

**Комунальний заклад Львівської обласної ради**  
**«Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти»**  
Кафедра практичної психології

**Освітня програма підвищення кваліфікації**  
**педагогічних працівників**  
**предмет: «Практична психологія»**  
**«Психологічна підтримка учасників освітнього процесу»**

Освітня програма підвищення кваліфікації розглянута і рекомендована  
до затвердження на засіданні кафедри практичної психології  
*(протокол № 7 від 11 жовтня 2023 р.)*

Завідувач кафедри

Ігор КОРНІЄНКО

Освітня програма підвищення кваліфікації затверджена науково-методичною  
радою

*(протокол № 11 від 30.11,2023 р.)*

Голова науково-методичної ради

Павло ХОБЗЕЙ

## I. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

**Найменування:** Освітня програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників «**Психологічна підтримка учасників освітнього процесу**»

**Розробники:** завідувач кафедри практичної психології, кандидат психологічних наук Корнієнко І.О.; старший викладач кафедри практичної психології Єфімова С.М.; доцент кафедри практичної психології, кандидат психологічних наук Бамбурак-Кречківська Н.М.

**Мета:** психолого-педагогічний супровід професійного розвитку педагогічних працівників.

**Напрямок:** забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу, зокрема:

- поглиблення знань про основи психології травмуючих подій та їхній вплив на психічний стан особи (агресивна поведінка, ступор, апатія, рухове збудження, дезорганізація, страх, паніка, нервові тремтіння, галюцинаторні переживання та марення, плач, істерика, горе, незакінчений суїцид);
- розвиток навичок та вмінь надання першої психологічної допомоги та самопомоги.

**Обсяг:** 15 годин.

**Форма підвищення кваліфікації:** очна, дистанційна, очно-дистанційна.

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

**Загальні компетентності:**

**ЗК.01** Здатність діяти відповідно і свідомо на засадах поваги до прав і свобод людини і громадянина; реалізувати свої права і обов'язки; усвідомлювати цінності громадянського суспільства та необхідність його сталого розвитку (громадянська компетентність).

**ЗК.02** Здатність міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність).

**ЗК.03** Здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вираження національної культурної ідентичності, творчого самовираження (культурна компетентність).

**ЗК.04** Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідного ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність).

**Професійні компетентності:**

## **A2 Предметно-методична компетентність:**

A2.7 Здатність формувати ціннісні ставлення в учнів.

## **Б1 Психологічна компетентність:**

Б1.1 Здатність визначати і враховувати в освітньому процесі вікові та інші індивідуальні особливості учнів.

## **Б2 Емоційно-етична компетентність:**

Б2.1 Здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття та емоції, потреби, керувати власними емоційними станами.

## **Б3 Компетентність педагогічного партнерства:**

Б3.1 Здатність до суб'єкт-суб'єктної взаємодії (рівноправної та особистісно зорієнтованої) взаємодії з учнями в освітньому процесі.

Б3.2 Здатність залучати батьків до освітнього процесу на засадах партнерства.

Б3.3 Здатність працювати в команді із залученням фахівців, асистентами вчителя для надання додаткової підтримки особам з особливими освітніми потребами.

## **В2 Здоров'язбережувальна компетентність:**

В2.1 Здатність організовувати безпечне освітнє середовище, використовувати здоров'язбережувальні технології під час освітнього процесу.

В2.2. Здатність здійснювати профілактично-просвітницьку роботу з учнями та іншими учасниками освітнього процесу щодо безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни.

В2.3 Здатність формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя.

В2.4 Здатність зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я під час професійної діяльності.

## **Д2 Здатність до навчання впродовж життя:**

Д2.1 Здатність визначати умови та ресурси професійного розвитку впродовж життя.

Д2.2 Здатність взаємодіяти з іншими вчителями на засадах партнерства та підтримки (у рамках наставництва, супервізії тощо).

**Місце надання освітньої послуги:** Комунальний заклад Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти», заклади освіти Львівської області

## **Очікувані результати навчання:**

- розрізняє поняття стрес, емоційне вигорання, криза, психотравма, ПТСР;
- знає особливості переживання особливих негативних психічних реакцій та станів особи;
- володіє вміннями надання першої психологічної допомоги та методами емоційної саморегуляції.

**Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації:**  
сертифікат.

## **II. ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **Інтеграційно-мотиваційне заняття**

*Час за робочою навчальною програмою – 1 година*

**Тема 1. Реєстрація учасників: вхідне опитування** (практичне, 1 година)

#### **План практичного заняття**

1. Ознайомлення з програмою модулю.
2. Вправи на знайомство учасників групи та налаштування на навчання.

### **Модуль 1. Психологія травмуючих ситуацій та травматичних переживань**

*Час за робочою навчальною програмою – 5 годин*

**Тема 1.1. Базові поняття психології травми: криза, стрес, травматичний стрес, травма і види травм** (лекція, 2 години)

#### **План лекційного заняття**

- 1.1.1. Визначення поняття «криза»: різноманітність підходів. Поняття «кризова ситуація» в психології. Рівні та види криз. Нормативні та ненормативні кризи. Наслідки впливу кризової ситуації на людину.
- 1.1.2. Уявлення про стрес. Концепція стресу Г. Сельє. Фізіологічні (адаптаційні) теорії стресу. Психологічні теорії стресу. Механізм розвитку психологічного стресу. Травматичний стрес. Нейробіологія стресу.
- 1.1.3. Травма. Види травми. Посттравматичний стресовий розлад.
- 1.1.4. Співвідношення понять «криза», «стрес», «психотравмуючий чинник», «психічна травма».

**Тема 1.2. Втрата як психотравмуюча подія** (лекція, 1 година)

#### **План лекційного заняття**

- 1.2.1. Горювання як природна реакція на втрату.
- 1.2.2. Теоретичні моделі процесу горювання (Елізабет Кюблер-Росс, Колін Паркенсом, Ерік Ліндеман, Вамік Волкан).
- 1.2.3. Дитяче горювання.
- 1.2.4. Психологічна допомога при втраті.

**Тема 1.3. Вплив психотравмуючих подій на сфери функціонування дитини: емоційну, соматичну, поведінкову та когнітивну** (лекція, 2 год.)

#### **План лекційного заняття**

- 1.3.1. Особливості посттравматичних переживань у дітей різних вікових періодів.
- 1.3.2. Інтерналізована та екстерналізована поведінка дитини.
- 1.3.3. Вплив на сфери функціонування дитини в залежності від вікового періоду: період немовляти (від 0 до 1 року), раннє дитинство (від 1 до 3 років), дошкільне дитинство (3–7 років), молодший шкільний вік (від 6–7 до 10–11 років), підлітковий вік (11–15 років).

### **Модуль 2. Перша психологічна допомога. Алгоритм дій.**

*Час за робочою навчальною програмою – 5 годин*

**Тема 2.1. Загальні принципи та характеристики першої психологічної допомоги (лекція, 1 год.)**

**План лекційного заняття**

- 2.1.1. Основні принципи, завдання та етапи першої психологічної допомоги.
- 2.1.2. Ознаки порушення психічних процесів та вибір оптимальних методів надання першої психологічної допомоги.

**Тема 2.2. Протоколи надання першої психологічної допомоги (практичне, 4 год.)**

**План практичного заняття**

- 2.2.1. Протоколи надання першої психологічної допомоги під час переживання негативних психічних реакцій та станів: агресивна поведінка, ступор, апатія, рухове збудження, дезорганізація, страх, паніка, нервово-тремтіння, галюцинаторні переживання та марення, плач, істерика, горе, незакінчений суїцид.
- 2.2.2. Самодопомога при гострих реакціях на стрес.

**Модуль 3. Розвиток емоційної стійкості педагога**

*Час за робочою навчальною програмою – 2 години*

**Тема 3.1. Емоційна саморегуляція в діяльності педагога (лекція, 2 год)**

**План лекційного заняття**

- 3.1.1. Емоційна стабільність як професійно важлива властивість особистості педагога.
- 3.1.2. Профілактика емоційного вигорання.
- 3.1.3. Самодопомога при гострих реакціях на стрес.

**Підсумкове заняття**

*Час за робочою навчальною програмою – 2 години*

**Вихідне опитування, тестування (практичне, 2 години)**

**Контроль** за знаннями слухачів проводиться: під час виконання завдань на практичних заняттях за допомогою постановки дискусійних запитань.

**Оцінювання** у вербальній формі проводиться на основі отриманої зворотної інформації від слухачів про результативність підвищення кваліфікації з можливістю внесення змін у методику роботи зі слухачами курсів.

