КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ
«ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ»

Кафедра практичної психології та інклюзивної освіти

ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ

«ВИКЛИКИ ВІЙНИ: ВІДНОВЛЕННЯ І ПІДТРИМКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ»

Програма підвищення кваліфікації розглянута і рекомендована до затвердження на засіданні кафедри практичної психології та інклюзивної освіти

(протокол № 5 від 26.05.2026 р.)

Завідувачка кафедри Галина ВАРХОЛИК

Програма підвищення кваліфікації затверджена науково-методичною радою

(протокол № 4 від 4.06.2026р.)

Голова науково-методичної ради Павло ХОБЗЕЙ

Розробники: Єфімова С.М. старший викладач кафедри практичної психології та інклюзивної освіти.

Напрям підвищення кваліфікації: Комплексний психологічний супровід учасників освітнього процесу в умовах реалізації державного стандарту базової середньої освіти.

Розроблено на основі типової програми: Типова програма підвищення кваліфікації практичних психологів закладів освіти «Психолого-педагогічні методи та інструменти роботи з психологічною травмою, обумовленою воєнним станом», затвердженої наказом МОН України від 15.05.2023 №560, а також Концепції розвитку психологічної служби у системі освіти на період до 2030 року (СХВАЛЕНО розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р.).

Термін дії програми: з 2026 до 2031 року

Рецензенти:
Танчин І.З., кандидат історичних наук, заступник директора з науково-педагогічної роботи ЛОІППО.. Ел. адреса itanchyn@ukr.net
Бамбурак-Кречківська Н.М., кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та інклюзивної освіти.. Ел. адреса nbamburak@ukr.net

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми «Виклики війни: відновлення і підтримка психічного здоров'я та психоемоційного стану учасників освітнього процесу» зумовлена сучасними умовами воєнного стану, тривалим впливом стресових і травмуючих подій на психічне здоров'я дітей, підлітків та дорослих, а також необхідністю посилення психологічної підтримки в освітньому середовищі. Повномасштабна війна супроводжується переживанням небезпеки, втрат, вимушеного переміщення, емоційної нестабільності та порушенням звичних умов розвитку й соціалізації дітей та підлітків. У зв'язку з цим у професійній діяльності практичного психолога особливої актуальності набувають питання роботи з агресивною поведінкою, страхами, фобіями, психоемоційною нестабільністю, особливостями психосексуального розвитку дітей та підлітків в умовах соціальної невизначеності, а також профілактики вторинної травматизації фахівців психологічної служби.

Цільова група: практичні психологи закладів освіти.

Обсяг (тривалість): 30 годин (1 кредит ЄКТС).

Особливості реалізації програми: Програма реалізується з використанням дистанційних технологій навчання та передбачає поєднання лекційних, практичних і самостійних форм роботи. Акцент зроблено на практичну спрямованість змісту навчання, яка передбачає розвиток професійних компетентностей практичних психологів і вчителів психології, удосконалення навичок психологічної діагностики, психологічного супроводу, емоційної саморегуляції та використання сучасних методів психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах війни.

Форма підвищення кваліфікації: інституційна (дистанційна)

Мета підвищення кваліфікації: розвиток професійної готовності практичних психологів до здійснення психологічної підтримки, психологічного супроводу та збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах війни.

Завдання підвищення кваліфікації:

- поглиблення знань про вплив війни та травматичного стресу на психічний стан дітей і підлітків;
- розвиток навичок психологічної підтримки учасників освітнього процесу;
- формування вмінь психологічної діагностики та психологічного супроводу дітей і підлітків;
- удосконалення навичок роботи з проявами агресивної поведінки, страхами та фобіями;

- розширення знань щодо психосексуального розвитку дітей та підлітків в умовах соціальної невизначеності;
- розвиток навичок емоційної саморегуляції та профілактики професійного вигорання і вторинної травматизації фахівця;
- розширення практичного інструментарію практичного психолога щодо підтримки психічного здоров'я учасників освітнього процесу.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:

