

Вченою радою КНЗ КОР
«Київський обласний інститут
післядипломної освіти
педагогічних кадрів»
(протокол від 24.02.2025 р. №2)

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

Наказ від «26» лютого 2025 р. № 78

Проректор

(підпис)

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
«ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ МЕТОДИ
ТА ІНСТРУМЕНТИ ПОДОЛАННЯ ПСИХОТРАВМУЮЧИХ
ВПЛИВІВ НА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ»**
*для практичних психологів, соціальних педагогів закладів загальної
середньої, дошкільної фахової передвищої освіти, ПТНЗ,
інтернатних закладів*

Біла Церква – 2025

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

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).

Програма 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», інших нормативно-правових актів, що регулюють діяльність педагога та з урахуванням європейського вектора 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 фахівець психологічної служби 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.

Мета освітньої програми:

- формування та розвиток компетентностей фахівців психологічної служби закладів освіти щодо системного здійснення заходів з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах війни та постконфліктний період;
- формування навичок ефективної взаємодії з дітьми, батьками та колегами, а також збереження емоційної стійкості та здоров'я учасників освітнього процесу.

Основні завдання:

- Ознайомити із порядком інтеграції послуг з охорони ПЗПСП на різних рівнях реалізації освітнього процесу.
- Розвинути професійні компетентності практичних психологів шляхом імплементації моделі комплексного надання послуг з охорони ПЗПСП в умовах війни та постконфліктний період.
- Розкрити різновиди командної роботи та апробувати алгоритми співпраці міждисциплінарної команди з питань надання послуг зі збереження ПЗПСП учасників освітнього процесу.
- Удосконалити навички добирати і використовувати стандартизований діагностичний інструментарій, протоколи реагування та науково обґрунтовані програми (методики та втручання) для подолання тривоги, стресу, зниження інтелектуальних здібностей та концентрації уваги, панічних атак серед здобувачів освіти та педагогічних працівників.
- Розвивати вміння застосовувати справедливі практики для різноманітних категорій здобувачів освіти у наданні індивідуальних або спеціалізованих послуг з ПЗПСП, які пронизують усі аспекти надання послуг з ПЗПСП у закладі освіти в умовах війни та постконфліктний період.
- Сформувати навички застосування ефективних інструментів для віддаленої (онлайн) роботи.

Загальні очікувані результати охоплюють:

Знання й розуміння:

- сучасних тенденцій розвитку освіти загалом;
- вікових та індивідуальних особливостей дітей шкільного віку.
- методів створення емоційно безпечного та сприятливого середовища для розвитку дітей;
- принципів індивідуального підходу до кожної дитини;
- особливостей організації ефективної комунікації з батьками для створення партнерської моделі виховання дітей шкільного віку;

Уміння:

- враховувати індивідуальні потреби та інтереси дітей, адаптуючи освітні програми до їхніх особливостей;
- ефективно комунікувати з дітьми, батьками та колегами;
- забезпечувати ефективну співпрацю та командну роботу з колегами, батьками та іншими учасниками освітнього процесу для досягнення спільних цілей;
- створювати інклюзивне середовище, де кожна дитина, незалежно від особливостей розвитку, відчуває себе частиною колективу;
- регулювати власний психоемоційний стан та запобігати професійному вигоранню.

Диспозиції (цінності, ставлення):

- гуманістична спрямованість освітнього процесу;
- дитиноцентризм, цінність особистості;
- готовність до реалізації сучасних цілей освіти;
- професійна мобільність та гнучкість;
- усвідомлення необхідності постійного професійного розвитку;
- відданість ідеї щодо значущої участі в освітньому процесі усіх учнів;
- просування національно-патріотичних та демократичних цінностей (патріотизм, відповідальність за долю держави, повага до багатоманітності, право вибору, формування спільноти, полікультурність);
- інклюзія та безбар'єрність;
- партнерство з батьками та громадою.

