

II Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА УНИВЕРСИТЕТА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Секция 4. Особенности оказания экстренной и кризисной психологической помощи обучающимся и работникам образовательной организации высшего образования



Оказание экстренной и кризисной психологической помощи как изучаемый модуль и как необходимый процесс при подготовке преподавателя «ОБЗР» на базе МПГУ

Скрипник Людмила Юрьевна, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, ведущий специалист организационно-методического отдела учебно-методического центра Военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания молодежи ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», доцент Кафедры БЖД МПГУ, кандидат педагогических наук, экстремальный психолог, доцент МИП;

Григорьев Игорь Олегович, магистрант кафедры безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет»;

Тригубец Владимир Петрович, сотрудник спецподразделения, студент 3 курса Института истории ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет» (Москва, Россия)

Какую психологическую помощь общим порядком может получить любой студент/аспирант/ магистрант МПГУ?

Памятка преподавателям и сотрудникам МПГУ

Забота о психологическом здоровье и благополучии студента/аспиранта не входит в прямые обязанности преподавателей/сотрудников. Однако, вы можете оказаться первым человеком, который заметит наличие неблагополучия и можете порекомендовать студенту/аспиранту обратиться за помощью в Психологическую службу.

Также вы можете связаться непосредственно с куратором группы, со специалистом по воспитательной работе вашего Института/факультета, который поможет студенту определиться с направлением необходимой ему помощи.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА МПГУ

Психологическая служба МПГУ образована в 2018 году и действует на базе факультета педагогики и психологии МПГУ.

Цель деятельности этого структурного подразделения – содействие учащимся МПГУ в их профессионально-личностном развитии, формировании психологической культуры и овладении навыками профилактики и преодоления трудных жизненных ситуаций для достижения максимальной личностной эффективности.

В задачи Психологической службы МПГУ входит предоставление психологической консультативной помощи учащимся МПГУ в сфере социальных и семейных взаимоотношений, личностного роста и саморазвития, а также проведение просветительской работы по повышению психологической грамотности студентов различных подразделений МПГУ во всех сферах жизнедеятельности, предоставление им информации о достижениях современной практической психологии.

<https://mpgu.su/psiphology-service/>

Инновационная идея УМЦ ВСП и ПВ МПГУ

- Педагог, планирующий или уже реализующий деятельность по военно-спортивной подготовке и патриотическому воспитанию, **нуждается в большей степени психологической поддержки** и сопровождения в силу более стрессогенной деятельности.
- Педагог реализующий деятельность по военно-спортивной подготовке, **должен уметь оказывать экстренную психологическую помощь**.
- Психологическая служба Университета не может и не должна обладать узкоспецифической подготовкой в области военной психологии, но такие **специалисты экстремальной психологии** есть в УМЦ ВСП и ПВ МПГУ, в ММУСТЦ ДОСААФ России и в МИП.



Кафедра Безопасности жизнедеятельности МПГУ. Базовое высшее образование

- 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Профиль подготовки «Биология и Безопасность жизнедеятельности»
- 44.03.01. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Профиль подготовки «Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности»
- **ДОП Профессиональной переподготовки**
«Образовательные технологии оборонно-массовой работы с молодежью»: «Тренер-преподаватель по оборонно-спортивной подготовке»
- **ДОП повышения квалификации** «Теория и методика основ начальной военной подготовки»: «Преподаватель-организатор основ безопасности жизнедеятельности»



Среди реализуемых программ Кафедры БЖД, есть те, где необходимы компетенции по оказанию экстренной психологической помощи и знание Психологии экстремальных и кризисных ситуаций:

На уровне базового высшего образования:

- Первая помощь и тактическая медицина;
- Технологии оказания первой помощи;

На уровне магистратуры:

- Психофизиология безопасного поведения в опасных ситуациях;
- Информационно-психологическая безопасность.