Загальні компетентності:
(ЗК.02) Соціальна компетентність – здатність до конструктивного спілкування в різних середовищах, співпрацювати в командах, вести діалог та переговори, критично оцінювати соціальні події і явища, ефективно взаємодіяти з іншими людьми, налагоджувати ефективну міжособистісну комунікацію, спілкуватись з представниками інших професійних груп різного рівня.
(ЗК.04) Особиста та навчальна компетентність - здатність до професійного розвитку, навчання протягом життя, самопрезентації та результатів своєї професійної діяльності, планувати та управляти власним робочим часом.
(ЗК.08) Мовна компетентність – здатності розуміти, висловлювати та інтерпретувати поняття, факти, думки, почуття як усно, так і письмово, слухати, говорити, читати та писати у відповідних соціальних та культурних контекстах.
(ЗК.09) Етична компетентність - здатність усвідомлювати свої професійні можливості та діяти лише в межах рівня професійної підготовленості, формулювати результати дослідження в термінах іпоняттях, прийнятих у психологічній науці та практичної психології, дотримуватись принципів надання психологічної допомоги, діяти на основі етичних міркувань (мотивів), доброчесності, соціальної відповідальності, поваги до різноманітності та мультикультурності.

Професійні компетентності:
Б Здійснення психологічної просвіти щодо психологічного благополуччя та психічного здоров'я.
В Здійснення психологічної діагностики:
В1 Здатність визначати потребу у проведенні, плануванні та організації процедури психологічної діагностики відповідно до особливостей розвитку та вікових особливостей цільової аудиторії та актуального стану освітнього середовища;
В2 Здатність обирати та практично застосовувати методи психологічної діагностики відповідно до визначених завдань, потреб цільової аудиторії та актуального стану освітнього середовища;
В3 Здатність інтерпретувати результати психологічної діагностики, робити висновки та прогнози, формувати та надавати рекомендації учасникам освітнього процесу.
Г Надання психологічної допомоги за запитом та/або виявленої потреби в такій допомозі:

Г1 Здатність визначати структуру, зміст, види психологічної допомоги (психологічне консультування, психологічний супровід, психологічний тренінг, розвивальна діяльність), форми (індивідуальна, групова, сімейна) та методи відповідно до запиту та/або виявленої потреби в такій допомозі;
Г2 Здатність планувати, реалізовувати та визначати ефективність психологічної допомоги (психологічне консультування, психологічний супровід, психологічний тренінг, розвивальна діяльність) відповідно до визначених завдань, прогнозувати вплив психологічної допомоги на результати навчання здобувача освіти, професійної діяльності педагогічних працівників та рівень психологічної безпеки освітнього середовища.
Ґ Здійснення власного професійного розвитку та самоосвіта:
Ґ3 Здатність використовувати зовнішню та внутрішню супервізію та інтервізію як інструмент професійної підтримки та розвитку;
Ґ4 Здатність до рефлексії, самопізнання та самовдосконалення.

Очікувані результати підвищення кваліфікації:
Знання та розуміння:
- розуміє вплив війни, травматичного стресу та кризових подій на психічний стан дітей, підлітків і дорослих;
- знає психологічні особливості проявів агресивної поведінки, страхів та фобій у дітей і підлітків;
- розуміє особливості психосексуального розвитку дітей та підлітків в умовах соціальної невизначеності;
- знає основні принципи психологічної підтримки та психологічного супроводу учасників освітнього процесу;
- усвідомлює чинники виникнення професійного вигорання та вторинної травматизації фахівця;
- знає сучасні підходи до підтримки психічного здоров'я та психоемоційного благополуччя особистості.

Уміння:
- розпізнавати прояви травматичного досвіду в емоційній та поведінковій сфері дітей і підлітків;
- здійснювати психологічну діагностику психоемоційних станів;
- застосовувати методи психологічної підтримки та психологічного супроводу учасників освітнього процесу;
- використовувати техніки роботи з агресивною поведінкою, страхами та фобіями;
- застосовувати навички конструктивної та безпечної комунікації у професійній взаємодії;
- використовувати техніки емоційної саморегуляції та профілактики професійного вигорання;
- застосовувати супервізію та інтервізію як інструменти професійної підтримки й розвитку.

Диспозиції (цінності, ставлення):
- усвідомлює цінність психічного здоров'я та психологічного благополуччя особистості;

- виявляє готовність до підтримувальної, емпатійної та етично відповідальної взаємодії з учасниками освітнього процесу;
- демонструє толерантне ставлення до емоційних і поведінкових проявів, зумовлених травматичним досвідом;
- поділяє цінності безпечного та психологічно підтримувального освітнього середовища;
- усвідомлює важливість професійного саморозвитку, самозбереження та профілактики вторинної травматизації у професійній діяльності.