<i>Розробники програми</i>	Шелест Л.В. , завідувач відділу психологічної підтримки та ментального здоров'я комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів»; Локоткова Л.А. методист відділу психологічної підтримки та ментального здоров'я комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів», кандидат психологічних наук
<i>Найменування програми</i>	«Психолого-педагогічні методи та інструменти подолання психотравмуючих впливів на учасників освітнього процесу»
<i>Мета програми</i>	Формування та розвиток компетентностей фахівців психологічної служби закладів освіти щодо системного здійснення заходів з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах війни та постконфліктний період, формування навичок ефективної взаємодії з дітьми, батьками та колегами, а також збереження емоційної стійкості та здоров'я учасників освітнього процесу

Цільова аудиторія за спеціальністю або за посадою педагогічного працівника	Практичні психологи, соціальні педагоги закладів загальної середньої, дошкільної, фахової передвищої освіти, ПТНЗ, інтернатних закладів		
Зміст програми	№ з/п	Тема заняття	год.
	Модуль I.		
	1.1	Психологічні аспекти створення сприятливого безпечного середовища в закладі освіти	2
	1.2.	Ознаки психологічної травми та механізми розвитку травматичного стресу у дітей, педагогів і батьків.	2
	Модуль II.		
	2.1.	Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання у педагогів	2
	2.2.	Інструменти психологічного обстеження та специфіка діагностики травматичних реакцій в учасників освітнього процесу	4
	2.3.	У вирії емоцій та почуттів: розуміємо та підтримуємо	2
	2.4.	Практичні методи підтримки дітей: техніки стабілізації емоційного стану (дихальні вправи, арт-терапія, рухові практики)	2
	2.5.	Використання методів когнітивно-поведінкової терапії у роботі з дітьми.	4
	2.6.	Формування партнерства та підтримки. Робота з емоційним станом родин військовослужбовців	2
	2.7.	Використання методики відновного підходу для запобігання конфліктам.	2
	2.8.	Психологічна допомога при горюванні та втраті	2
	Модуль III.		
	3.1.	Тематична дискусія «Ефективна підтримка та комплексний супровід дитини з ПТСР фахівцями психологічної служби»	2
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС / 30 год (26 годин – аудиторні, 4 години – керована самостійна робота)		
Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться	<i>Загальні компетентності: ЗК.01, ЗК.02, ЗК.03, ЗК.04, ЗК.05.</i> <i>Професійні компетентності:</i> A1 Мовно-комунікативна компетентність (A1.1, A1.2, A1.3, A1.4); A2 Предметно-методична компетентність (A2.1, A2.2, A2.3, A2.4, A2.5, A2.6, A2.7); A3 Інформаційно-цифрова компетентність (A3.1, A3.2, A3.3); B1 Психологічна компетентність (B1.1, B1.2, B1.3, B1.4); B2 Емоційно-етична компетентність (B2.1, B2.2, B2.3); B3 Компетентність педагогічного партнерства (B3.1, B3.2, B3.3); V1 Інклюзивна компетентність (V1.1, V1.2, V1.3); V2 Здоров'язбережувальна компетентність (V2.1, V2.2, V2.3, V2.4, V2.5);		

	В3 Проєктувальна компетентність (В3.1); Г1 Прогностична компетентність (Г1.1, Г1.2); Г2 Організаційна компетентність (Г2.1, Г2.2); Г3 Оцінювальна-аналітична компетентність (Г3.1, Г3.2, Г3.3); Д1 Інноваційна компетентність (Д1.1, Д1.2, Д1.3); Д2 Здатність до навчання впродовж життя (Д2.1, Д2.2); Д3 Рефлексивна компетентність (Д3.1)
Форма підвищення кваліфікації	Очна, дистанційна, очно-заочна, пролонгована
Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації
Забезпечення розміщення освітньої програми на сайті	сайт: https://www.kristti.com.ua/

Модуль І.

1.1. Психологічні аспекти створення сприятливого безпечного середовища в закладі освіти

Концептуальні засади безпечного середовища, чинники забезпечення психологічно комфортного клімату в колективі. Фактори, що впливають на мікроклімат, стиль взаємодії педагога з учнями, оптимізація безпечного клімату в закладі.

1.2. Ознаки психологічної травми та механізми розвитку травматичного стресу у дітей, педагогів і батьків

Що таке психологічна травма? Типи травматичних подій та їх вплив на різні групи. Ознаки психологічної травми у дітей, педагогів і батьків. Емоційні, поведінкові, когнітивні та фізичні прояви травми. Відмінності проявів у відносинах від віку та ролі в соціумі. Фізіологічні (нейробіологічні) реакції на стрес. Когнітивно-емоційна переробка травматичного досвіду.

Модуль ІІ.