- **МПГУ** реализует базовые курсы педагогической психологии, необходимые для всех будущих учителей (педагогов)

С учетом:

- возрастания «градуса напряженности» в обществе, в образовательных организациях (массовые конфликты педагогов и детей, педагогов и законных представителей детей);
- усиления военной составляющей в курсе ОБЗР, причем с конкретными примерами боевого опыта в реальном времени

Было принято решение задействовать ресурс Учебно-методического центра Военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания молодёжи МПГУ для создания модульных внеурочных программ для освоения студентами по желанию.

Социальными партнерами данных программ стали Московский Морской учебный спортивно-технический центр ДОСААФ России и программа профессиональной переподготовки «Экстремальная и кризисная психология» Московского института психоанализа

1. В образовательную программу «Основы безопасности и защиты Родины» входит модуль 8. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи.

Приказ Минздрава РФ от 03.05.2024 N 220Н ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ПОРЯДКА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ уточнил **Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь**, добавив п. **9.Острые психологические реакции на стресс.**

Учитель ОБЗР должен уверенно владеть методиками оказания помощи в данных состояниях, понимать их сущность, чтобы полноценно передать знания обучаемым.

2. Соревновательная деятельность в рамках внеурочной деятельности школьного курса Физической культуры и ОБЗР сопряжена с психологическими перегрузками обучаемых (воспитанников секций, военно-патриотических клубов), и педагог должен эти болевые точки отследить и минимизировать негативные реакции школьника.

3. Профессиональная деятельность педагога – мощный источник стрессов и нервных потрясений. Педагог должен уметь оказать экстренную психологическую самопомощь, помощь коллеге.

4. Процесс обучения по двум профилям подготовки, причем не совпадающим – это реальная нагрузка на психологические процессы самого студента.

5. Управление БПЛА, которое теперь тоже входит в подготовку учителя ОБЗР, требует высоких навыков концентрации внимания и стрессоустойчивости



Оказание экстренной психологической помощи уже входит в программы серьезных военно-спортивных соревнований



- Команда Военно-спортивного студенческого корпуса (ВССК) Учебно-методического центра военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания молодежи МПГУ (УМЦ ВСП и ПВ) 9 ноября 2024 года команда заняла 1 место и забрала 3 комплекта медалей по итогам военно-тактической игры «Тактика real time», являющейся заключительным этапом проекта «Гонка ГТО «Путь Единства». Организатором проекта выступила АНО «Дирекция «Вспорте» при поддержке Министерства просвещения Российской Федерации. 28 команд из различных университетов города Москвы и Московской области приняли участие в мероприятии.
- Наша команда единственная, кто на точке «Медицина» и «Психологическая помощь пострадавшим в ЧС» не сделал ни одной ошибки ни в теории, ни на практике.

Специфика деятельности Военно-спортивного студенческого корпуса

У членов **Военно-спортивного студенческого корпуса**, который курируется кафедрой БЖД и УМЦ ВСП ПВ, еще более серьезный уровень

соприкосновения с психотравматичным воздействием боевой подготовки («тяготы и лишения военной службы» во время сборов и углубленных занятий, реальная фото и видео информация при изучении тактической медицины и опыта СВО, дисциплина при проведении занятий по военной подготовке);

Психологической нагрузки при приобретении в ММУСТЦ ДОСААФ России профессий особого риска «Матрос-спасатель», «Судоводитель»;

Психологической нагрузки при прохождении обучения и аттестации в структурах РосСоюзСпас по специальностям «Спасатель», «Промышленный альпинист»



Специфика профессиональной деятельности преподавателя ОБЗР / руководителя военно-спортивного клуба

Специфика труда преподавателя ОБЗР, руководителя
Военно-патриотического объединения требует от педагога



Быть стрессоустойчивым самому: быть готовым к неожиданным ситуациям в поведении воспитанников, к травмоопасным видам деятельности, стрессовому воздействию антипропаганды, межличностной неконструктивной коммуникации, в том числе со стороны родителей воспитанников

Формировать у воспитанников адекватную возрасту и социальной группе стрессоустойчивость, ряд необходимых для занятий спортом и основами военного дела психологических качеств личности (уверенность, мотивированность, дисциплинированность, внимательность, коммуникативность, память и т.д.)

