

Міністерство освіти і науки України
Комунальний заклад
Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України
Лабораторія організаційної та соціальної психології
Українська асоціація організаційних психологів та психологів праці
Запорізький національний університет
Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка
Національний університет «Львівська політехніка»
Навчально-науковий інститут менеджменту та психології
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»
Київський університет імені Бориса Грінченка
Комунальний навальний заклад Київської обласної ради
«Київський обласний інституту післядипломної освіти педагогічних кадрів»

ПРОГРАМА

**III Всеукраїнського
науково-практичного форуму**

**«ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА:
ВІД КРИЗИ ДО РЕСУРСУ»**
(з нагоди Всеукраїнського дня психолога)

21–26 квітня 2020 року

м. Суми

СКЛАД ОРГАНІЗАЦІЙНОГО КОМІТЕТУ ФОРУМУ

Голова оргкомітету:

Нікітін Юрій Олександрович, ректор Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, доктор історичних наук, доцент.

Координатори оргкомітету:

Вознюк Алла Вікторівна, завідувач кафедри психології Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, доктор психологічних наук, доцент;

Грицай Сергій Михайлович, проректор з наукової роботи КЗ СОШПО, кандидат педагогічних наук, доцент;

Карамушка Людмила Миколаївна, член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, заступник директора з науково-організаційної роботи та міжнародних наукових зв'язків Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, завідувачка лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

Члени оргкомітету:

Борцова Муза Володимирівна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО;

Василега Ольга Юрївна, викладач кафедри психології КЗ СОШПО;

Гільова Лариса Леонідівна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО;

Кулик Наталія Андріївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО;

Крикун Людмила Володимирівна, старший лаборант кафедри психології КЗ СОШПО;

Панченко Світлана Миколаївна, проректор з науково-педагогічної та навчальної роботи КЗ СОШПО, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології;

Сидоренко Ірина Валеріївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО;

Троїцька Марина Євгеніївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО;

Чеканська Лариса Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології КЗ СОШПО;

Чижиченко Наталія Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології КЗ СОШПО.

ПЛАН ЗАХОДІВ
III Всеукраїнського науково-практичного форуму
(заходи відбудуться в режимі відеоконференції)

<i>Назва заходу</i>	<i>Форми роботи</i>
21.04.2020 р.	
Відкриття Всеукраїнського науково-практичного форуму	
Робота освітньо-тренінгових майданчиків.	Психологічний практикум «Успіх та щастя своїми руками».
22.04.2020 р.	
Обласний круглий стіл «Особливості надання першої психологічної допомоги».	Дискусійна платформа «Специфіка використання психологічного інструментарію для надання першої психологічної допомоги».
	Презентація практичного досвіду проведення тренінгових занять для надання першої психологічної допомоги.
Робота освітньо-тренінгових майданчиків.	Психологічний практикум «Стрес-серфінг на шляху до щастя».
23.04.2020 р.	
Регіональний круглий стіл «Психологічна допомога в умовах сьогодення».	Специфіка дистанційного навчання у підготовці практичних психологів.
	Особливості застосування сучасних технологій в різних галузях психологічної практики.
	Перспективні напрями співпраці щодо впровадження сучасних технологій в практичну діяльність.
	Презентація дистанційної форми навчання за спеціальністю 053 Психологія другого рівня вищої освіти ступеня «магістр».
Робота освітньо-тренінгових майданчиків.	Дискусійна платформа «Психологічні особливості дітей з особливими освітніми потребами».

	Майстер-клас «Особиста сила та емоційна регуляція педагога у часи соціальної ізоляції».
	Психологічний практикум «Арт-терапія як спосіб віднайти ресурс».
24.04.2020 р.	
Робота освітньо-тренінгових майданчиків.	Психологічний практикум «Ресурсно-орієнтована технологія зі збереження життєвого балансу особистості у методі Позитивної транс-культурної психотерапії».
	Майстер-клас «Професійне вигорання у практичних психологів та його профілактика».
	Психологічний практикум «Реакція на стрес. Тілесний сценарій».
25.04.2020 р.	
Робота освітньо-тренінгових майданчиків.	Інтерактивне заняття з елементами тренінгу «Психологічна допомога сім'ї у кризових ситуаціях».
	Психологічний практикум «Розмова з душею».
26.04.2020 р.	
Робота освітньо-тренінгових майданчиків.	Практичне заняття з елементами тренінгу «Використання арт-терапевтичних методів у груповій психокорекції»
	Психологічний практикум «Як перестати боятися і почати жити по-новому».
Закриття Всеукраїнського науково-практичного форуму.	

