<table>
<tr><th>Название курса</th><th>Краткая аннотация</th><th>Количество часов</th><th>Преподаватель</th></tr>
<tr>
<td>«Ключ к себе: организация самопомощи личности»</td>
<td>
Цель обучающего курса – усвоение участниками техник самопомощи в трудных жизненных ситуациях.

ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
<table>
<tr><th>№ п/п</th><th>Раздел образовательной программы</th><th>Количество учебных часов</th></tr>
<tr><td>1.</td><td>Как пережить трудную жизненную ситуацию?</td><td>2</td></tr>
<tr><td>2.</td><td>Как преодолеть тревогу и страх?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>3.</td><td>Что делать с чувством одиночества?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>4.</td><td>Как преодолеть неуверенность в себе?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>5.</td><td>Как избавиться от раздражительности?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>6.</td><td>Как разрешить конфликт между близкими людьми?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>7.</td><td>Что делать с чувством вины?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>8.</td><td>Как справиться с обидой?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>9.</td><td>Как научиться эффективно распределять время?</td><td>1</td></tr>
<tr><td>10.</td><td>Психологический код выживания</td><td>2</td></tr>
</table>
</td>
<td>12</td>
<td>


ПУЗЫРЕВИЧ НАТАЛИЯ ЛЕОНИДОВНА

Кандидат психологических наук, кризисный психолог, заведующий кафедрой социальной и семейной психологии Института психологии БГПУ.
Имеет опыт:
– проведения обучающих семинаров по кризисной психологии для учителей, родителей и учащихся средних общеобразовательных школ и гимназий;
– проведения мастер-классов по кризисной психологии для психологов.
Прошла стажировку по специализации «Кризисная психология» в рамках программы «Fortbildung Psychotraumatologie».
Образование:
В 2008−2011 гг. обучалась на дневном отделении аспирантуры БГПУ по специальности 19.00.05 – Социальная психология. В 2012 году защитила кандидатскую диссертацию на тему
</td>
</tr>
</table>

			«Социальные представления о рискованном поведении у современных подростков» (научный руководитель – доктор психологических наук, профессор Пергаменщик Леонид Абрамович). С 2012 года работала в должности преподавателя кафедры прикладной психологии факультета психологии БГПУ, с 2013 года – в должности доцента кафедры прикладной психологии факультета психологии БГПУ, а с января 2014 года по настоящее время – заведующий кафедрой социальной и семейной психологии Института психологии БГПУ. Обучается в докторантуре БГПУ. ***Научные достижения:*** являлась стипендиатом Специального фонда Президента Республики Беларусь по социальной поддержке одаренных учащихся и студентов (2004 г.), участником III Всебелорусского народного собрания (2006 г.), научным руководителем гранта Министерства образования Республики Беларусь по теме «Рискованное поведение как фактор переживания подлинности жизни в подростковом возрасте». Стипендиат Специального фонда Президента Республики Беларусь по поддержке талантливых молодых ученых (2015 г.). Заместитель председателя Совета молодых учёных БГПУ (с 2016 г. по настоящее время). Участник II Съезда учёных Республики Беларусь (2017 г.). Автор более 200 печатных научных и учебно-методических работ.