Миссия военно-психологической подготовки студентов – будущих преподавателей ОБЖ и руководителей ВПК

- Мы даём молодым педагогам, пришедшим в педвуз со школьной скамьи, в том числе девушкам, почувствовать хоть часть военной службы, чтобы не служившим педагогам, в том числе девушкам, реализующим программы военно-патриотической работы, было что показать и рассказать ученикам.



Преподаватель ОБЗР, вооруженный компетенциями Экстремальной и кризисной психологии:

- Он понимает, на каких психологических потребностях следует строить работу с подрастающим поколением по ОБЗР.



Доминанты (интересы) подростка по Л.С. Выготскому:

"эгоцентрическая доминанта" (интерес к собственной личности);

"доминанта дали" (субъективная значимость отдаленных событий);

"доминанта усилия" (тяга к сопротивлению, к преодолению, к волевому усилию, что может проявляться и в негативных формах - в упрямстве, хулиганстве и т.п.);

"доминанта романтики" (стремление к неизведанному, рискованному, к приключениям, к героизму).

Доминирующие потребности подросткового возраста (Д.Б. Эльконин, Л.Божович):

потребность в общении со сверстниками,

потребность в самоутверждении,

потребность быть и считаться / казаться взрослым.

Психофизиология: играй гормон, отсюда нестабильность планов, интересов, настроения.

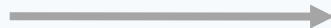
Острое отношение подростков к неудачам, неуспешности и профилактика психологических проблем.

Нарушения координации движений из-за рассинхронизированности роста частей тела (подростковая угловатость)

Знать и применять особенности подростка как личности

На этих особенностях будет базироваться вся работа с подростками и молодежью. Мы предлагаем им то, что требует их развивающаяся психика, но умело облачаем в нужные нам оболочки.

Учитывать психологическую неустойчивость и ранимость подростка и уметь помочь экстренно.



Стрессоустойчивость педагога: защити себя

Многочисленные кейсы целенаправленных провокаций со стороны обучающихся и воспитанников, в том числе в кадетских классах школ, в ВПК показывают важность сохранения у педагога:

- самообладания,
- наличия высокой скорости анализа и синтеза в коммуникации (быстро сообразить, как ответить на провокационное высказывание однозначно и легитимно, понимая видеофиксацию и вырванность фразы из контекста),
- алгоритмов возможных действий в случае заведомо искусственно формируемой воспитанниками ситуации.

Преподаватель, работающий в области военно-спортивной подготовки, уязвим вдвойне: так как неприятная ситуация в учебном классе и она же в условиях похода, похода на плавсредстве и т.д. – это разные уровни ответственности за жизнь и здоровье несовершеннолетнего или студента, это разные ресурсы внешнего управления ситуацией (в лес директора школы, маму, инспектора ПДН не пригласить).

Заметим, что факты противостояния обучающихся и педагогического состава фиксировались всегда, в том числе в воспоминаниях основоположника дрессуры Владимира Дурова есть факты, потрясающие жестокостью действий как кадетов, так и наставника – и дело происходит в военной школе царской России



**НАДО УМЕТЬ ИЗБЕГАТЬ КОНФЛИКТОВ:
видеть их в «зачатке» и исчерпывать!**

Актуальность стрессоустойчивости педагога: спасай других

Объективно частота возникновения чрезвычайных и экстремальных ситуаций в организациях, работающих с детьми, постоянно возрастает:

- Угроза скулшутинга
- Пожарная опасность: задымления, возгорания, вспышки пауэрбанков
- Жесткие решения межличностных конфликтов между обучающимися
- Последствия некачественного ремонта (обрушение потолка, проваливание пола, поломка стула и т.д.ю – по страницам новостной ленты)
- Экстренная эвакуация из здания
- Внезапные травмы