2.1. Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання у педагогів

Поняття «професійне вигорання» та його складові, симптоми професійного вигорання (психофізичні, соціально-психологічні, поведінкові симптоми). Стадії вигорання. Проективний психологічний тест для педагогічних працівників для визначення свого ставлення до життя та професії; експрес-тест на професійне вигорання. Методи гармонізації психофізичного стану та запобігання синдрому емоційного вигорання.

2.2. Інструменти психологічного обстеження та специфіка діагностики травматичних реакцій в учасників освітнього процесу

Опитувачі, проективні методики, спостереження та інтерв'ювання. Використання шкали для оцінки рівня тривожності, депресії, посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Особливості використання методик, адаптованих для дітей. Етичні аспекти роботи з травмованими особами. Врахування вікових і когнітивних особливостей дітей. Особливості діагностики вторинного травматичного стресу у педагогів і батьків.

2.3. У вирі емоцій та почуттів: розуміємо та підтримуємо.

Емоції та почуття: природа та функції. Роль емоцій у психічному здоров'ї та розвитку особистості. Техніка емпатичного слухання та аналізу емоцій. Підтримка в емоційно складних ситуаціях.

2.4. Практичні методи підтримки дітей: техніки стабілізації емоційного стану (дихальні вправи, арт-терапія, рухові практики)

Вплив емоційної нестабільності на психічне здоров'я та поведінку. Особливості емоційних реакцій дітей різного віку. Основи дихальної регуляції: техніка "глибоке дихання", "дихання за квадратом", "дихання з уявою". Як навчити дітей використовувати дихальні вправи у складних ситуаціях. **Арт-терапія як засіб емоційного вираження** техніка малювання, створення колажів, робота з кольором. Як використовувати творчість для розрядки душевної напруги. Простий руховий комплекс для зняття стресу. Ігрові вправи для релаксації та душевного розвантаження. Вибір методів залежно від ситуації та віку дитини. Створення комплексного підходу для підтримки дітей.

2.5. Використання методів когнітивно-поведінкової терапії у роботі з дітьми

Принципи КПТ: взаємозв'язок між думками, емоціями та поведінкою. Переваги використання КПТ у роботі з дітьми. Особливості застосування КПТ у дитячій психології: техніка адаптації до вікових особливостей дітей. Використання ігрових, творчих і дослідних інструментів у КПТ. Методи КПТ у роботі з дітьми: виявлення і трансформація негативних автоматичних думок. Техніки роботи з тривожністю, страхами, агресією та низькою самооцінкою. Формування навичок вирішення проблем і саморегуляції.

2.6. Формування партнерства та підтримки. Робота з емоційним станом родин військовослужбовців.

Основи психологічного консультування для роботи з родинами військовослужбовців. Використання методів емоційної підтримки та партнерського підходу в практичній діяльності. Потреби родин військовослужбовців та шляхів їхньої психологічної адаптації.

2.7. Використання методики відновного підходу для запобігання конфліктам.

В ході практичного заняття слухачі розглядають Кейс – навчання для розвитку практичних умінь застосування технік відновної комунікації в професійній діяльності. Ресурсні можливості та професійні зони застосування відновних практик у роботі фахівців, методичне забезпечення впровадження відновних практик до освітнього процесу закладів освіти.

2.8. Психологічна допомога при горюванні та втраті

Етапи горіння (Кюблер-Росс, Вордена та інші моделі). Особливості переживання втрачених у віці, типів втрати та індивідуальних особливостей особистості. Емоційні, когнітивні, фізичні та соціальні аспекти горювання. Ризики ускладненого горювання. Методи підтримки: емпатичного слухання, нормалізації емоцій, використання ресурсів клієнта. Інструменти для роботи з дітьми, підлітками та дорослими. Використання ритуалів, арт-терапії, наративних підходів у роботі з горем.

Питання для самостійного опрацювання

1. Панічна атака, техніки екстреної самодопомоги.
2. Самодопомога при ознаках ПТСР.
3. Як працювати з родиною в якій є військовослужбовець?
4. Які фактори сприяють професійному вигоранню педагогів?
5. Як техніки релаксації можуть покращити психоемоційний стан вчителя?
6. Як створити психологічно комфортну атмосферу в закладі освіти?

