

СХВАЛЕНО

Вченою радою КНЗ КОР
«Київський обласний інститут
післядипломної освіти
педагогічних кадрів»
(протокол від 18.12.2024 р. №10)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Ректор КНЗ КОР «Київський
обласний інститут післядипломної
освіти педагогічних кадрів»

Віра РОГОВА

Наказ від «18» грудня 2024 р. № 206

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
«ФОРМУЄМО РЕЗИЛІЄНТНІСТЬ ПЕДАГОГІВ: РОЗВИТОК
ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ»
для практичних психологів, соціальних педагогів закладів
загальної середньої, дошкільної, фахової передвищої освіти,
ПТНЗ, інтернатних закладів**

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Дана освітня програма розроблена на підставі Положення про психологічну службу у системі освіти України, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 22 травня 2018 року № 509; професійного стандарту «Практичний психолог закладу освіти», затвердженого наказом Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства від 24 листопада 2020 року № 2425-20; Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково- педагогічних працівників, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 21 серпня 2019 р. № 800 та Типової програми підвищення кваліфікації практичних психологів закладів освіти "Психолого-педагогічні методи та інструменти роботи з психологічною травмою, обумовленою воєнним станом" (Наказ МОН України від 15 травня 2023 року № 560). Освітня програма також враховує основні положення Закону України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про повну загальну середню освіту», «Про охорону дитинства», «Про засади запобігання та протидії дискримінації в Україні», постанови Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 року №988- р «Про затвердження Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року», Положення про психологічну службу у системі освіти України, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 22 травня 2018 року № 509 та в контексті вимог законодавства, зокрема інших нормативно-правових актів, що регулюють діяльність педагога та з урахуванням європейського вектору розвитку освіти України, стратегії реформування галузі освіти в Україні, новітніх зарубіжних і вітчизняних наукових розробок, кращих практик у галузі освіти та професійного розвитку педагогів, відповідно до сучасних викликів суспільства й освіти.

Сучасний практичний психолог, соціальний педагог закладу освіти має бути готовим до роботи за державними освітніми стандартами в контексті реформування системи освіти, у тому числі виконання заходів щодо реалізації євроінтеграційних процесів у галузі освіти, інклюзивного підходу, посилення ролі цифрових технологій в організації освітнього процесу та активного використання технологій дистанційного навчання. Ця освітня програма враховує актуальні виклики сучасного суспільства, зокрема, вплив війни та її наслідків на стан учасників освітнього процесу.

Мета освітньої програми: підвищення професійної компетентності практичних психологів і соціальних педагогів шляхом формування знань та навичок щодо розвитку резилієнтності (психологічної стійкості) у педагогів, учнів та вихованців освітніх закладів. Забезпечення навичками і методами для формування та розвитку резилієнс-підходів у педагогічних колективах. Сприяти підвищенню рівня психологічної стійкості учасників освітнього процесу через впровадження сучасних психолого-педагогічних інструментів, інноваційних технологій та комунікативних стратегій.

Основні завдання:

- забезпечити розвиток загальних і професійних компетентностей соціальних педагогів та практичних психологів закладів освіти;
- поглибити та розширити знання соціальних педагогів та практичних психологів закладів освіти з теорії і практики навчання та виховання, що забезпечує якісні зміни в організації освітнього процесу та створює передумови для інноваційних перетворень у сучасній системі освіти;
- удосконалити вміння практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти щодо моделювання психолого-педагогічного, соціального супроводу сім'ї в умовах воєнного та повоєнного стану;
- підвищити обізнаність педагогічних працівників, батьків і дітей щодо розпізнавання ознак психологічного стресу і травми, отриманих внаслідок переселення або споглядання насильства, та відповідного реагування;
- ознайомити учасників із поняттям резилієнтності, психологічної стійкості та факторами, що впливають на їх розвиток в освітньому середовищі;
- надати інструменти для оцінки психологічної стійкості педагогів, учнів та інших

учасників освітнього процесу;

- відпрацювати техніки та методики розвитку резиліентності, управління стресом, емоційної саморегуляції та профілактики професійного вигорання;
- ознайомити з інноваційними психолого-педагогічними технологіями та засобами для підвищення психологічної стійкості учасників освітнього процесу;
- сприяти розвитку емоційного інтелекту та ефективної комунікації для створення підтримуючого середовища у закладах освіти;
- забезпечити фахівців знаннями та практичними інструментами для формування психологічно безпечного та сприятливого середовища для всіх учасників освітнього процесу.