Методика обучения будущих педагогов управлению неорганизованной толпой и управлению паникой

Примерный скрипт для педагога, руководящего баррикадированием

1. Внимание. Сохраняем спокойствие, тишину, слушаем меня.
2. Перевели телефоны в беззвучный режим.
3. Петя, подойди ко мне. Сейчас я вызову 112, сообщу о ситуации, а дальше ты мне поможешь держать связь
4. Первый ряд у двери, взяли свои парты, ставим у двери в кабинет: вертикально, столешницами к двери.
5. Дальше - парты – одну на другую,
6. Остальные вторым слоем, но на столешницы.
7. Отбегаем в угол у стены с дверью.
8. Средний ряд – тоже самое, но ставим вертикально по трем сторонам первой пирамиды
9. Закидываем рюкзаки во все пустоты
10. Сохраняем спокойствие. 112 с нами на связи, силовые структуры в курсе, нам помогут. Сейчас важно не привлекать внимание звуками, криками. Если злоумышленник и откроет дверь класса – он не сможет сюда войти, и стрельба тоже не причинит вреда, у него закрыт обзор, а столешницы поглотят пули.



<https://sport.cap.ru/action/protivodejstvie-terrorizmu/materiali-dlya-obyazateljnogo-izucheniya-personalo/primeri-barrikadirovaniya-pomeschenij>



Тренинги по действиям в случае террористического акта

По итогам трагедии в Беслане в 2004 г и на Дубровке в 2002г, когда в заложниках оказалось очень большое количество мирных граждан, включая детей и подростков, в практику внезапно вошло проведение учений по действиям в аналогичном случае.

Также было выпущено много памяток.

В рамках формирования уверенности в выучке и мужестве наших силовых структур и в рамках взаимодействия с ними педагогических организаций в практику вошло проведение показательных выступлений с «захватом» и «освобождением» «заложников», причем из числа обучающихся.

Минус – это реальная психотравма участников. И не факт, что именно эти навыки пригодятся в дальнейшем.

Современный опыт, в том числе скулшутинга, показал, что надо уметь правильно реагировать.

- Реальность показывает, что **родители** очень недовольны такими тренингами и выступлениями, видя в этом психологическое травмирование.
- С точки зрения **психологии экстремальных и кризисных ситуаций** – да, отыгранное в действии остается в сознании как реально состоявшийся факт: в заложники захватили и это было страшно. Да, в этот раз повезло – все закончилось небожно и чаепитием. Но в моменте здесь и сейчас было страшно.
- С точки зрения ряда **сотрудников силовых структур** – это фактически раскрытие карт врагу по применению приемов и методов освобождения заложников нашими силами, практически предательство.



Игровые тренинги по самотестированию готовности действовать в экстремальных ситуациях

Задачи:

1. Отработать приемы многозадачности в сочетании физической и интеллектуальной деятельности.
2. Показать методики, применяемые при подготовке лиц, работающих с большими массивами изменяющейся информации Методика «Подготовка советских радистов». Феномен «Эффект гориллы», его сущность и значение для допроса свидетелей, экспертизы достоверности свидетельских показаний.
3. Показать методики проведения мониторинговых социально-психологических подвижных игр

Методика одновременного выполнения нескольких заданий на фоне основной деятельности, с введением дополнительных отвлекающих факторов и помех.

Пересадка по цвету

У одних, просмотреть видео, записать текст близко к оригиналу. Просмотрите видеофрагмент. Законспектируйте основные этапы развития событий и связанные с ними термины.

У Вас есть карандаш и листок для заметок.

В каком эпизоде речь будет абсолютно понятна ПСИХОЛОГУ?

У других, проверяем цвет стула, объявляем вслух какой цвет меняем, на что, и переставляем.

