

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

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:** «Арттерапевтичний тренінг з відновлення ресурсного стану освітян “Моя психоемоційна рівновага”».

**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 роботи, ознайомлення учасників з особливостями арттерапевтичних профілактичних та ресурсних вправ; висвітлити практичні техніки для саморефлексії педагогів з використанням арттехнік; розбір потенціалу арттерапії на практиці для відновлення ресурсного стану, ознайомити із покровою копінг-стратегією BASIC+PH та з її авторською модифікацією “Життєвий маяк”.

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

**6. Зміст:**

- 1) аналіз понять ресурс особистості, копінг-стратегія, екологічне проживання емоцій;
- 2) особливості використання арттерапевтичних ресурсних та відновлюючих практик;
- 3) способи і шляхи для відстеження власного психоемоційного стану;
- 4) практичні арттерапевтичні діагностичні, тілесні, ресурсні та стабілізуючі вправи;
- 5) орієнтація уваги освітянства на підтримку ментального здоров'я;
- 6) дослідження покрової моделі копінг-стратегії BASIC+PH;
- 7) 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 ресурс особистості, копінг-стратегія, екологічне проживання емоцій;
- 2) здатність застосовувати арттерапевтичні ресурсні та відновлюючі практики;
- 3) ознайомлення з новаціями в сфері психічного здоров'я для відстеження власного психоемоційного стану;
- 4) розуміння структури копінг-стратегії BASIC+PH та її авторської модифікації “Життєвий маяк”;
- 5) здатність відстежувати і керувати власним ресурсом і емоційним станом;
- 6) фокус уваги на профілактичні арттерапевтичні вправи для відновлення власного ресурсного стану;
- 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 до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети; здатність до продуктивної професійної діяльності на основі розвинутої педагогічної рефлексії відповідно до провідних ціннісно-світоглядних орієнтацій; здатність знаходити інноваційні підходи до вирішення професійних завдань в сучасному освітньому середовищі;

**фахові:** здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття та емоції, потреби, керувати власними емоційними станами; здатність конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу; вміння використовувати способи самозбереження психічного здоров'я, запобігання професійному вигоранню, управління власними емоціями; уміння демонструвати соціально-емоційну компетентність у професійних ситуаціях.