Система та критерії оцінювання результатів підвищення кваліфікації: контроль за знаннями слухачів проводиться послідовно й систематично: на практичних заняттях, індивідуальне та фронтальне опитування.

Оцінювання результатів підвищення кваліфікації здійснюється шляхом підсумкового тестування (бальна система) та вербального оцінювання виконання практичних завдань. На етапі завершення навчання за Програмою слухачі складають підсумковий тест з 20 питань. Максимальна кількість балів, яку можуть отримати учасники, — 20 балів. Прохідний бал — 12 Учасники, які успішно пройшли навчання та склали підсумковий тест, отримують сертифікат.

Документ про підвищення кваліфікації: сертифікат встановленого зразка

Вартість (у разі встановлення): безоплатний характер надання освітньої послуги для слухачів курсів підвищення кваліфікації за регіональним замовленням місцевих органів управління освітою, вартість згідно з кошторисом відповідно до порядку надання платних послуг для всіх інших категорій.

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Програмою передбачено поєднання теоретичної підготовки з практичною діяльністю, спрямованою на формування професійних компетентностей практичних психологів у сфері психологічної підтримки безпеки та збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану.

Особливістю є практична спрямованість на формування навичок для психологічної підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану та кризових викликів, поєднання теоретичних знань із удосконаленням навичок психологічної діагностики, психологічного супроводу, емоційної саморегуляції та використання сучасних методів психологічної допомоги.

Підсумкові заходи: виконання та захист підсумкового практичного завдання і складання підсумкового тестування.

Самостійна робота передбачає опрацювання нормативно-правових та методичних матеріалів щодо підтримки психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану; аналіз професійних кейсів, пов'язаних із проявами агресивної поведінки, страхів, фобій та наслідків травматичного стресу у дітей та підлітків; виконання практичних завдань із психологічної діагностики та психологічного супроводу учасників освітнього процесу; опрацювання технік емоційної саморегуляції та профілактики професійного вигорання; підготовку рекомендацій щодо психологічної підтримки дітей, підлітків, батьків і педагогічних працівників; участь в інтервізійних обговореннях професійних ситуацій; проходження підсумкового тестового контролю за матеріалами програми.

Самостійна робота оцінюється відповідно до якості виконання практичних завдань, активності опрацювання матеріалів та результатів підсумкового тестування.

Зміст програми складається з 4 модулів та 10 взаємопов'язаних тем. На етапі завершення навчання за Програмою слухачі складають підсумковий тест з 20 питань.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 30 год, з них: 9 год — лекційні заняття, 15 год — практична робота, 6 год — самостійна робота, куди входить 1 год на контрольні заходи.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Назва навчальних тем	Кількість годин				
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Контрольні заходи	Усього
Модуль 1. Особливості проявів агресивної поведінки дітей та підлітків як наслідок впливу травматичного стресу.					
Тема 1.1. Психологія агресивності.	1				1
Тема 1.2. Агресія та агресивність дітей та підлітків.	1,5				1,5
Тема 1.3. Вплив війни на прояви агресивної поведінки.		4	1		5
Разом за модулем	2,5	4	1		7,5
Модуль 2. Вплив екстремальних подій на прояви страхів та фобій у дітей та підлітків.					
Тема 2.1. Поняття страху у психології.	1				1
Тема 2.2. Діагностика наявності страхів у дітей та підлітків.	1	2			3
Тема 2.3. Психологічна корекція страхів та фобій у дітей та підлітків.	0,5	2	1		3,5
Разом за модулем	2,5	4	1		7,5

Модуль 3 Психосексуальний розвиток дітей та підлітків в умовах соціальної невизначеності.					
Тема 3.1. Сексуальність на різних етапах розвитку особистості.	1				1
Тема 3.2. Фізіологічні, психологічні та соціальні впливи на розвиток сексуальності.	1	2			3
Тема 3.3. Сексуальна просвіта в закладі освіти		1	1		2
Разом за модулем	2	3	1		6
Модуль 4 Вторинна травматизація особистості фахівця. Методи превенції.					
Тема 4.1. Попередження професійного вигорання та підтримка емоційної стабільності практичного психолога.	2	4	2		8
Разом за модулем	2	4	2		8
Підсумкові заходи				1	1
Усього	9	15	5	1	30

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Модуль 1. Особливості проявів агресивної поведінки дітей та підлітків як наслідок впливу травматичного стресу.