**Засоби навчання:**

**Інформаційно-методичні:**

- 1. Опорні конспекти.
- 2. Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи.
- 3. Глосарій основних термінів та понять зі спецкурсу.
- 4. Фонд електронних документів.

**Матеріально-технічні:**

Мультимедійна установка та комп'ютерна техніка для демонстрації презентаційного матеріалу та навчальних відео.

### III. РОЗПОДІЛ ГОДИН ЗА ВИДАМИ ДІЯЛЬНОСТІ

Назви тем	Кількість годин			
	Усього	Лекції	Практичні	Семинарські
<b>Організаційне заняття. Вхідне опитування</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
<b>Модуль 1. Психологія травмуючих ситуацій та травматичних переживань</b>	<b>5</b>	<b>5</b>		
<i>Тема 1.1. Базові поняття психології травми: криза, стрес, травматичний стрес, травма і види травм</i>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<i>Тема 1.2. Втрата як психотравмуюча подія</i>	<b>1</b>	<b>1</b>		
<i>Тема 1.3. Вплив психотравмуючих подій на сфери функціонування дитини: емоційну, соматичну, поведінкову та когнітивну</i>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>Модуль 2. Перша психологічна допомога. Алгоритм дій.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<i>Тема 2.1. Загальні принципи та характеристики першої психологічної допомоги</i>	<b>1</b>	<b>1</b>		
<i>Тема 2.2. Протоколи надання першої психологічної допомоги</i>	<b>4</b>		<b>4</b>	
<b>Модуль 3. Розвиток емоційної стійкості педагога</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<i>Тема 3.1. Емоційна саморегуляція в діяльності педагога</i>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>Підсумкове заняття. Вихідне опитування, тестування</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	
<b>Всього годин:</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	

#### Список літератури:

1. Бочкор Н. П. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод. рек./ Н. П. Бочкор, Є. В. Дубровська, О. В. Залеська та ін. – Київ: МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. – 84 с.
2. Гребінь Л. О. Деякі аспекти психодинамічної діагностики актуального рівня функціонування структури особистості / Л.О. Гребінь // Форум психіатрії і психотерапії. Том 7. – Львів, 2012. – С. 164. – С. 41 – 60.
3. Гребінь Л. О. Структурно-психодинамічна модель розвитку людини. / Л. О. Гребінь // Круглий стіл присвячений науковій творчості відомого українського психолога І. О. Синиці. «Наукова спадщина І. О. Синиці в контексті сучасної педагогічної психології». – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2013. – 44с. – С. 6 – 8.
4. Гребінь Л. О. Особливості практики надання психологічної допомоги пораненим військовослужбовцям. / Л. О. Гребінь // Психологічна допомога

