

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ЖУКОВОЙ»**

УТВЕРЖДАЮ

Приказ №2_ЛО от 01 июня 2022 г.

Генеральный директор

_____ Жукова Н.А.

м.п.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАССТРОЙСТВА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ»

г. Москва, 2022 год

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Психологические аспекты расстройства пищевого поведения» разработана на основе следующих нормативных правовых актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

- Приказ Минобрнауки России от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 29 июля 2020 г. № 841 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология»

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. № 682н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере»,

других федеральных законов и действующих нормативных правовых актов.

Настоящая программа нацелена на теоретическую и практическую подготовку слушателей в области получения компетенций в работе с расстройствами пищевого поведения.

Актуальность преподавания данной программы обусловлена ростом числа пациентов с подобными расстройствами: согласно разным источникам, распространенность нарушений пищевого поведения в различных возрастных группах может составлять от 6 до 20%. Анорексический синдромы часто отмечают при невротических расстройствах. Наблюдается стремительный рост пищевой зависимости: в отдельных странах ее распространенность может достигать 40–50% среди всего населения.

В лечении нарушений пищевого поведения все большее значение обретают психология, психотерапия и клиничко-психологическая помощь, без которых патогенетическое лечение этих расстройств практически невозможно. Оказание помощи клиентам с различными видами расстройств пищевого поведения и пищевой зависимости требуют углубленной клинической и психологической подготовки, уточненной диагностики и исследования сочетаний специфических психофизиологических и психосоциальных факторов. Именно понимание последних позволяет планировать и осуществлять эффективную психологическую помощь.

В этой программе большое внимание уделено ранним проблемам и конфликтам, примитивным тревогам, которые являются причиной появления пищевых нарушений. Слушатели смогут изучить психологические защиты, позволяющие клиентам избегать

осознавания и эмоционального контакта с помощью принятия / непринятия пищи, а также ранние нарушения привязанности как фактор возникновения расстройства пищевого поведения.

Цель реализации программы - формирование у слушателей навыков самостоятельной работы с клиентами с расстройствами пищевого поведения пациентов.

Задачи:

- обосновать психологические, клинические, семейные и социальные факторы возникновения расстройств пищевого поведения;
- способствовать усвоению современных подходов и психотехнологий при работе с расстройствами пищевого поведения;
- понять причины расстройств пищевого поведения и пищевой зависимости;
- диагностировать у клиентов наличие или отсутствие признаков расстройств пищевого поведения и пищевой зависимости;
- формировать психотерапевтическую гипотезу при расстройствах пищевого поведения, выделять психотерапевтические мишени;
- уметь разрабатывать индивидуальную программу психологической помощи при комплексном лечении пациентов данной клинической группы;
- использовать адекватные психологические техники и методики для работы с расстройствами пищевого поведения, выбирать подходящие интервенции.

Планируемые результаты обучения

Процесс изучения программы направлен на формирование следующих универсальных компетенций:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий
Разработка и реализация проектов	УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

Процесс изучения программы направлен на формирование следующих общепрофессиональных компетенций:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника
Психологическая диагностика и экспертиза	ОПК-3. Способен использовать научно обоснованные подходы и валидные способы количественной и качественной диагностики и оценки для решения научных, прикладных и экспертных задач
	ОПК-4. Способен проводить оценку психометрических характеристик используемых психодиагностических инструментов, составлять протоколы, заключения, отчеты по результатам психологической оценки, диагностики и экспертизы, а также предоставлять обратную связь по ним
Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация)	ОПК-5. Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций
Психологическое консультирование	ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию в соответствии с потребностями и целями клиента
Супервизия	ОПК-8. Способен использовать модели и методы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности психолога
Администрирование (организация и управление)	ОПК-9. Способен выполнять основные функции управления психологической практикой

Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт (функциональная карта вида профессиональной деятельности)

Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалификации	наименование	код	уровень (подуровень) квалификации

А	Организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп	7	Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию	А/03.7	
			Организация психологического сопровождения и психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам)	А/04.7	
			Организация работы по созданию системы психологического просвещения населения, работников органов и организаций социальной сферы	А/07.7	
			Разработка и реализация программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия населения	А/08.7	

Трудовые действия:

- Разработка индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников
- Групповое и индивидуальное консультирование клиентов
- Разработка программ по использованию ресурсов социальных сетей в целях психологической поддержки клиентов
- Привлечение социального окружения клиентов к их психологической поддержке и создание специальных страничек, блогов, групп в социальных сетях
- Подбор комплекса психологических методик, планирование и проведение обследования клиентов
- Разработка плана психологического просвещения населения, работников органов и организаций социальной сферы
- Проведение групповых и индивидуальных информационных консультаций о возможности получения психологических услуг
- Разработка и реализация совместно с другими специалистами программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения

В результате изучения программы слушатель должен:

Знать:

- основные теоретико-методологические подходы к изучению расстройств пищевого поведения
- возрастные особенности развития личности в разные периоды жизни
- особенности развития личности в неблагоприятной социальной ситуации
- основы психологического консультирования (виды, формы, методы)

Уметь:

- проводить сравнительный анализ различных расстройств пищевого поведения
- использовать знания о закономерностях и детерминантах психического развития личности в онтогенезе в профессиональной деятельности;
- обосновывать необходимость использования различных подходов к расстройствам пищевого поведения в практической деятельности
- применять навыки работы в команде (групповая терапия, консультирование, супервизия)
- разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач
- использовать современные технологии работы с информационными базами данных и иными информационными системами для решения вопросов клиентов
- хранить и обрабатывать персональные данные клиентов

Владеть:

- способами проведения сравнительного анализа различных расстройств пищевого поведения;
- навыками использования в практической деятельности психолога современных знаний о работе с расстройствами пищевого поведения;
- понятийным аппаратом описания и понимании характера и причин расстройств пищевого поведения в современной психологии.

Требования к уровню подготовки поступающих на обучение.

К освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Форма обучения - с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

При освоении Программы используется полностью дистанционное обучение при помощи автоматизированной платформы «Геткурс» <https://getcourse.ru/>, обеспечивающей передачу и обработку информации при опосредованном взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

При реализации образовательного процесса используются следующие виды учебной деятельности обучающихся: теоретическая подготовка в ходе изучения видео-лекций, самостоятельная работа обучающихся, итоговая аттестация.

Трудоемкость обучения:

Срок обучения – 4 недели, объем программы – 48 часов.

Выдаваемый документ: удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2.1 Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы (раздела, части)	Всего	Теория	Практ. работа	Самост. работа	Форма контроля
1	Современные подходы к этиологии и лечению РПП	4	2	-	2	зачет
2	Виды и клинические проявления РПП	12	4	2	6	зачет
3	Формы и функции анорексии и булимии	12	4	2	6	зачет
4	Направления, формы и методы работы с РПП	14	4	2	8	зачет
	Итоговая аттестация	6				
ИТОГО		48	14	6	22	

2.2 Календарный учебный график (примерный)

№ п/п	Наименование темы (раздела, части)	Виды учебной нагрузки	Недели			
			1	2	3	4
1	Современные подходы к этиологии и лечению РПП	теория	2			
		практ. работа	-			
		сам. работа	2			
2	Виды и клинические проявления РПП	теория		4		
		практ. работа		2		
		сам. работа		6		
3	Формы и функции анорексии и булимии	теория			4	
		практ. работа			2	
		сам. работа			6	
4	Направления, формы и методы работы с РПП	теория				4
		практ. работа				2
		сам. работа				8
	Итого теор. часов		14			
	Итого практ. работа		6			
	Итого сам. работа		22			
	Итоговая аттестация		6			

2.3 Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Современные подходы к этиологии и лечению РПП	<p>Современный взгляд на этиологию расстройств пищевого поведения Теория развития как основа понимания расстройств пищевого поведения Психологические, клинические, семейные и социальные аспекты различных видов РПП Гендер и РПП: «женская болезнь» Расстройства пищевого поведения как форма аддикции Расстройства пищевого поведения как психосоматическая проблема РПП как объект психотерапии Самостоятельная работа: Анализ литературы Эссе “Почему РПП - женская болезнь”</p>
2	Виды и клинические проявления РПП	<p>Причины РПП Функции РПП Виды РПП: нервная анорексия и нервная булимия как самостоятельные расстройства Психогенное переедание, психогенная рвота анорексические и булимические синдромы в структуре других пограничных психических расстройств Дранкорексия (переход на алкогольную диету) и нервная орторексия (стремление к правильному питанию) как РПП Практические занятия: Работа в микрогруппах Разбор предоставленных клиентских случаев. Самостоятельная работа: Анализ литературы</p>
3	Анорексия и булимия	<p>Синдром дисморфофобии-дисморфомании как основа РПП Фактор родственных связей при расстройствах питания Работа «психологических защит» при булимии: как заполнить внутреннюю пустоту Анорексия: перфекционизм и одиночество Функции анорексии и булимии Психотерапия как угроза больным с РПП Либи́до и/или мори́до: тяга к смерти у больных анорексией Динамика булимии Перенос и контрперенос с клиентами с РПП Деструктивное поведение: садомазохистические разыгрывания при РПП Практические занятия: Разбор предоставленных клиентских случаев Самостоятельная работа: Анализ литературы</p>
4	Направления, формы и методы работы с РПП	<p>Специфика психотерапии клиентов с расстройством пищевого поведения Личностные и семейные аспекты психотерапии</p>

