»



ОБЩЕРОССИЙСКАЯ  
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ФЕДЕРАЦИЯ ПСИХОЛОГОВ  
ОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ»

## СЕРТИФИКАТ ПОДТВЕРЖДЕНИЯ НЕЗАВИСИМОЙ ОЦЕНКИ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОЙ МЕТОДИКИ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Регистрационный номер «21/32-пр»

от «11» марта 2026 г.

Выдан Кузьминой Анне Анатольевне, педагогу-психологу КГАУ ДО «Камчатский психолого-педагогический центр системы образования», г. Петропавловск-Камчатский, Карташовой Анастасии Сергеевне, педагогу-психологу КГАУ ДО «Камчатский психолого-педагогический центр системы образования», г. Петропавловск-Камчатский.

Настоящий сертификат удостоверяет, программа психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся «Проживание – преодоление подростком кризисной психотравмирующей ситуации»

**соответствует** стандартам программ и технологий с доказанной эффективностью для сферы образования и социальной сферы с учетом дополнительных рекомендаций.

**рекомендуется** для включения в открытый реестр психодиагностических методик, вызывающих доверие профессионального сообщества.

Сертификат выдан на основании результатов независимой оценки методики в рамках секции «Доказательный подход в психологии и образовании» Научно-экспертного совета ФГБОУ ВО МГППУ.

Сертификат действителен бессрочно.

Президент ФГБОУ ВО МГППУ, президент общественной организации «Федерация психологов образования России» В.В. Рубцов

Руководитель секции Научно-экспертного совета «Доказательный подход в психологии и образовании» ФГБОУ ВО МГППУ М.Г. Сорокова

Руководитель Научно-методического центра сопровождения педагогов ФГБОУ ВО МГППУ О.И. Леонова



*Всероссийский реестр программ,  
технологий, практик с доказанной  
эффективностью для сферы образования  
и социальной сферы»*

*Министерства просвещения РФ*

<https://mgppu.ru/reestr>

# «Проживание-преодоление подростком кризисной психотравмирующей ситуации»:

опыт внедрения и реализации  
психолого-педагогической программы

Кузьмина Анна Анатольевна,  
педагог-психолог КГАУ ДО «КППЦСО»



КАМЧАТСКИЙ КРАЙ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАМЧАТСКОГО КРАЯ



КГАУ ДО «КАМЧАТСКИЙ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ»

 НАШИ ГРУППЫ И КОНТАКТЫ

 8 962 217-05-42, 8 (4152) 42-05-42



 [t.me/kampsychoologcentr](https://t.me/kampsychoologcentr)



 [vk.com/kampsycentr](https://vk.com/kampsycentr)

 [cpprkam@mail.ru](mailto:cpprkam@mail.ru)

 [cpprkam.ru](http://cpprkam.ru)