Загальні очікувані результати охоплюють:

Знання й розуміння:

- сучасних тенденцій розвитку освіти загалом;
- нормативно-правових основ, законодавчих актів у сфері дошкільної освіти;
- сутності концепції Нової української школи, її принципів та завдань;
- особливостей проявів психологічної стійкості в педагогів, учнів та вихованців різних вікових категорій;
- принципів розвитку емоційного інтелекту та ефективних комунікативних стратегій для підтримки безпечного освітнього середовища;
- принципів індивідуального підходу до кожної дитини;
- поняття резилієнс та його компонентів;
- психологічних механізмів стійкості до стресу та адаптації до змін;
- особистісних, соціальних і професійних факторів, що сприяють або перешкоджають розвитку резиліентності;
- методів і засобів діагностики рівня резиліентності та професійного вигорання;
- сучасних психолого-педагогічних технологій, спрямованих на формування резиліентності та емоційної саморегуляції;
- підходів до профілактики професійного стресу та методів відновлення психологічного ресурсу;

Уміння:

- здійснювати психологічний супровід суб'єктів освітньої діяльності відповідно до вимог законодавства;
- здійснювати оцінку рівня резиліентності педагогів, учнів та вихованців за допомогою сучасних діагностичних інструментів;
- застосовувати методики та техніки для підвищення психологічної стійкості педагогів та учасників освітнього процесу;
- розробляти та впроваджувати програми розвитку резилієнс-компетенцій у закладі освіти;
- забезпечувати ефективну співпрацю та командну роботу з колегами, батьками та іншими учасниками освітнього процесу для досягнення спільних цілей;
- використовувати техніки емоційної саморегуляції для управління стресом та підтримки психологічного балансу;
- впроваджувати програми профілактики професійного вигорання серед педагогів;
- ефективно застосовувати комунікативні стратегії для підтримки взаємодії між педагогами, учнями, батьками та колегами;
- створювати та підтримувати психологічно безпечне середовище у закладі освіти.

Диспозиції (цінності, ставлення):

- гуманістична спрямованість освітнього процесу;
- дитиноцентризм, цінність особистості;
- генерування нових ідей (креативність);
- професійна мобільність та гнучкість;
- усвідомлення необхідності постійного професійного розвитку;
- просування національно-патріотичних та демократичних цінностей (патріотизм,

українська національна ідентичність, повага до багатоманітності, право вибору, формування спільноти, полікультурність);

- інклюзія та безбар'єрність;
- партнерство з батьками та громадою;
- професійна етика, рефлексія та саморозвиток.

Укладач програми	Локоткова Людмила Анатоліївна , викладач кафедри психології та менеджменту освіти Комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів»
Найменування програми	Освітня програма підвищення кваліфікації для практичних психологів, соціальних педагогів закладів освіти
Мета програми	Забезпечити практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти, навичками і методами для формування та розвитку резилієнт-підходів у педагогічних колективах. Сприяти підвищенню рівня психологічної стійкості учасників освітнього процесу через впровадження сучасних психолого- педагогічних інструментів, інноваційних технологій та комунікативних стратегій.
Цільова аудиторія за спеціальністю або за посадою педагогічного працівника	практичні психологи, соціальні педагоги закладів загальної середньої, дошкільної фахової передвищої освіти, ПТНЗ, інтернатних закладів
Обсяг (тривалість), що встановлюється в годинах та/або кредитах ЄКТС	120 год / 4 ЄКТС (72 аудиторних годин, 48 годин – самостійна робота)
Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться	Загальні компетентності: ЗК.01, ЗК.02, ЗК.03, ЗК.04, ЗК.05, ЗК.06, ЗК.07, ЗК.08, ЗК.09 Професійні компетентності: А Психологічна профілактика (А1, А2, А3, А4); Б Психологічна просвіта щодо психологічного благополуччя та психічного здоров'я (Б1, Б2, Б3, Б4); В Психологічна діагностика (В1, В2, В3, В4); Г Психологічна допомога за запитом та/або відповідно до виявленої потреби в такій допомозі (Г1, Г2); Ґ Власний професійний розвиток та самоосвіта (Ґ1, Ґ2, Ґ3, Ґ4); Д Співпраця з педагогічними працівниками щодо організації ефективної освітньої діяльності та співучасть у створенні, підтримці та розвитку психологічно безпечного освітнього середовища в закладі освіти (Д1, Д2, Д3); Е Організаційно-методична діяльність під час виконання трудових функцій (Е1, Е2)
Строки виконання програми	Календарний рік

Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації
Забезпечення розміщення освітньої програми на сайті	сайт: https://www.kristti.com.ua/

Зміст програми

№ з/п	Назва та зміст навчального модуля	Всього годин	Аудиторні			Самостійна робота
			Лекції	Семінари	Практичні	
Модуль І. Філософія освіти ХХІ століття		6	6	—	—	6
1.1.	Російсько-українська війна: історичний, геополітичний та економічний аспекти Бачинська	2	2	—	—	2
1.2.	Педагогічна етика й етикет:створення комфортного освітнього простору Стовбур	2	2	—	—	2
1.3.	Система педагогічної просвіти батьків за В. Сухомлинським	2	2	—	—	2
Модуль ІІ. Професійний розвиток педагогічних працівників в умовах реформування освіти		20	—	—	20	14
2.1.	Нормативно-правове забезпечення діяльності та особливості ведення документації фахівців психологічної служби закладів освіти	2	2	—	—	—
2.2.	Технологія побудови індивідуалізованої траєкторії особистісно-професійного розвитку практичного психолога	2	—	—	2	2
2.3.	Атестація фахівців психологічної служби	2	—	—	2	2
2.4.	Тайм-менеджмент: ефективні інструменти і стратегії.	2	—	—	2	2
Спецкурс «Інклюзивна освіта: теорія і практика»		6	—	—	6	4
Спецкурс «Психологічна підтримка учасників освітнього процесу»		6	—	—	6	4
Модуль ІІІ. Професійна діяльність педагогічних працівників в умовах закладу освіти		34	—	—	34	20
Інваріантна частина		26	—	—	26	20
3.1.	Сучасний підхід, методики і технології для роботи з психологічною стійкістю та резилієнтністю педагогів, учнів та батьків.	2	—	—	2	2
3.2.	Стресменеджмент для педагогів (Шелест)	2	—	—	2	2
3.3.	Психологічна підтримка дітей та дорослих в умовах війни: робота зі стресом	2	—	—	2	2

3.4.	Ефективні інструменти для розвитку психологічної стійкості та впровадження інноваційних методик в освітній процес.	2	–	–	2	2
3.5.	Комунікативні стратегії та підтримуюче середовище у роботі з педагогами	2	–	–	4	2
3.6.	Використання асоціативних карток (МАК) у роботі практичного психолога	2	–	–	2	2
3.7.	Формування резильєнтності у дітей в умовах військового стану (Шелест)	4				
3.8.	Емоційна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного і післявоєнного стану (Шевченко)	2	–	–	2	2
3.9.	Використання ресурсів ОДГ/ОПЛ задля сприяння інтеграції дітей, які опинилися в умовах війни	4				
3.10	Життєстійкість під час війни: ефективні практики та інструменти (Шевченко)	2			2	
3.11	Ресурси творчості для покращення психологічної стійкості педагогів	2	–	–	2	2
Варіативна частина		8	–	–	8	8
3.12	Діти і війна: техніки самозцілення (Шелест)	6	–	–	6	–
3.13	Конфліктологічна компетентність педагогічних працівників	2	–	–	2	–
3.14	Використання психолого-педагогічних, арт-терапевтичних можливостей музичного мистецтва й музикотерапії в особистісному розвитку та емоційній безпеці дітей і дорослих під час війни (Ковальова)	2	–	–	2	–
3.15	Стабілізація емоційного стану педагогів за допомогою практик інтуїтивного живопису (Дудка)	2			2	
3.16	Основні принципи розроблення терапевтичної казки (Дишлева)	2	–	–	2	–
Модуль IV. Діагностико-аналітичний модуль		8	2	–	6	–
4.1.	Настановче заняття. Вхідне діагностування	2	2	–	–	–
4.2.	Тематична дискусія «Формування резильєнтності педагога: розвиток психологічної стійкості учасників освітнього процесу»	2	–	–	2	–
4.3.	Захист проєктів	2	–	–	2	–
4.4.	Вихідне діагностування	2	–	–	2	–

Модуль I. Філософія освіти XXI століття

1.1. Російсько-українська війна: історичний, геополітичний та економічний аспекти.

Розуміння ключових етапів та наслідків конфлікту для освітнього процесу. Як історичні події та геополітичні фактори сформували сучасну ситуацію, а також як війна впливає на економічну ситуацію в Україні та світі. Вплив війни на учнів, їх емоційний стан та сприйняття подій, а також стратегії підтримки учнів у цей складний період. Допомогти педагогам краще орієнтуватися в умовах викладання під час війни, надати практичні рекомендації щодо роботи з дітьми, які переживають стрес, та сприяти розвитку культурної компетентності у взаємодії з учнями.

