



ИНСТИТУТ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ
И ТРЕНИНГА

ПРОГРАММА

Ежегодного апрельского семинара «Экстренная кризисная психологическая ПОМОЩЬ» 2026

Организаторы и партнёры:

- Общественная организация «Ассоциация психологов Оренбуржья»
- ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрав России
- АНО ДПО «Институт консультирования и тренинга «Статус»

Организационный комитет:

Якиманская И.С. (канд.пс. наук, директор ИКТ "Статус"),
Борникова Т.С. (заместитель директора ИКТ "Статус"),
Шаньгина Е.В. (менеджер по организации семинара)

Место проведения:

1 апреля 2026 года Пролетарская, 86

10.00 – 11.30

Секция 1

Доклад: «Краткосрочная и долгосрочная терапия. Современный подход»

В данный момент времени обращения людей связаны в первую очередь с тревогой и внутренним напряжением. Понять, с чем это связано, сразу человек часто не может. Сначала при первом контакте выходит то, что очевидно для самого клиента, а вот при возникшем впоследствии доверии и приближении к прошедшим в прошлом событиям открывается более полная картина. Это позволяет разобраться, насколько глубоко залегает главная травма. При более длительном подходе происходит погружение и открывается коллективное бессознательное, а ситуация в стране выражается тревогой и напряжением.

Структура выступления: Доклад, один академический час + 10 минут на обратную связь (вопросы).

Спикер: Лепилина Инна Геннадьевна (г.Самара), педагог-психолог РСПЦ, психоаналитик

=====

11.30 – 13.00

Секция 1

Доклад: «Психологическая устойчивость педагогов СПО в условиях инклюзии и кризисных ситуаций: регуляция эмоций и экстренная помощь»

Основная идея: Психологическая устойчивость педагога — это умение вовремя успокоить себя самому и правильно поддержать ученика, когда случилась кризисная ситуация.

Задача выступления: Научить педагогов СПО сохранять спокойствие в сложных ситуациях и помогать студентам в кризисный момент.

Структура выступления: Доклад + презентация + психодиагностический тест + упражнение с элементами арт-терапии.

Спикер: Ниськова Светлана Викторовна (г.Самара), педагог-психолог по работе с обучающимися имеющими ОВЗ

10.00 – 13.00

Секция 3

Мастер-класс: «Жизнь со смертью: Феномен утраты и восстановление субъектности в кризисной практике»

В работе психолога экстренной и кризисной помощи тема смерти неизбежна. Однако за частотой столкновения с утратой мы рискуем упустить нечто важное – как именно феномен конечности влияет на субъектность человека и его способность проживать горе.

На мастер-классе мы поговорим о том, как представления о смерти (наши и клиента) определяют траекторию горевания. Разберем сложное, но важное понятие «психологическая смерть» — как состояние потери себя, которое может наступать еще при физической жизни и всегда сопутствует тяжелой утрате. Мы не только обсудим теорию, но и попробуем на себе методы совладания с гореванием. Это необходимо, чтобы лучше понимать состояние клиента и иметь в арсенале работающие инструменты.

Ведущие: Шипуля Александр Борисович, Борникова Татьяна Сергеевна, преподаватели ИКиТ "Статус», психологи, тренера (г.Оренбург)

10.00 – 13.00

Секция 4

Мастер-класс: «Почему самооценка падает и как это остановить»

В кризис традиционные механизмы самооценки (социальное сравнение, достижения, одобрение) дают сбой, и попытки «поднять» самооценку старыми методами приводят к истощению. Следовательно, цель — не накачать самооценку, а сделать её независимой от качества кризиса.

«Твоя ценность не равна твоей полезности, статусу или успеху. В кризис ты не ломаешься, а трансформируешься. Наша задача — пройти этот путь с опорой на себя, а не на внешние обстоятельства».

Основная идея тренинга заключается в смещении фокуса с «доказательства своей успешности» на «сохранение устойчивости».

Ведущая: Газизова Рида Рафиковна (г.Оренбург), преподаватель ИКиТ "Статус», психолог, тренер

14.00 – 17.00

Секция 1

Мастер-класс: «Кризис и острый стресс. SOS-техники арт-терапии»

На встрече обсудим актуальную тему совладания со стрессом, проживания кризисных ситуаций (резкие перемены в жизни, потеря привычного статуса, переезды, потери и т.п.) и на практике ощутим, как техники арт-терапии воздействуют на психику и помогают стабилизировать состояние.

Основная задача - разобрать понимание механизмов воздействия арт-терапевтических техник на психику в условиях острого стресса; и поделиться «Арт-аптечкой SOS-методов» — простых и быстрых практик, применимых как в индивидуальной, так и в групповой работе.

Ведущая: Усанова Евгения Андреевна (г.Оренбург), педагог-психолог

=====

14.00 – 17.00

Секция 3

Мастер-класс: «Влияние травмы на картину мира подростка»

Основная идея: Техника безопасности при работе с психологической травмой. Приемы обнаружения травмы. Феномен повторения травмы. Метод соматического переживания.

Задача выступления: Ознакомиться с техниками и приемами обнаружения травмы. Получить различные упражнения по безопасному сопровождению травматических переживаний.

Ведущая: Кормушина Наталья Геннадьевна (г.Оренбург), кандидат психологических наук, педагог - психолог высшей категории, преподаватель ИКиТ "Статус»

14.00 – 17.00

Секция 4

Мастер-класс: «Когда в разладе с работой: стратегии выхода из профессионального кризиса»

Основная идея: Осознание и прояснение отношений человека с профессией, работой, карьерой

Задача выступления:

1. Проясним кризисные моменты своего профессионального развития.
2. Поработаем со стратегиями целеполагания и тайм-менеджмента для разрешения кризисных моментов.
3. Определим ресурсы разрешения кризисов профессионального развития.

Ведущая: Чижкова Марина Борисовна (г.Оренбург), доцент, кандидат психологических наук, ОрГМУ

=====

18.00 – 21.00

Секция 3

Мастер-класс: «Психологическая травма в практике психологической помощи»

Основная идея: Познакомимся с концепцией психологической травмы, динамикой, проявлениями, возможностями помощи

Задача выступления: Участники познакомятся с концепцией психологической травмы, узнают о её проявлениях, о её влиянии на жизнедеятельность человека, попробуют использовать некоторые методы психологической помощи.

Ведущая: Якиманская Ирина Сергеевна (г.Оренбург), доцент кафедры психиатрии, клинической психологии ОрГМУ, кандидат психологических наук, директор ИКиТ «Статус».