Список використаних та рекомендованих джерел

1. Вагнер Т., Дінтерсміт Т. Мистецтво навчати. Як підготувати дитину до реального життя / пер. з англ. Н. Борис. Київ: Наш формат, 2017. 312 с.
2. Гондарева Г.В. Концепція розвитку емоційного інтелекту старшокласників у навчально-виховному процесі. Таврійський вісник освіти. 2018. № 2, С. 260-264.
3. Педагогіка партнерства як основа розвитку суб'єктів освітньої діяльності в умовах НУШ: матеріали наук.-практич. конф. URL: <http://conf.zippo.net.ua/?p=79>

4. Двіжона О.В. Психологічна служба в закладах освіти: навчальний посібник. Чернівці: Книги XXI, 2018. 400 с.
5. Державний стандарт базової загальної освіти : Постанова КМУ від 30.09.2020 No 898. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-%D0%BF#Text>
6. Дитяча та юнацька психотерапія. Теорія і практика в сучасних наукових дослідженнях: монографія / за заг. ред. Г. Католик. Львів: Астролябія, 2019. 312 с.
7. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології: підручник. 3-тє вид., випр. Київ: Академвидав, 2018. 304 с.
8. Дії населення в умовах надзвичайних, несприятливих побутових та нестандартних ситуацій: практичний посібник / М.А. Скидан та ін.; за заг. ред. М.А. Скидана. Київ: Атіка, 2018. 92 с.
9. Діти та війна: навчання технік зцілення: посібник. Видавнича серія «Психологія. Психіатрія. Психотерапія». 2020. 98 с.
10. Євсюков О.Ф., Борисова А.О. Основи методичної діяльності викладача: побудова і застосування ігрових технологій: навч.-метод. посібник. Харків: ФОП Бровін О.В., 2016. 52 с.
11. Євтух М.Б., Пінковська Е.А., Черкашина Т.В. Методики особистісно- професійного самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності на засадах самопізнання: навч.-метод. посіб. для педагогічних працівників. Черкаси: Видавець Чабаненко Ю.А., 2018. 400 с.
12. Зцілення травм війни: психосоціальний аспект / автор-упор. Т. Артеменко. Черкаси: КНЗ «ЧОПОПП Черкаської обласної ради», 2022. 80 с. URL: <http://oipoppe.net/?q=node/76861>
13. Карамушка Л.М., Шевченко А.М. Забезпечення психологічного здоров'я менеджерів та педагогічних працівників освітніх організацій в умовах Нової Української школи: навчально-методичний посібник / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 157 с.
14. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально- методичний посібник / С.О. Богданов та ін. Київ: НаУКМА, 2018. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/707671/1/KRP2017.pdf>
15. Марія О. Дослідження синдрому вигорання. КІПТ-орієнтована модель допомоги при емоційному вигоранні. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії. 2021. No59, С. 2-3.
16. Методичні рекомендації щодо впровадження циклограм діяльності працівників психологічної служби / В.М. Горленко та ін.; за ред. В.Г. Панка. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 41 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/709623/>
17. Петрушкевич О. Ненасильницьке спілкування у школі – міф чи реальність? URL: <https://bit.ly/3EwB2eB>
18. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах: навч.-метод. посіб. / С.О. Богданов та ін.; за ред. В.М. Чернобровкіна, В.Г. Панка. Київ: Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2018. 215 с.
19. Пітерсон Д. 12 правил життя. Як перемогти хаос / пер. з англ. Д. Кожедуба. 3-тє вид. Київ: Наш формат, 2021. 384 с.
20. Положення про психологічну службу у системі освіти України : Наказ Міністерства освіти і науки України від 22 травня 2018 р. No 509. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18>
21. Про Безпеку: безпечна освітня екосистема громади: посібник для тренера /за заг. ред. А.Аносової. Київ: Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2023. 290 с.
22. Про затвердження професійного стандарту «Практичний психолог закладу освіти»: Наказ Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства від 24.11.2020 р. No 2425-20. 30 с. URL: <https://cutt.ly/T1ZB37w>
23. Про повну загальну середню освіту: Закон України від 16.01.2020 No 463-IX. Відомості Верховної Ради (ВВР), 2020, No 31, ст. 226. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463->

[20#Text](#)

24. Про.Безпеку: безпечна освітня екосистема громади: навчально- методичний посібник / за заг. ред. Н. Софій, А. Аносової. Київ: Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2023. 518 с.
25. Розвиток емоційного інтелекту в закладі загальної середньої освіти / автор-укладач Г.І. Савонова. Лисичанськ, 2021. 70 с.