1.2. Педагогічна етика й етикет: створення комфортного освітнього простору

Основи педагогічної етики. Педагогічний етикет: комунікація, взаємодія з колегами та батьками, поведінка в колективі. Створення комфортного освітнього простору (фізичний

комфорт, емоційна підтримка). Практичні аспекти реалізації педагогічної етики та етикету.

1.3. Система педагогічної просвіти батьків за В. Сухомлинським

Виховання майбутніх батьків-вихователів ще за шкільною партою. Старшокласникам пропонувався факультативний курс «Культура взаємовідносин у сім'ї». Школа для батьків при Павлівській СШ. Вперше батьки запрошувалися до цієї школи тоді, коли дітям виповнювалося 4 роки. Заняття – двічі на місяць. Регулярні психологічні (теоретичні) семінари для вчителів, на які запрошувалися іноді й окремі батьки. Книга «Батьківська педагогіка».

Модуль II. Професійний розвиток педагогічних працівників в умовах реформування освіти

2.1. Нормативно-правове забезпечення діяльності та особливості ведення документації фахівців психологічної служби закладів освіти.

Розкриття сутності та шляхів реалізації документації в роботі фахівців психологічної служби. Розгляд важливих нормативних документів. Обговорення з учасниками лекції практичного застосування документації в роботі.

2.2. Технологія побудови індивідуалізованої траєкторії особистісно- професійного розвитку практичного психолога

Аналіз технологій, які сприяють розвитку професійних та особистісних якостей практичного психолога. Індивідуальні підходи до формування траєкторій розвитку, враховуючи унікальні потреби та можливості кожної особистості. Аналіз поточного рівня розвитку компетенцій. Визначення особистісних та професійних цілей. Розроблення індивідуалізованої траєкторії розвитку практичного психолога. Інструменти та методики саморозвитку. Визначення критеріїв успіху та прогресу у досягненні поставлених цілей.

2.3. Атестація фахівців психологічної служби.

Ключові аспекти оцінки професійної діяльності психологів, включаючи самооцінку, співбесіду, тестування та практичну оцінку. Використання психодіагностичних інструментів, методик консультування та корекції, а також важливість зворотного зв'язку для розвитку професійних навичок. Допомогти педагогам і психологам краще зрозуміти процедуру атестації, підготуватися до неї та отримати рекомендації для подальшого професійного вдосконалення, а також розвитку компетентності та ефективності психологічної підтримки в освітньому.

2.4. Тайм-менеджмент: ефективні інструменти і стратегії.

Основи тайм-менеджменту. Основні принципи тайм-менеджменту. Визначення цілей. SMART-цілі. Інструменти тайм-менеджменту (календарі (Google Calendar, Outlook, Trello, Asana), методи («Pomodoro», матриця Ейзенхауера тощо). Стратегії ефективного управління часом. Значення тайм- менеджменту у професійній діяльності.

Спецкурс «Інклюзивна освіта: теорія і практика»

Принципи та практичні аспекти створення інклюзивного освітнього середовища в закладах дошкільної освіти. Ідентифікація потреб дітей з особливими освітніми потребами. Розробка індивідуальної програми розвитку дитини. Підтримка педагогів у розвитку адаптивних методик навчання, а також створення безбар'єрного фізичного та соціального середовища. Розвиток рівності, толерантності та розуміння різноманітності серед дітей, сприяння їхньому повноцінному включенню в суспільство.

Взаємодія з батьками дітей дошкільного віку та іншими учасниками освітнього процесу з метою підтримки та співпраці у створенні ефективного інклюзивного середовища. Співпраця між педагогами, психологами, батьками та іншими учасниками освітнього процесу у створенні індивідуалізованих підходів до підтримки дітей з особливими освітніми потребами. Кращі практики та інноваційні підходи до психолого-педагогічного супроводу, спрямовані на забезпечення успішного навчання та розвитку всіх дітей.

Аналіз концепційного та теоретичного базису психолого-педагогічного супроводу інклюзивного навчання, зокрема, використання теорій розвитку, психології виховання та

соціальної педагогіки. Взаємодія психологів, педагогів та інших спеціалістів у сфері освіти для ефективного розвитку інклюзивних практик та спільного розв'язання проблем. Вплив вікових особливостей на навчання та розвиток дітей з різними видами особливих освітніх потреб, включаючи інтелектуальні, фізичні, емоційно-психологічні та соціальні аспекти. Індивідуальні особливості кожної дитини: ступінь функціональних можливостей, інтереси та потреби, а також специфічні особливості, пов'язані з конкретними труднощами. Практичні приклади та рекомендації щодо урахування вікових та індивідуальних особливостей у процесі планування та виконання освітніх програм для дітей з особливими освітніми потребами.