		<p>расстройств пищевого поведения</p> <p>Основные методики и технические приемы психотерапии РПП</p> <p>Цели психотерапевтического вмешательства</p> <p>Терапевтические гипотезы и мишени психотерапии</p> <p>Специфика лечения истощенных пациентов с расстройством пищевого поведения</p> <p>Стационарная помощь: интеграция индивидуальной, семейной и групповой терапии</p> <p>Индивидуальная программа психотерапии расстройств пищевого поведения</p> <p>Когнитивно-бихевиоральная психотерапия и поведенческие техники: начало терапии РПП</p> <p>Гештальт-подход, арт-терапия, гуманистические методы работы с клиентами с РПП</p> <p>Психодинамически и психоаналитически ориентированная психотерапия как адекватный метод после прекращения эпизодов переедания и очистительного поведения</p> <p>Интегративные модели помощи клиентам с РПП</p> <p>Преодоление трудных моментов в психотерапии пациентов с пищевыми расстройствами</p> <p>Практические занятия:</p> <p>Отработка техник и методик</p> <p>Самостоятельная работа:</p> <p>Анализ литературы</p>
--	--	---

3. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы слушателей включает промежуточный контроль успеваемости и итоговую аттестацию.

Промежуточный контроль: проверка самостоятельной работы обучающихся, по системе зачтено/не зачтено.

Отметка «зачтено» выставляется слушателю, усвоившему материал, который выполняет домашнее задание, правильно применяет теоретические положения при выполнении домашнего задания.

Отметка «не зачтено» выставляется слушателю, который с затруднениями выполняет домашние задания. Задание направляется на доработку.

Итоговый контроль: по завершению обучения проводится зачет в письменной форме. Сдается на платформе каждым слушателем в индивидуальном порядке.

Шкала оценок: зачет/ незачет

К итоговой аттестации допускаются слушатели, прошедшие полный курс теоретического обучения и верно выполнившие все домашние задания.

Примерные вопросы итоговой аттестации:

1. Расстройства пищевого поведения: феноменология, диагностика, последствия.

2. Психопатологическая и клиническая специфика наиболее распространенных расстройств пищевого поведения.
3. Избыточный вес и ожирение как метаболическая, психосоматическая и психологическая проблема.
4. Образ тела и расстройства образа тела (телесная дисфория) как психологическая проблема.
5. Подходы к психотерапии расстройств пищевого поведения, используемые в современной доказательной медицине
6. Антидиетический подход и интуитивное питание как совокупность навыков, позволяющих преодолеть симптомы расстройств пищевого поведения.
7. Особенности индивидуальной и групповой терапии клиентов с расстройствами пищевого поведения.
8. Характеристики расстройств пищевого поведения у мужчин, детей и подростков.
9. Нервная анорексия и булимия
10. Психологические аспекты проблемы переедания и избыточного веса
11. Нервная орторексия
12. Психогенная рвота
13. Особенности формирования личности зависимого человека.
14. Семья как фактор риска формирования пищевого аддиктивного поведения
15. Перфекционизм как фактор нарушения пищевого поведения
16. Патопсихология навязчивого аппетита
17. Проблемы мотивации при снижении веса
18. Использование интегративного подхода при расстройствах пищевого поведения

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Приказ Минобрнауки России от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

4.2. Рекомендуемая литература

1. Вудман, М. Сова была раньше дочкой пекаря: Ожирение, нервная анорексия и подавленная женственность/М.Вудман. – М: Когито-Центр, 2009. – 176 с.