ІНТЕРАКТИВНІ ФОРМИ РОБОТИ

21 КВІТНЯ 2020 РОКУ

ВІДКРИТТЯ ВСЕУКРАЇНСЬКОГО НАУКОВО-ПРАКТИЧНОГО ФОРУМУ

Вітальне слово: Нікітін Юрій Олександрович, ректор КЗ СОШПО, доктор історичних наук, доцент; *Вознюк Алла Вікторівна*, завідувач кафедри психології КЗ СОШПО, доктор психологічних наук, доцент.

Психологічний практикум «УСПІХ ТА ЩАСТЯ СВОЇМИ РУКАМИ»

Модератор: Вознюк Алла Вікторівна, завідувач кафедри психології КЗ СОШПО, доктор психологічних наук, доцент, голова Сумського осередку Української Асоціації організаційних психологів та психологів праці.

Ведуча: Костюченко Олена Овсїївна, психолог, психотерапевт, онлайн-консультант, автор трансформаційних курсів та онлайн-проектів «Відносини з мамою», «Успіх та щастя своїми руками».

Актуальність практикуму. Щоб налагодити сімейні відносини, потрібно вміти дарувати близьким любов, радість, повагу. Сімейні відносини залежать від таких факторів, як погляди на життя, принципи, досвід і багато іншого. Неважко здогадатися, що сімейні відносини, де панує співпраця, засновані на взаємодопомозі, вмінні вислухати і зрозуміти, допомогти, аналізі конфліктних ситуацій. Щасливі сімейні відносини засновані на турботі, повазі, співчутті, мудрості, доброті, дипломатії, терпінні, вмінні прийти до єдиного рішення, до гармонії. Вони є оптимальними як для дорослих, так і для дітей, оскільки відкидається егоїзм, виробляється вміння досягти компромісу. Створюючи щасливі сімейні стосунки, ви не тільки зміцните зв'язок між членами сім'ї, але і самі станете кращими, енергійнішими. Для того, щоб налагодити сімейні відносини, треба розпочинати насамперед із себе.

Мета практикуму. Набуття практичних навичок зміни психоемоційного стану, який сприятиме налагодженню сімейних відносин без образ, сварок та докору.

Учасники: працівники КЗ СОШПО, магістранти спеціальності 053 Психологія, практичні психологи.

22 КВІТНЯ 2020 РОКУ

**ОБЛАСНИЙ КРУГЛИЙ СТИЛ
«ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ
ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ»**

Дискусійна платформа

**«Специфіка використання психологічного інструментарію
для надання першої психологічної допомоги»**

Модератор: *Вознюк Алла Вікторівна*, завідувач кафедри психології КЗ СОШПО, доктор психологічних наук, доцент.

Мета – обговорення особливостей підбору та специфіки використання психологічного інструментарію для психологічної допомоги.

Питання для обговорення:

1. Зміст та основні завдання першої психологічної допомоги.
2. Особливості надання першої психологічної допомоги різним категоріям осіб у кризових ситуаціях.
3. Специфіка використання психологічного інструментарію для психологічної допомоги.

Учасники: наукові, науково-педагогічні працівники, практичні психологи.

**Презентація практичного досвіду проведення тренінгових
занять для надання першої психологічної допомоги**

Клочко-Макаренко Оксани Сергіївни, медичний психолог Сумського обласного центру соціально-психологічної допомоги та Сумського обласного клінічного госпіталю ветеранів війни.

Психологічний практикум

«СТРЕС-СЕРФІНГ НА ШЛЯХУ ДО ЩАСТЯ»

Модератор: *Гільова Лариса Леонідівна*, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО, практичний психолог, психотерапевт, базовий тренер Вісбаденської Академії Позитивної психотерапії, голова Сумського представництва Українського Інституту Позитивної крос-культурної психотерапії.

Ведуча: *Доля Наталія Вікторівна*, магістр з психології, практичний психолог з використанням психотерапевтичних підходів. Експерт по роботі зі страхами, фобіями, неврозом,

психологічною травмою, кризовими станами особистості, психосоматикою, постратравматичним стресовим розладом. Автор методу внутрішньої особистісної трансформації «Інсталяція душі. Шлях до себе». Практичний психолог Сімейного центру психології і розвитку «Городок». Тренер фестивалів психологічних практик «Феєрія успіху», «Сонцедара», «Кульбаба».