Спецкурс «Психологічна підтримка учасників освітнього процесу»

Поняття безпечного і здорового освітнього середовища. Причини недостатнього рівня розбудови безпечного і здорового освітнього середовища в закладах дошкільної освіти. Цілі, завдання, очікувані результати реалізації Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища. Умови розбудови безпечного і здорового освітнього середовища.

Підходи до реагування на наслідки надзвичайних ситуацій. Основні принципи надання психосоціальної допомоги. Ресурсність, модель подолання стресу М. Лаада (BASIC PH). Емоційні порушення у дітей різних вікових категорій. Психологічні техніки відновлення ресурсного стану педагогів та дітей в умовах війни. Збереження психологічного здоров'я під час самоізоляції, дієві техніки самодопомоги. Особливості зниження рівня тривожності в дітей.

Ментальне здоров'я та психосоціальна підтримка: зміст понять. Надзвичайні ситуації. Благополуччя людини. Взаємозв'язок проблем ментального здоров'я та психосоціальної підтримки в надзвичайних ситуаціях. Визначення понять «стрес», «життєстійкість». Опановування прийомами, які сприяють управлінню стресом та відновленню емоційної рівноваги в надзвичайних ситуаціях.

Модуль III. Професійна діяльність педагогічних працівників в умовах закладу освіти

3.1. Сучасний підхід, методика і технології для роботи з психологічною стійкістю та резилієнтністю педагогів, учнів та батьків

Визначення психологічної стійкості та резилієнтності: основні концепти та значення для педагогів, учнів і батьків. Роль психологічної стійкості у збереженні психічного здоров'я та адаптації до стресових умов. Методики та технології для розвитку резилієнтності в освітньому процесі: для педагогів, учнів, батьків.

Рекомендації щодо впровадження методик у щоденну практику для покращення психологічного клімату в освітньому середовищі. Основні концепти стійкості та резилієнтності, їх роль у збереженні психічного здоров'я та адаптації до стресових ситуацій. Стратегії підтримки та розвитку психологічної стійкості на індивідуальному та колективному рівні, що є важливим для забезпечення успішної взаємодії в освітньому середовищі. Практичні вправи і техніки для зміцнення психологічної стійкості в умовах стресу.

3.2. Стресменеджмент для педагогів

Сутність поняття стрес, стадії та ознаки стресу; Аналіз чинників, що впливають (Вплив навколишнього середовища; Навантаження (підвищеної інтенсивності). Фізіологічні (травма, розлад, хвороба та ін.). Інформаційні. Емоційні. Важкі життєві ситуації: хвороба, смерть близьких людей, труднощі пережиті близькими, втрата місця роботи, стрімкі зміни умов життя; Відсутність звичних, бажаних соціальних зв'язків, соціальна ізоляція, порушення емоційно значущих міжособистісних відносин; Конфлікт; Невизначеність; Нецікава діяльність; Нереалізовані потреби; Знижена самооцінка, тощо). Розглянуто вплив стресу на організм, проєктний психологічний тест для педагогічних працівників для визначення стресостійкості; експрес-тест на тип особистості. Розроблення рекомендацій щодо

попередження та подолання стресу.

3.3. Психологічна підтримка дітей та дорослих в умовах війни: робота зі стресом

Технології забезпечення емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнного й післявоєнного стану. Методики та стратегії, спрямовані на забезпечення емоційної підтримки в умовах кризи, враховуючи психологічні консультації, групові заняття, арт-терапію, релаксаційні техніки та інші форми психологічної допомоги. Особливості роботи з дітьми, які пережили воєнні травми. Практичні поради для вчителів та психологів щодо створення безпечного та підтримуючого середовища в школах.