1. По сигналу людям, сидящим на стульях с красной меткой, замените их на стулья с синей меткой
2. Замените людям, сидящим на стульях с сиреневой меткой, на стулья с зеленой меткой
3. Заменить людям, сидящим на красных метках, на зеленые стулья.
4. Заменить людям, сидящим на синих метках, на сиреневые стулья.

Задание. 1 группа какие команды были в видео, что случилось с героем.

Задание 2 группа. Что случилось с героем. Где происходит действие фильма? (подводная лодка, север. Видно сияние)



Опыт ВМФ России и ресурсы ММЦ ДОСААФ России в формировании стрессоустойчивости будущих педагогов

Учебно-методический центр Военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания молодёжи МПГУ активно взаимодействует с Московским Морским учебным спортивно-техническим центром ДОСААФ России (Москва, ул. Адмирала Макарова, 4) в интересах применения имеющихся методик формирования стрессоустойчивости военных моряков, водолазов и персонала пассажирских плавсредств в условиях нештатных ситуаций.

Для членов Военно-спортивного студенческого корпуса, являющихся членами ДОСААФ России, в рамках уставной деятельности ДОСААФ (учиться в образовательных учреждениях, заниматься в спортивных и спортивно-технических клубах, других учреждениях, секциях, курсах, кружках ДОСААФ России на приоритетных началах; пользоваться спортивными сооружениями, оборудованием и инвентарем, принадлежащими ДОСААФ России) проводятся занятия на полигоне борьбы за живучесть корабля. Это способствует не только получению конкретных навыков борьбы с пожарами, с авариями на водопроводных системах (наложение бугеля на пробитую трубу), поиска и выноса пострадавших, но и формирует общую адекватность реакции на экстремальную ситуацию.

