

## 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:** «Практикум “Арттерапія для освітян: відновлення внутрішньої рівноваги”».

**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:** сприяти зміцненню ментального здоров'я освітян шляхом ознайомлення з основами арттерапії, розкрити питання принципів екологічної роботи і внутрішньої рівноваги, ознайомити учасників з особливостями арттерапевтичних профілактичних та ресурсних вправ, допомогти освітянам освоїти базові арттерапевтичні техніки для відновлення емоційного балансу, зниження стресу та підвищення професійної стійкості, а також висвітлити практичні техніки для саморефлексії педагогів з використанням арттехнік.

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

**6. Зміст:**

1) поняття «ресурс особистості», «внутрішня рівновага», «екологічне проживання емоцій» та «резильентність»;

2) базові знання про арттерапію як метод роботи з емоційною сферою;

3) особливості використання арттерапевтичних ресурсних та відновлюючих практик;

4) способи і шляхи для відстеження власного психоемоційного стану;

5) практичні арттерапевтичні діагностичні, тілесні, ресурсні та стабілізуючі вправи;

6) орієнтація освітянства на дбання про своє ментальне здоров'я;

7) значення саморефлексії та творчості у збереженні ментального здоров'я;

8) способи створення безпечного простору для дослідження власних емоцій і внутрішніх ресурсів;

9) практичні поради для реалізації саморефлексії, саморегуляції та самопомоги;

10) ресурси для подальшого самостійного опрацювання технік арттерапії.

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

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

**9. Програмі результати:**

1) розуміння поняття «ресурс особистості», «внутрішня рівновага», «екологічне проживання емоцій» та «резильентність»;

2) розуміння як використовувати арттерапію як метод роботи з емоційною сферою;

3) здатність застосовувати арттерапевтичні ресурсні та відновлюючі практики;

4) ознайомлення з новаціями в сфері психічного здоров'я для відстеження власного психоемоційного стану;

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 емоційно-психічної напруженості;

8) створення безпечного простору для дослідження емоцій і внутрішніх ресурсів;

9) осмислення значення арттерапії для саморефлексії та саморегуляції власного ментального стану.

**10. Цільова аудиторія:** вихователі ЗДО, 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 самостійно навчатися та розвивати особистісний потенціал; уміння демонструвати соціально-емоційну компетентність у професійних ситуаціях;

**фахові:** здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, потреби та емоційні стани інших учасників освітнього процесу, керувати власними емоційними станами; здатність усвідомлювати й поцінювати взаємозалежність людей і систем у глобальному світі; уміння використовувати способи самозбереження психічного здоров'я, запобігання професійному вигоранню, керування власними емоціями; вміння застосовувати в освітньому процесі практики концентрації уваги, усвідомленого емоційного реагування, емоційної стійкості.