Актуальність практикуму. Не такий страшний стрес як його малюють. Насправді, стрес – це природна реакція людини на будь-які зміни. Це універсальний механізм виживання. Чинити опір стресу так само марно, як боротися з поганою погодою. Але у кожної людини є вибір: боротися до знемоги, впадати в депресію, уникати труднощів або змушувати стрес працювати на розвиток. Стрес може стати джерелом енергії, задоволення, натхнення, успіху і навіть щастя. Унікальна авторська стратегія Івана Кирилова стрес-серфінгу допоможе кожній людині розвинути свою емоційну компетентність і фізичну стійкість до стресів, оволодіти навичками усвідомленості і аутотренінгу.

Мета практикуму. Визначення сутності концепції стрес-серфінгу. Ознайомлення з терапевтичними техніками для покращення психо-емоційного стану. Вміння застосовувати стрес-серфінг при будь-яких несприятливих факторах та емоційному напруженні, психологічній травмі чи кризових станах. Формування навички тривалого перебування у стані спокою й щастя.

Учасники: працівники КЗ СОІППО, магістранти спеціальності 053 Психологія, практичні психологи.

23 КВІТНЯ 2020 РОКУ

РЕГІОНАЛЬНИЙ КРУГЛИЙ СТІЛ «ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ»

Модератор: *Вознюк Алла Вікторівна*, завідувач кафедри психології КЗ СОІППО, доктор психологічних наук, доцент.

Мета – обговорення актуальних питань та перспективних напрямів психологічної допомоги в умовах сьогодення.

Питання для обговорення:

1. Специфіка дистанційного навчання у підготовці практичних психологів в умовах ізоляції.

2. Особливості застосування сучасних технологій в різних галузях психологічної практики.

3. Перспективні напрями співпраці щодо впровадження сучасних технологій в практичну діяльність.

Тематичні виступи:

Карамушка Людмила Миколаївна, член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, заступник директора з науково-організаційної роботи та міжнародних наукових зв'язків Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, завідувачка лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

Особливості діяльності психологів освітніх організацій в період карантину.

Вознюк Алла Вікторівна, завідувач кафедри психології КЗ СОІППО, доктор психологічних наук, доцент.

Особливості надання психологічної допомоги сім'ї в умовах ізоляції.

Сняданко Ірина Ігорівна, доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри теоретичної та практичної психології НУ «Львівська політехніка».

Особливості організації дистанційної практики студентів спеціальності «Психологія» під час карантину.

Брюховецька Олександра Вікторівна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти».

Організаційно-просвітницький напрям організаційно-психологічного супроводу процесу формування професійної толерантності керівників закладів загальної середньої освіти.

Поплавська Анжеліка Петрівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Запорізького національного університету.

Специфіка дистанційного навчання у підготовці практичних психологів в умовах ізоляції.

Дзюба Тетяна Михайлівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка.

Авторитарна копінг-поведінка у професійних комунікаціях педагога: особливості загроз професійному здоров'ю.

Терещенко Кіра Володимирівна, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

Толерантність як детермінанта психологічного благополуччя особистості.

Лагодзінська Валентина Іванівна, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

Психологічні особливості творчості у становленні особистісної зрілості персоналу освітніх організацій як чинника психологічного здоров'я.

Чаусова Тетяна Володимирівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти», м. Київ

Використання арт-терапевтичних методів при подоланні стресу у студентів під час карантину.

Заїка Інна В'ячеславівна, старший викладач кафедри практичної психології Київського університету імені Бориса Грінченка

Психологічні умови подолання особистісної напруженості персоналу освітніх організацій.

Багдасарова Людмила Віталіївна, викладач кафедри педагогіки, психології та менеджменту, методист відділу практичної психології та соціальної роботи КНЗ Київської обласної ради «Київський обласний інституту післядипломної освіти педагогічних кадрів».

Психологічна допомога щодо самозбереження особистості в ситуації тривоги та паніки.

Чижиченко Наталія Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології КЗ СОШПО.

Технологія онлайн підготовки магістрів з навчальної дисципліни «Психологічне консультивання».

Чеканська Лариса Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології КЗ СОШПО.

Професійне вигорання у практичних психологів та його профілактика.

Гільова Лариса Леонідівна, старший викладач кафедри психології КЗСОШПО.

Прикладні аспекти концепції емоційного інтелекту Клода Штайнера.

Кулик Наталія Андріївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО.

Діяльність практичного психолога у нових умовах: виклики та завдання.

Сидоренко Ірина Валеріївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО.

Професійне вигорання педагогів: детермінанти, запобіжні заходи та стратегії подолання.

Троїцька Марина Євгенівна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО.

Криза та інші етапи розвитку: післякарантинний апгрейд.