2. Лапина, Ю. Тело, еда, секс и тревога. Что беспокоит современную женщину. Исследование клинического психолога /Ю. Лапина. – М.: Альпина Нон-фикшн, 2021. – 229 с.
3. Малкина-Пых, И.Г. Терапия пищевого поведения. Серия «Справочник практического психолога». // И.Г. Малкина-Пых - М.: Эксмо, 2007. — 1040 с.
4. Мэйа, М., Халми, К., Лопез-Ибор, Х.Х., Сарториус, Н. Расстройства пищевого поведения/ М. Мэйа, К.Халми, Х.Х Лопез-Ибор., Н. К. Сарториус. К: Сфера, 2006. – 444 с.
5. Нардонэ, Дж. В плену у еды: краткосрочная стратегическая терапия при нарушениях пищевого поведения: булимия, анорексия, vomiting (вызванная рвота) // Дж. Нардонэ, Т. Вербиц, Р. М. Миланезе; пер. О. Е. Игошиной. – М.: Эксмо, 2010. – 288 с.
6. Райли, Дж. Как есть меньше. Преодолеваем пищевую зависимость / Дж. Райли. – М: Манн, Иванов и Фербер, 2017. – 256 с.
7. Ромацкий, В.В. Феноменология и классификация нарушений пищевого поведения (аналитический обзор литературы, часть I) / В.В. Ромацкий, И.Р. Семин // Бюллетень сибирской медицины. - 2006. - №3. - С.61-68.
8. Ромацкий, В.В. Феноменология и классификация нарушений пищевого поведения (аналитический обзор литературы, часть II) / В.В. Ромацкий, И.Р. Семин // Бюллетень сибирской медицины. 2006. - №4. - С.83-90.
9. Хирш, М. Это мое тело... и я могу делать с ним что хочу. Психоаналитический взгляд на диссоциацию и инсценировки тела /М. Хирш. – М.:Когито-Центр, 2018. – 382 с.
10. Шнаккенберг, Н. Мнимые тела, подлинные сущности: преодоление конфликтов идентичности с внешностью и возвращение к подлинному Я / Н. Шнаккенберг. – М: Фока Букс, 2017. -376 с.
11. Макгрегор, Р. Когда здоровое питание вредит. Орторексия /Р. Макгрегор. М.: Альпина Паблишер, 2021. – 180 с.
12. Леонард, Л.Ш. Эмоциональная женская травма. Исцеление детской травмы, полученной дочерью в отношениях с отцом /Л.Ш. Леонард. -М.: Класс, 2011. – 224 с.
13. Скэрдеруд, Финн: Беспокойство. Путешествие в себя /Ф. Скэрдеруд. – Самара: Бахрах М, 2003. – 440 с.

4.3. Интернет- ресурсы

1. Журнал «Вопросы психологии» [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/> свободный.
2. Книги и статьи по психологии [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://litpsy.ru> свободный.
3. Московский психологический журнал [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://magazine.mospsy.ru/> свободный.
4. Портал «Академическая психология-практике» [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://portal-psychology.ru/> свободный.
5. Портал психологических изданий [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru> свободный.

6. Психологический навигатор [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psynavigator.ru/> свободный.
7. Психология на русском языке [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psychology.ru/> свободный.
8. Сибирский психологический журнал [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://journals.tsu.ru/psychology/> свободный.
9. Электронный журнал «Психологическая наука и образование» [Электронный ресурс]: психологический портал. – Режим доступа: <http://www.psyedu.ru> свободный.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Особенности организации образовательного процесса:

Программа реализуется полностью с применением дистанционных образовательных технологий с помощью онлайн-платформы «Геткурс» <https://getcourse.ru/>, обеспечивающей освоение обучающимися образовательной программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся. На платформе размещены видео-уроки, презентации, дополнительные материалы, задания для самостоятельной работы.

В процессе обучения слушатели должны освоить теоретический материал и выполнить домашние задания. Ответы отправляются на учебную платформу для проверки преподавателем в индивидуальном порядке.

Для доступа к дистанционным технологиям слушатели обеспечиваются:

- а) интернет-адресом;
- б) логином и паролем входа в систему.

В автоматическом режиме на платформе совершается накопление, сохранение информации об обучающихся и обеспечивается режим доступа к совокупности сведений о прохождении обучения.

Встроена статистика по курсу:

- количество зарегистрированных пользователей на платформе;
- количество зачисленных на курс обучающихся;
- время обучения отдельных пользователей;
- результаты выполнения заданий как по каждому обучающемуся.

Консультационная поддержка слушателей в ходе реализации образовательной программы осуществляется в дистанционном формате на платформе Геткурс.

5.2. Кадровое обеспечение реализации программы

Программа реализуется преподавательским составом ООО «Психологический центр Жуковой», а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора.

Педагогический состав, обеспечивающий обучение, должен соответствовать следующим минимальным требованиям:

- высшее или среднее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины и/или имеющие опыт педагогической работы.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для организации обучения слушателей на стороне преподавателя используется рабочее место, ориентированное на работу с дистанционными технологиями:

Персональный компьютер или ноутбук с встроенным камерой, микрофоном и наушниками, MS Windows; Офисный пакет Office; Web-браузер.

Рабочее место обучающегося должно быть оборудовано персональным компьютером с выходом в Интернет и компьютерной периферией: микрофоном, аудиокolonками и (или) наушниками.