- постраждалим в наслідок кризових травматичних подій: методичний посібник. – К.:ТОВ Видавництво «Логос». – 207 с.2015
5. Діти та війна: навчання технік зцілення / [Сміт П., Дирегров Е., Юле У.; співавт.: Гупта Л., Перрен Ш., Г'єстад Р.; укр. пер. – Інститут психічного здоров'я УКУ; літ. та наук. ред. О. Черненко, М. Лемик, К. Явної]. – Львів: Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014. – 70 с.
  6. Католик Г.В., Корнієнко І.О. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та постраждалим // науково-методичні матеріали для роботи з очевидцями та постраждалими від техногенних катастроф, а також членами їх сімей / Г.В. Католик, І.О. Корнієнко. Науково-методичний збірник. Львів: «Червона калина», 2003. – 144 с.
  7. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк. – К.: Ніка-Центр, 2009. – 580 с.
  8. Кризова психологія : навч. посіб. / [за заг. ред. проф. О. В. Тімченка]. – Х.: НУЦЗУ, 2010. – С. 12.
  9. Кучманіч І.М., Мороз Р.А. Психологічний механізм виникнення та перебігу психологічної травми в особистості / І.М. Кучманіч, Р.А. Мороз // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за наук. ред.. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 36. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2017. – 416 с. – С. 146 – 160.
  10. Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании / Э. Кюблер-Росс. – К.: София, 2001. – 320 с.
  11. Мороз Р.А., Кучманіч І.М. Психологічні особливості переживання травмуючих подій дітьми / Р.А. Мороз, І.М. Кучманіч // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки» – Видавничий дім «Гельветика», – 214 с. – С. 71 – 77.
  12. Навчальний посібник для спеціалістів, які працюють з дітьми, щодо надання першої психологічної допомоги [Електронний ресурс]. Підготовлено Save the Children International. – Режим доступу: [http://wcu\\$network.org.ua/ua/Zaxist\\_prav\\_dtei/publications/Navchalnii\\_posbник\\_dlja\\_specalstv\\_jak\\_pracjujut\\_z\\_dtmi\\_xhodo\\_nadannja\\_](http://wcu$network.org.ua/ua/Zaxist_prav_dtei/publications/Navchalnii_posbник_dlja_specalstv_jak_pracjujut_z_dtmi_xhodo_nadannja_). – назва з екрана.
  13. Панок В.Г. Життєвий шлях особистості як категорія прикладної психології. – [Електронний ресурс]. / В.Г. Панок – Режим доступу: [http://mdu.edu.ua/spaw2/uploads/files/29\\_14.pdf](http://mdu.edu.ua/spaw2/uploads/files/29_14.pdf) – назва з екрана.
  14. Панок В.Г. Прикладна психологія. Теоретичні проблеми : монографія / В.Г. Панок. – Київ : Ніка-Центр, 2017. – 188 с.
  15. Панок В.Г., Мельник А.А. Діяльність психологічної служби системи освіти у наданні допомоги постраждалим від збройного конфлікту на Сході України. Інформаційний бюллетень, 2017. – [Електронний ресурс]. / В.Г. Панок, А.А. Мельник – Режим доступу: [http://www.psyua.com.ua/index.php?page=products\\_one&prod=446&g\\_year=2017\\_2019](http://www.psyua.com.ua/index.php?page=products_one&prod=446&g_year=2017_2019). – назва з екрана.
  16. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в

- освітніх навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Богданов С. О. та ін. ; заг. ред.: Чернобровкін В. М., Панок В. Г. – Київ: Унів. Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. – 208 с.: іл., табл.
17. Перша психологічна допомога: настанови для роботи на місцях [Електронний ресурс]. ВООЗ/ВНО. – 2011. – Режим доступу: [http://www.who.int/mental\\_health/publications/guide\\_field\\_workers/en/index.htm](http://www.who.int/mental_health/publications/guide_field_workers/en/index.htm). – назва з екрана.
  18. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти: метод. посіб. / [упоряд. : Д. Д. Романовська, О. В. Ілащук]. – Чернівці: Технодрук, 2014. – 133 с.
  19. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: Метод і техніки: Методичний посібник / З. Кісарчук, Я.М. Омельченко, І.М. Біла...Г.П. Лазос ; за ред. З.Г. Кісарчук. – Вінниця : ФОП Рогальська І.О., 2016. – 234 с.
  20. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблем. групи – Л. М. Вольнова. – К., 2012. – 275 с.
  21. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології: Навч. Посібн / В.І. Розов – К.: Кондор, 2005. – 278 с.
  22. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навч.-метод. посіб. – К.: Агентство «Україна». – 2015. – 176 с.
  23. Чернобровкіна В. А. Психологія особистісної свободи: моногр. / В. А. Чернобровкіна; Держ. закл. «Луган. нац. Ун-т імені Тараса Шевченка». – Луганськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2012. – 488 с.
  24. Шклярська О. Психологічна пружність – запорука виживання під час війни [Електронний ресурс]/ О. Шклярська. – Режим доступу: [http://www.aratta\\$ukraine.com/text\\_ua.php?id=3373](http://www.aratta$ukraine.com/text_ua.php?id=3373). – назва з екрана.
  25. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції. Теорія і практика: Навчальний посібник. К.: Вища школа., 2006. – 321 с.
  26. Ginsburg K. R. Building Resilience in Children and Teens: Giving Kids Roots and Wings. – MD, MS Ed, FAAP. With M. M. Jablow. – American Academy of Pediatrics, 2011. – 398 p.
  27. Hoijtink L. M., Brake J. H. M., Dickers M. L. A. Resilience Monitor. Development of a measuring tool for psychosocial resilience. – 2011. – 106 p.
  28. Inter-Agency Guide to the Evaluation of Psychosocial Programming in Humanitarian Crises. – New York: United Nations Childrens Fund. UNICEF, 2011.