Тема 1.1 Психологія агресивності.

Визначення понять "агресія", "агресивінсть"," агресивна поведінка". Основні теорії агресії та види агресивної поведінки. Біо-психо-соціальні основи агресивності та агресивної поведінки.

Тема 1.2 Агресія та агресивність дітей та підлітків.

Психологічні особливості прояву агресивної поведінки дитини дошкільного віку. Причини виникнення, діагностика та профілактика. Психологічні особливості прояву агресивної поведінки дитини молодшого шкільного віку. Причини виникнення, діагностика та профілактика. Психологічні особливості прояву агресивної поведінки в підлітковому віці. Причини виникнення, діагностика та профілактика.

Тема 1.3 Вплив війни на прояви агресивної поведінки.

Аналіз та обговорення дієвих методик для опрацювання кожного етапу алгоритму роботи з агресивною поведінкою у дітей та підлітків: психоедукація, стабілізація, конфронтація, інтеграція.

Самостійна робота.

Описати алгоритм роботи з агресивною поведінкою у дітей та підлітків на прикладі з власного професійного досвіду.

Модуль 2. Вплив екстремальних подій на прояви страхів та фобій у дітей та підлітків.

Тема 2.1 Поняття страху у психології.

Витоки дитячих страхів та їх диференціація: тривога, страх, фобії. Структура процесу переживання страху. Фізіологічна реакція на переляк: втеча, напад, заціпеніння. Види та детермінанти страхів. Передумови виникнення страхів на першому, другому та третьому рівнях соціалізації (мікро-, макро- та мезосередовище).

Тема 2.2 Діагностика наявності страхів у дітей та підлітків.

Соматичні, емоційні, ментальні та поведінкові ознаки наявності страхів у дітей та підлітків. Вікові норми страхів у дітей та підлітків. Методи та методики діагностики страхів. Огляд модифікованої тестової методики "Будиночки страхів" (О.І. Захаров, М.А. Панфілова).

Тема 2.3 Психологічна корекція страхів та фобій у дітей та підлітків.

Подолання страхів у дітей та підлітків методами арт-терапії: ізотерапія, казкотерапія, метафоричні асоціативні карти, піскова терапія. Аналіз та обговорення дієвих методик для опрацювання кожного етапу алгоритму роботи зі страхами та фобіями: психоедукація, стабілізація, конфронтація, інтеграція.

Самостійна робота.

Описати алгоритм роботи зі страхами та фобіями у дітей та підлітків на прикладі з власного професійного досвіду.

Модуль 3. Психосексуальний розвиток дітей та підлітків в умовах соціальної невизначеності.

Тема 3.1 Сексуальність на різних етапах розвитку особистості.
Поняття "сексуальності", "циклу сексуальної взаємодії" та "належної сексуальної поведінки". Дошкільний та молодший шкільний вік: що дитина знає, розуміє та усвідомлює про власну сексуальність. Сексуальність у підлітковому віці. Характеристики стадій підліткової сексуальності (платонічна, еротична, стадія сексуального потягу).
Тема 3.2 Фізіологічні, психологічні та соціальні впливи на розвиток сексуальності.
Сексуальна ідентичність та сексуальна орієнтація. Зв'язок агресивності та сексуальності. Парафілії та сексуальне насильство.
Тема 3.3 Сексуальна просвіта в закладі освіти.
Особливості взаємодії практичного психолога з учасниками освітнього процесу у питаннях психосексуального розвитку дітей та підлітків.
Самостійна робота.
Описати форми просвітницької роботи з питань психосексуального розвитку дітей та підлітків на прикладах з власного професійного досвіду.

Модуль 4. Вторинна травматизація особистості фахівця. Методи превенції.