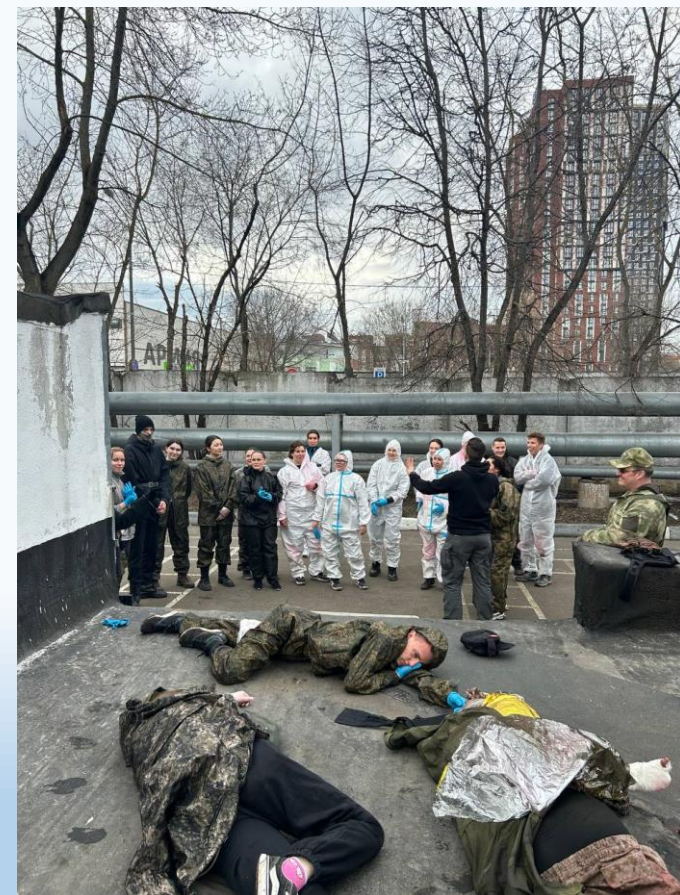




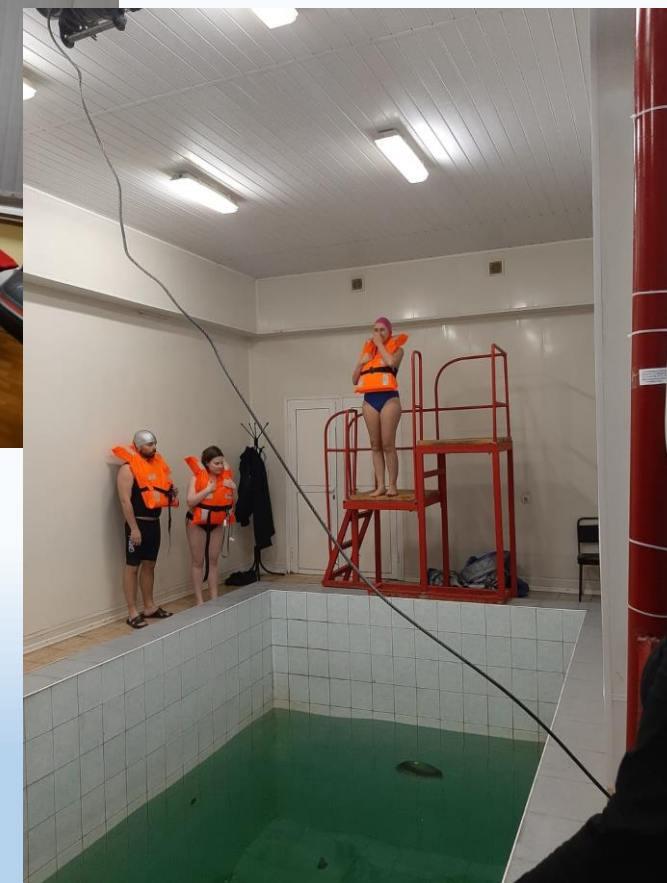
Практические тренинги по тактической медицине в условиях приближенной реальности



Основная проблема обучения медицине экстремальных ситуаций – воссоздание возможных условий, в которых придется оказывать помощь – крики и истерики, кровь, грязь, обрушения. ММЦ располагает ресурсами для практикумов. Программа ММЦ «СВОих не бросаем» включает в себя основы экстренной психологической помощи



Подготовка студентов по специальности «Матрос-спасатель» 36 ч



Психологическое сопровождение программ по: подготовке граждан-добровольцев, изъявивших желание участвовать в СВО

УМЦ ВСП и ПВ МПГУ. Программа «Я- Доброволец России». ДОП 262 часа Дисциплина 7. Психологическая подготовка.		
Тема 7.1. Боевой стресс.	ЛК-2	Понятия «боевого стресса», «посттравматического стрессового расстройства» и способы их профилактики. «Зона комфорта» и ее границы. Понятие экстремальности ситуации с позиции жизненного опыта и ценностной системы индивида. Депрессия и пути ее преодоления. Уровни боевой готовности – цветовая шкала.
Тема 7.2. Методы и техники профилактики и борьбы с ПТСР.	ПЗ-4	Практические методики профилактики посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Упражнения-техники на саморегуляцию дыхания, сна, усталости, голода, жажды. Борьба со сном и бессонницей. Тренинги эффективной коммуникации.

ММУСТЦ ДОСААФ России.

Программа «Подготовка граждан к действиям в экстремальных условиях по оказанию первой помощи, психологической поддержке и общего ухода за пострадавшими». ДОП 16 Ч

Тема 2. Нормы поведения и порядок действий психолога при оказании доврачебной помощи в экстремальных ситуациях.

1. Психологическая травма, острое стрессовое расстройство и его проявления в экстремальной ситуации.
2. Этика общения с пострадавшим.
3. Ситуации «повреждения рассудка» у пострадавших в ЭС и экстренная психологическая помощь .
4. Противодействие панике, работа с неорганизованными массами людей, психология толпы.

**Готовность преподавателя
ОБЗР быть везде спокойными
уверенным**



Спасибо за внимание!

Контакты
г. Москва, проспект Вернадского 88,
Корпус Гуманитарных факультетов
Московский педагогический государственный университет.

Электронная почта: umc@mpgu.su

