

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:** «Формування стресостійкості. Психологічні техніки самопомоги в умовах війни».
- 2. Вид підвищення кваліфікації:** навчання за програмою підвищення кваліфікації (участь у вебінарі).
- 3. Розробник — ТОВ «Всеосвіта».**
Спікер(ка) — Литвиненко Олена Олександрівна, доктор психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Київського університету імені Бориса Грінченка, когнітивно-поведінковий психотерапевт.
- 4. Мета:** розкрити психологічний феномен стресостійкості, а також розглянути техніки формування стресостійкості в умовах війни.
- 5. Напрямок:** розвиток професійних компетентностей; формування у здобувачів освіти спільних для ключових компетентностей вмінь, визначених частиною першою статті 12 Закону України "Про освіту"; формування емоційно-етичної компетентності.
- 6. Зміст:**
 - 1) стресостійкість як психологічний феномен;
 - 2) складові стресостійкості та механізми її формування;
 - 3) способи формування стресостійкості в умовах війни.
- 7. Обсяг (тривалість) навчання:** 2 години /0,06 кредиту Європейської кредитної трансферно-накопичувальної системи (ЄКТС).
- 8. Форма (форми) навчання:** дистанційна.
- 9. Програмні результати:**
 - 1) засвоєння знань про особистісну стресостійкість та її значення для підтримання психологічного благополуччя людини;
 - 2) формування вміння працювати над розвитком власної стресостійкості та резильєнтності;
 - 3) розвиток навички формування стресостійкості у своїх учнів та студентів.
- 10. Цільова аудиторія:** вчителі, викладачі закладів фахової передвищої освіти, адміністративні працівники закладів освіти, психологи, соціальні педагоги, дефектологи, корекційні педагоги.
- 11. Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться:**
загальні: здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків; здатність ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми; здатність приймати обґрунтовані рішення, професійно викладати та аргументувати свою позицію; володіння інформацією необхідною для збереження власного здоров'я; здатність формувати у здобувачів освіти вміння конструктивно керувати емоціями та розв'язувати проблеми; вміння демонструвати соціально-емоційну компетентність у професійних ситуаціях; усвідомлення ціннісної значущості фізичного, психічного і морального здоров'я; володіння способами самозбереження психічного здоров'я;
фахові: здатність визначати і враховувати в освітньому процесі вікові особливості учнів; здатність усвідомлювати і конструктивно реагувати на прояви емоцій без осуду, скеровувати та підтримувати увагу в процесі педагогічної діяльності; володіння способами самозбереження психічного здоров'я, усвідомлення й управління власними емоціями; вміння застосовувати в освітньому процесі практики концентрації уваги, усвідомленого емоційного реагування (обирати та реалізувати доцільну емоційну реакцію, залежно від комунікативної ситуації); здатність створювати психологічно комфортні умови освітнього процесу; знання практичних прийомів подолання надмірної тривоги та страхів.