3.4. Ефективні інструменти для розвитку психологічної стійкості та впровадження інноваційних методик в освітній процес

Визначення психологічної стійкості та її значення для педагогів, учнів і батьків. Зв'язок між психологічною стійкістю та ефективністю навчання. Психологічні техніки для підвищення стресостійкості (методи когнітивно- поведінкової терапії, mindfulness, релаксаційні практики). Роль емоційного інтелекту у розвитку стійкості. Розвиток внутрішніх ресурсів через саморегуляцію, медитацію та дихальні техніки. Використання арт-терапії та музичної терапії як методів розвитку емоційної стійкості. Технології нейропсихологічної корекції та їх застосування в навчанні. Гейміфікація та її роль у мотивації та подоланні стресу. Кейс-методи для розвитку психологічної стійкості в освітньому середовищі. Тренінги з управління емоціями та колективної роботи для педагогів. Рекомендації для батьків щодо підтримки психологічної стійкості дітей. Кроки для інтеграції нових методик у роботу з педагогами, учнями та батьками. Практичні рекомендації для педагогів щодо особистісного розвитку та забезпечення психоемоційного благополуччя учасників.

3.5. Комунікативні стратегії та підтримуюче середовище у роботі з педагогами

Розкриття ефективних методів комунікації, які допомагають створити позитивне і підтримуюче середовище в освітньому процесі. Розвиток навичок педагогів щодо взаємодії з учнями, використовуючи різноманітні комунікативні стратегії, що сприяють формуванню безпечного, інклюзивного середовища. Кейсові методи у розв'язанні складних ситуацій, підвищення рівня емоційної підтримки та розвитку здатності до активного слухання та емпатії в міжособистісному спілкуванні. Актуальний підхід до створення безпечного простору в закладі освіти. Що дозволяє знизити стрес, покращити взаємодію учнів і педагогів, підвищити рівень довіри та забезпечити ефективне навчання.

3.6. Використання асоціативних карток (МАК) у роботі практичного психолога

Особливості використання асоціативних карток у роботі практичного психолога. Принципи та методики роботи з асоціативними картками, а також їх практичне використання у різних сферах психологічної практики. Переваги використання асоціативних карток у роботі практичного психолога, зокрема їхня здатність сприяти емоційному вивільненню, стимулювати творчість та сприяти вирішенню психологічних проблем. Приклади використання асоціативних карток у різних сценаріях терапевтичної роботи, включаючи індивідуальні консультації, групові сесії та тренінги.

3.7. Формування резильєнтності у дітей в умовах військового стану

Аспекти складових резильєнтності. Рецепт коктейлю стресостійкості. Техніки формування резильєнтності (Техніка 1: ідентифікація та активація цінностей; Техніка 2: дія у надії -поведінкова активація, Техніка 3: плекання помічних думок; Техніка 4: активація ресурсних емоційних станів; Техніка 5: зміцнення соціальних зв'язків). Під час роботи в групах слухачі розробляють рекомендації та обмінюються досвідом щодо особливостей формування резильєнтності у дітей та дорослих в умовах війни.

3.8. Емоційна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного і післявоєнного стану

Вплив війни на емоційний стан учасників освітнього процесу. Психосоматичні симптоми та порушення сну, що впливають на навчальну та професійну діяльність. Психологічне вигорання. Поняття психологічного вигорання та його основні компоненти

(емоційне виснаження, деперсоналізація, зниження професійної ефективності). Симптоми та ознаки психологічного вигорання. Методи профілактики психологічного вигорання. Принципи емоційної підтримки в умовах кризових ситуацій. Методи емоційної підтримки для учнів, педагогів та батьків. Роль закладу освіти в забезпеченні емоційної підтримки.

3.9. Використання ресурсів ОДГ/ОПЛ задля сприяння інтеграції дітей, які опинилися в умовах війни

Застосування педагогічних і психологічних ресурсів, що допомагають дітям, які пережили травми війни, інтегруватися в освітній процес. ОДГ (освітньо-діяльні групи) та ОПЛ (освітньо-психологічні лабораторії) є важливими інструментами для створення інклюзивного середовища, яке сприяє психологічному відновленню, соціалізації та емоційному розвитку дітей в умовах війни. У межах цієї теми розглядаються методи і стратегії використання ресурсів ОДГ/ОПЛ для підтримки дітей ВПО (внутрішньо переміщених осіб), допомога їм у подоланні стресу, травми та адаптації до нових умов життя. Особлива увага надається розробці індивідуальних та групових програм підтримки, які забезпечують комфортне та безпечне середовище для дітей, що допомагає їм повернутися до нормального освітнього процесу та соціального життя. Методики та підходи інтеграції сприяють формуванню у дітей відчуття стабільності та безпеки в період непередбачуваних змін.