Василега Ольга Юріївна, викладач кафедри психології КЗ СОШПО.

Особливості комунікативної компетентності педагога в умовах дистанційного навчання.

Презентація дистанційної форми навчання за спеціальністю 053 Психологія другого рівня вищої освіти ступеня «магістр» за допомогою служби Microsoft Teams service Office 365 плану А1, на який підписаний КЗ СОШПО.

Модератор: Вознюк Алла Вікторівна, завідувач кафедри психології КЗ СОШПО, доктор психологічних наук, доцент.

РОБОТА ОСВІТНЬО-ТРЕНІНГОВИХ МАЙДАНЧИКІВ

Дискусійна платформа «ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ»

Модератор: *Борцова Муза Володимирівна*, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО, член лабораторії інклюзивного та інтегрованого навчання.

Актуальність заняття. Українська система підготовки педагогічних кадрів постала перед проблемою перебудови структури професійної компетентності з огляду на оновлення ключових професійних компетенцій учителя. Запровадження сучасних моделей організації навчання, виховання і реабілітації дітей з особливими освітніми потребами потребує підготовки психолого-педагогічного персоналу закладів освіти. Особливі вимоги ставляться перед вчителем, який безпосередньо працює з дітьми з особливими освітніми потребами. Насамперед, це всебічне вивчення анамнезу дитини, розуміння її особливостей, знання закономірностей розвитку, вивчення психічних якостей, вміння спостерігати за дитиною та регулювати її навантаження, вміння адаптовувати навчальні плани та методики до специфічних потреб дітей, створювати оптимальні умови для спілкування та адаптації до соціального середовища.

Мета заняття. проаналізувати психологічні особливості дітей з особливими освітніми потребами.

Очікувані результати: здійснити теоретичний аналіз вітчизняних та закордонних досліджень, що розкривають особливості розвитку інклюзивного підходу як пріоритетного напрямку розвитку національних систем дошкільної та шкільної освіти; проаналізувати особливості розвитку, навчання та виховання дітей з особливими освітніми потребами; спрямувати творчі здібності педагога в напрямку здобуття нових знань через власну ініціативу та активність; сприяти активному обговоренню поставленої проблеми, висловленню думок.

Учасники: слухачі курсів підвищення кваліфікації учителів фізичної культури.

Майстер-клас
«ОСОБИСТА СИЛА ТА ЕМОЦІЙНА РЕГУЛЯЦІЯ
ПЕДАГОГА У ЧАСИ СОЦІАЛЬНОЇ ІЗОЛЬОВАНОСТІ».

Модератор: *Гільова Лариса Леонідівна*, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО, практичний психолог, психотерапевт, базовий тренер Вісбаденської Академії Позитивної психотерапії, голова Сумського представництва Українського Інституту Позитивної крос-культурної психотерапії.

Актуальність заняття. Кризові часи характеризуються втратами набутих особистісних програм для повсякденного та професійного життя і, одночасно, несуть можливості для самовдосконалення та активізації потенційних здібностей і власних ресурсів особистості. Щоденне накопичення психо-емоційного напруження в умовах соціальної ізольованості потребує підвищення емоційної компетентності педагогічних працівників та уважного турботливого ставлення до підтримки та збереження здорової емоційності у собі. Саме такий підхід об'єктивує необхідність удосконалення методів профілактики та попередження емоційної спустошеності і втрати власних енергетичних ресурсів особистості.

Мета заняття. Ознайомлення учасників зі змістом поняття психологічне здоров'я особистості, визначення його центральних характеристик: саморегуляція та підтримка активного динамічного балансу. Розкриття особливостей емоційної саморегуляції, усвідомлення характерних способів реагування у ситуаціях напруження. Оволодіння технологією емоційної самопомоги у проблемних ситуаціях повсякденного та професійного життя.

Учасники: слухачі курсів підвищення кваліфікації вихователі гуртків ЗВО, ЗПТО.

Психологічний практикум
«АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК СПОСІБ ВІДНАЙТИ РЕСУРС»

Модератор: *Чижиченко Наталія Миколаївна*, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології КЗ СОШПО, практичний психолог.

Ведуча: *Куц Наталія Олексіївна*, практичний психолог, учасниця навчального проекту з гештальт-підходу у психотерапії.

