

## Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників для роботи у закладах освіти (за видом освітньої послуги «ВЕБНАР»)

Програму підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників розроблено відповідно до сучасної державної освітньої політики, Концепції Нової української школи та стратегії реформування освіти в Україні.

- 1. Найменування:** «Освітня майстерня “Практичний план психологічної турботи про себе”».
- 2. Вид підвищення кваліфікації:** навчання за програмою підвищення кваліфікації (участь у вебінарі).
- 3. Розробник — ТОВ «Всеосвіта».**

**Спікер(ка)** — Мар'яна Вечірко, практична психологиня, арттерапевтка, коучиня із розвитку Soft skills та емоційного інтелекту, авторка ресурсних арттерапевтичних практик “Єство” та “Берегиня”, спікерка міжнародних конференцій із питань ментального здоров'я.

**4. Мета:** розкрити питання принципів екологічної безпечної освітньої діяльності, допомогти освітянам впоратися зі стресом, спричиненим бойовими діями, ознайомлення учасників з особливостями арттерапевтичних вправ із саморегуляції психоемоційного стану особистості; висвітлити практичні техніки для саморефлексії педагогів з використанням арттехнік; розбір потенціалу арттерапії на практиці для подолання емоційної кризи та психологічної травми, покрокова модель роботи з розвитку психоемоційної стійкості і ресурсним станом особистості.

**5. Напрямок:** розвиток професійних компетентностей (знання навчального предмета, фахових методик, технологій); комунікаційна, психологічна, емоційно-етична компетентність.

**6. Зміст:**

- 1) поняття психотравма, посттравматичне зростання та резильєнтність особистості;
- 2) арттерапевтичні практики самовдосконалення;
- 3) способи і шляхи відстеження власного психоемоційного стану;
- 4) демонстрація практичних арттерапевтичних діагностичних, ресурсних та стабілізуючих вправ;
- 5) орієнтація освітянства на дбання про своє ментальне здоров'я;
- 6) практичні поради для реалізації саморефлексії та саморегуляції.

**7. Обсяг (тривалість) навчання:** 2 години /0,06 кредиту Європейської кредитної трансферно-накопичувальної системи (ЄКТС).

**8. Форма (форми) навчання:** дистанційна.

**9. Програмні результати:**

- 1) розуміння понять психотравма, посттравматичне зростання та резильєнтність особистості;
- 2) здатність застосовувати арттерапевтичні практики самовдосконалення;
- 3) ознайомлення з новаціями в сфері психічного здоров'я для відстеження власного психоемоційного стану;
- 4) розуміння структури профілактики психоемоційного стану особистості;
- 5) здатність відстежувати і керувати власним ресурсом;
- 6) фокус уваги на власне посттравматичне зростання;
- 7) формування вміння зняття нервово-психічної напруженості;
- 8) осмислення значення арттерапії для саморефлексії та саморегуляції власного ментального стану.

**10. Цільова аудиторія:** вихователі дошкільних закладів, вчителі початкових і старших класів, адміністративні працівники закладів освіти, практичні психологи, соціальні педагоги.

**11. Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться:**

**загальні:** здатність діяти відповідально і свідомо на засадах поваги до прав і свобод людини та громадянина; реалізувати свої права і обов'язки; усвідомлювати цінності громадянського суспільства та необхідність його сталого розвитку; здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня;

**фахові:** здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття та емоції, потреби, керувати власними емоційними станами; здатність конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу; здатність усвідомлювати та поцінювати взаємозалежність людей і систем у глобальному світі.