Тема 4.1 Попередження професійного вигорання та підтримка емоційної стабільності практичного психолога
Визначення понять «емоційне вигорання», «втома від співчуття» та «вторинна травматизація». Методи превенції. Визначення актуальних питань у професійній діяльності та обговорення їх з колегами за методом "Інтервізія".
Самостійна робота.
Описати вплив на зміну власного емоційного стану дієвої методики емоційної саморегуляції.

3.1. Орієнтовний перелік практичних завдань
1. Аналіз професійних кейсів, пов'язаних із проявами агресивної поведінки дітей та підлітків.
2. Відпрацювання алгоритмів психологічної підтримки дітей і підлітків, які переживають страхи та фобії.
3. Проведення вправ і технік емоційної стабілізації та саморегуляції.
4. Аналіз особливостей психосексуального розвитку дітей та підлітків у професійних ситуаціях психологічного супроводу.
5. Відпрацювання навичок психологічної діагностики психоемоційних станів дітей та підлітків.
6. Участь в інтервізійних та супервізійних обговореннях професійних ситуацій.
7. Підготовка практичних пам'яток або алгоритмів психологічної підтримки для педагогів і батьків.

3.2. Орієнтовний перелік питань для самостійного опрацювання

1. Вплив війни та травматичного стресу на психічне здоров'я дітей та підлітків.
2. Психологічні особливості агресивної поведінки дітей та підлітків.
3. Вплив травматичного досвіду на поведінкові реакції особистості.
4. Особливості прояву страхів у дітей та підлітків в умовах війни.
5. Методи психологічної діагностики та корекції страхів та фобій.
6. Особливості психосексуального розвитку дітей та підлітків.
7. Сексуальна просвіта як складова психологічної безпеки дитини.
8. Техніки емоційної саморегуляції та стабілізації емоційного стану.
9. Значення супервізії та інтервізії у професійній діяльності психолога.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи

1. Закон України «Про повну загальну середню освіту». URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text
2. Закон України «Про освіту». URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text
3. Наказ МОН від 15.05.2023 № 560 Про затвердження Типової програми підвищення кваліфікації практичних психологів закладів освіти "Психолого-педагогічні методи та інструменти роботи з психологічною травмою, обумовленою воєнним станом" https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0560729-23#Text
4. Лист МОН від 04.04.2022 № 1/3872-22 «Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» https://imzo.gov.ua/2022/04/07/lyst-mon-vid-04-04-2022-1-3872-22-pro-metodychni-rekomendatsii-persha-psykholohichna-dopomoha-alhorytm-diy/
5. Концепції розвитку психологічної служби у системі освіти на період до 2030 року (СХВАЛЕНО розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р.) https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#n8

Професійний стандарт «Практичний психолог закладу освіти». URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2020/12/Standart_Praktychnyy_psykholoh.pdf

Основна література

1. Діденко С. В. Психологія сексуальності та сексуальних стосунків: Навчальний посібник. К.: Арістей. 2003. 312 с.
2. 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.
3. Огоренко В. В., Тимофєєв Р. М., Шорніков А. В. Агресивна поведінка: від теорії до практики // Український вісник психоневрології. – 2021. – Т. 29. – Вип. 3 (108). – С. 48–51.
4. Павелків Р. В. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці // Проблеми сучасної психології. – 2015.
5. Психологічна допомога в умовах воєнних дій. Психологічний бюлетень № 3. - Київ: Науково-методичний центр ВФПО, 2023. - 202 с.
6. Сексуальність. Усе, що треба знати до 18 років/ Козлова А.Г., упоряд. Коваленко К. – Киії «Видавнича група «Шкільний світ». – 2019 -136 с.
7. Терлецька Л. Г. Війна як чинник розвитку дитячих страхів та фобій // Вчені записки ТНУ ім. В. І. Вернадського. Серія: Психологія. – 2024.

Додаткова література

1. Вольнова Л. М. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навчальний посібник. – Київ, 2012.

2. Розов В. І. Адаптивні антистресові психотехнології. – Київ : Кондор, 2005.
3. Терлецький Л. Психокорекція засобами малюнку. – Київ : Главник, 2007.
4. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції. Теорія і практика. – Київ : Вища школа, 2006.
5. Herman J. Травма і шлях до одужання / пер. з англ. – Львів : Видавництво Старого Лева, 2022.
6. Kolk B. van der. Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому / пер. з англ. – Київ : Vivat, 2023.