3.10. Життестійкість під час війни: ефективні практики та інструменти

Поняття життестійкості. Фактори, що сприяють розвитку життестійкості. Роль освіти та виховання в підвищенні рівня життестійкості, зокрема у кризових ситуаціях. Життестійкість під час війни. Основні компоненти життестійкості (емоційна регуляція, когнітивна гнучкість, соціальна підтримка). Практики та інструменти розвитку життестійкості під час війни. Використання ресурсів для підтримки життестійкості в умовах війни.

3.11. Ресурси творчості для покращення психологічної стійкості педагогів

Використання творчих методів та практик як ефективного інструменту для збереження психічного здоров'я і стійкості педагогів в умовах стресу, професійного вигорання та емоційного навантаження. Творчість, як потужний ресурс, сприяє розвитку здатності до самовираження, зниження рівня тривожності та стресу, а також допомагає відновити внутрішні ресурси та віднайти баланс між роботою та особистим життям. У межах цієї теми розглядаються різноманітні творчі методи, такі як арт-терапія, письмо, музика, драма та інші інтерактивні практики, що допомагають педагогам виявити і пережити емоції, розвинути здатність до емоційного регулювання та посилити стійкість до професійних труднощів. Педагоги отримують практичні навички використання творчих ресурсів для власної підтримки, а також для створення позитивного психологічного клімату в освітньому середовищі.

3.12. Діти і війна: техніки самоцілення

Психологічні методи і техніки, які сприяють відновленню емоційної рівноваги дітей, що пережили травмуючі події війни. Використання технік самоцілення для подолання стресу, тривожності, посттравматичних стресових розладів (ПТСР) та інших емоційних наслідків, спричинених війною. У межах цієї теми розглядаються методи, які допомагають дітям виражати свої емоції, знижувати рівень напруги та відновлювати відчуття безпеки, такі як арт-терапія, дихальні вправи, тілесні практики, медитація, візуалізація та ігрові методи. Особливу увагу приділено створенню безпечного середовища для дітей, де вони можуть обробляти свої переживання, через активності, що допомагають впоратися з пережитим. Завдяки цим технікам діти отримують можливість для емоційного зцілення, розвитку стійкості та здатності адаптуватися до нових умов життя.

3.13. Конфліктологічна компетентність педагогічних працівників

Розвиток навичок ефективного управління конфліктами в освітньому середовищі. Навчання педагогів основам конфліктології та надання практичних інструментів для запобігання, вирішення та мінімізації конфліктних ситуацій серед учнів, колег та батьків. Типи конфліктів, механізми їх виникнення та способи їх конструктивного розв'язання, зокрема через переговори, медіацію та інші стратегії. Крім того, важливим аспектом є

розвиток емоційної стійкості педагогів та здатності до саморегуляції в умовах конфліктних ситуацій. Завдяки високому рівню конфліктологічної компетентності педагоги можуть створювати безпечне, гармонійне середовище для учнів та ефективно справлятися з різноманітними ситуаціями, зберігаючи психоемоційну рівновагу та сприяючи розвитку культури взаємоповаги в колективі. В ході практичного заняття слухачі розглядають наукове визначення конфлікту та його ознаки. Структурну модель конфлікту. Динаміку конфлікту. Конструктивні та деструктивні функції конфліктів. Причини конфліктів. Конфліктогени та їх класифікація. Особистісну складову конфлікту. Особистісні та об'єктивні фактори виникнення конфлікту. Обмінюються досвідом та удосконалюють міжособистісну взаємодію.

3.14. Використання психолого-педагогічних, арт-терапевтичних можливостей музичного мистецтва й музикотерапії в особистісному розвитку та емоційній безпеці дітей і дорослих під час війни

Психолого-педагогічні, арттерапевтичні можливості впливу музичного мистецтва й музикотерапії у забезпеченні психологічної підтримки, збереження ментального здоров'я та створення умов для емоційної стабільності і рівноваги учасників освітнього процесу. Психологія впливу мистецтва й мистецької діяльності. Мистецтво як ресурс саморегуляції, релаксації і розвантаження психічних процесів.

3.15. Стабілізація емоційного стану педагогів за допомогою практик інтуїтивного живопису

Особливості та види емоційного малювання, як арт-терапевтичної техніки. Використання інтуїтивного живопису щодо стабілізації емоційного стану особистості.

Питання для самостійного опрацювання

1. Які психологічні чинники сприяють формуванню стійкості до стресу?
2. Методи розвитку стресостійкості у роботі з дітьми різного віку, які пережили психотравмуючі події;
3. Залучення батьків до розвитку психологічної стійкості дітей, рекомендації щодо зниження впливу стресових ситуацій на дитину;
4. Роль соціального педагога та практичного психолога у процесі формування стресостійкості в освітньому середовищі;
5. Етапи психологічного супроводу дітей, педагогів та батьків під час кризових ситуацій;
6. Використання кризової інтервенції для зниження негативного впливу стресу;
7. Як враховувати особливості дітей з ООП при формуванні резилієнтності?

Список використаних джерел:

1. Лист ДНУ «ІМЗО» від 29.03.2023 21/08-479 «Про Всеукраїнську програму ментального здоров'я «Ти як?»».
2. Наказ МОН України "Про організацію психологічного супроводу в умовах криз" від 23.03.2022 № 345.
3. Постанова Кабінету Міністрів України від 23 січня 2024 року № 83 «Про організацію діяльності та забезпечення функціонування центрів життєстійкості».
4. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 10 листопада 2023 року № 1025-р «Про затвердження плану заходів з реалізації Концепції забезпечення національної системи стійкості до 2025 року».
5. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 26 вересня 2023 року № 850-р «Про затвердження Державної цільової національно-культурної програми “Єдність у розмаїтті” на період до 2034 року».
6. Алгоритми діяльності працівників психологічної служби: Т. 1 / В. М. Горленко та

- ін.; за заг. ред. В. Г. Панка. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 138 с. URL: <http://surl.li/nluffy>
7. Андреева, І. М. "Психологічна стійкість особистості: теорія та практика". – Київ: Центр навчальної літератури, 2020.
 8. Бех, І. Д. "Особистісно орієнтоване виховання: теоретико-методологічні засади". – Київ: Либідь, 2016.
 9. Бурлачук, Л. Ф., Морозов, С. М. "Психодіагностика стресостійкості". – Київ: Вища школа, 2018.
 10. В'юн, В. П. "Психолого-педагогічний супровід дітей з особливими освітніми потребами". – Харків: Основа, 2019
 11. Горленко В. М., Луценко Ю. А., Острова В. Д., Сосновенко Н. В. , Ткачук І. І. Методичні рекомендації щодо впровадження циклограм діяльності працівників психологічної служби: [метод. рек.] / за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. 132 с. URL: <http://surl.li/oessiu>
 12. Гриньова, М. В., Савченко, Л. О. "Емоційний інтелект і стресостійкість: методичні рекомендації". – Полтава: ПНПУ, 2020.
 13. Карпенко, З. О. "Резилієнтність: психологічні основи розвитку стресостійкості у дітей та підлітків". – Київ: Академвидав, 2021.
 14. Коваленко, В. В. "Технології роботи з педагогами для профілактики професійного вигорання". – Львів: Світ, 2018.
 15. Ліпкіна, О. В. "Практична психологія в освіті: методи роботи з дітьми та педагогами". – Київ: Педагогічна преса, 2019.
 16. Лопухіна, Т. Є. "Кризова психологія: теорія і практика". – Харків: Основа, 2020.
 17. Лубянець, В. І. "Психолого-педагогічні механізми формування емоційної стійкості в освітньому процесі". – Одеса: ОНУ, 2021.
 18. Науково-методичні основи психологічного супроводу діяльності вчителя в умовах реформування освіти (діагностика і корекція): практичний посібник. / авт. кол.: В. Г. Панок, І. В. Марухина, В. В. Рибалка, В. М. Горленко, Д. Д. Романовська, В. В. Предко, С. К. Шандрук, М. В. Саврасов, Н. В. Сосновенко; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України, 2022. 192 с. URL: <http://surl.li/dkfqef>
 19. Пехота, О. М. "Інноваційні педагогічні технології: методичний посібник". – Київ: Академія, 2018.
 20. Рибалко, В. І., Титаренко, Т. М. "Психологія кризових станів та травматичних ситуацій". – Київ: Генеза, 2019.
 21. Слободянюк, О. В. "Арт-терапія у роботі з дітьми та педагогами: методичні рекомендації". – Вінниця: Нова книга, 2020.
 22. Чепелева, Н. В. "Особистісний розвиток в умовах соціальної нестабільності". – Київ: Педагогічна думка, 2017.
 23. Шевченко, Л. М. "Методи подолання стресу в освітньому середовищі". – Харків: Ранок, 2020.
 24. Державний стандарт початкової освіти України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua>
 25. Посібник ВООЗ для роботи з травмами у дітей та підлітків. – Женева: ВООЗ, 2017.
 26. ЮНІСЕФ. Психосоціальна підтримка дітей в умовах кризових ситуацій [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://unicef.org.ua>