Актуальність практикуму. Тривога – це природне почуття і як будь-яке почуття є закономірною відповіддю на виклик середовища. Тривога як передчуття небезпеки, невизначене почуття занепокоєння найчастіше виявляється в очікуванні якої-небудь події, яку важко прогнозувати і яка може загрожувати своїми неприємними наслідками. З іншого боку, тривога пов'язана з інстинктом самозбереження, допомагає людині уникати ситуацій, що загрожують її життю або здоров'ю, і мотивує шукати оптимальний вихід з них. Це універсальний механізм виживання. Як же справлятися з тривогою? Існує безліч способів та методик. На сьогоднішній день арт-терапія активно використовується в роботі з тривогою. У вузькому значенні слова, під арт-терапією зазвичай мається на увазі терапія образотворчим мистецтвом, яка має на меті впливати на психоемоційний стан людини. При використанні творчого процесу можна розібратися з якимись проблемами, побачити ресурси. Головна мета арт-терапії полягає в гармонізації психічного стану через розвиток здатності самовираження і самопізнання.

Мета практикуму. Ознайомлення з арт-терапевтичними техніками для покращення психо-емоційного стану. Вміння застосовувати арт-терапевтичні техніки при будь-яких несприятливих факторах та емоційному напруженні. Формування навички тривалого перебування у стані спокою та гармонії.

Учасники: працівники КЗ СОІППО, магістранти спеціальності 053 Психологія, практичні психологи.

24 КВІТНЯ 2020 РОКУ

Психологічний практикум «РЕСУРСНО-ОРІЄНТОВАНА ТЕХНОЛОГІЯ ЗІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЖИТТЄВОГО БАЛАНСУ ОСОБИСТОСТІ У МЕТОДІ ПОЗИТИВНОЇ ТРАНС-КУЛЬТУРНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ»

Модератор: *Гільова Лариса Леонідівна*, старший викладач кафедри психології КЗ СОІППО, практичний психолог, психотерапевт, базовий тренер Вісбаденської Академії Позитивної психотерапії, голова Сумського представництва Українського Інституту Позитивної крос-культурної психотерапії.

Актуальність заняття. Діяльність керівника гуртка соціо-культурного напрямку є спеціальністю, в якій знаходять поєднання комплексу здібностей особистості: комунікативних, організаційних здібностей, харизматичності, артистизму, гарного естетичного смаку, емоційного здоров'я та саморегульованості. Основний предмет діяльності керівника гуртка соціо-культурного напрямку – викликати цікавість, захопити увагу, надихнути вихованця на формування культурних цінностей, збереження здорових традицій та створення естетики краси, гармонії у житті дітей.

Мета заняття. Розвиток емоційної грамотності (емоційної компетентності) як умови збереження психологічного здоров'я.

Очікувані результати. Оволодіння навичками самопомоги в складних ситуаціях повсякденного та професійного життя: визнавати та відреагувати безпечно емоції, як для себе, так і для оточуючих; ознайомлення з технологіями підвищення емоційної стійкості керівника гуртка; створення власної стратегії збереження життєвих ресурсів.

Учасники: слухачі курсів підвищення кваліфікації керівники гуртків соціо-культурного напрямку.

Майстер-клас «ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ У ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ТА ЙОГО ПРОФІЛАКТИКА»

Модератор: *Чеканська Лариса Миколаївна*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології КЗ СОШПО.

Актуальність заняття. Інтенсивний соціальний, економічний і культурний розвиток сучасного українського суспільства істотно підвищує вимоги, що висуваються до освітян, зокрема практичних психологів, діяльність яких спрямована на всебічний розвиток особистості дитини, створення оптимальних умов для розкриття й реалізації її потенційних можливостей, здібностей та потреб. Професійна діяльність через перенасиченість її стресогенними факторами вимагає від фахівця потужних резервів самовпорядкування і саме тому, вона належить до найбільш напружених в емоційному плані видів праці. Одним із негативних наслідків довготривалого професійного стресу є синдром професійного вигорання.

Мета заняття. розкрити сутність та теоретичні основи професійного вигорання; ознайомити з техніками збереження та зміцнення здоров'я та навчити використовувати техніки саморегуляції у професійній діяльності практичного психолога.

Очікувані результати. ознайомлення з сутністю поняття «професійного вигорання» та усвідомлення причин його розвитку; висвітлення шляхів профілактики синдрому професійного вигорання; заохочення до відновлення власного здоров'я.

Учасники: студенти спеціальності 053 Психологія КЗ СОШПО.

Психологічний практикум «РЕАКЦІЯ НА СТРЕС. ТІЛЕСНИЙ СЦЕНАРІЙ»

Модератор: *Вознюк Алла Вікторівна*, завідувач кафедри психології КЗ СОШПО, доктор психологічних наук, доцент, голова Сумського осередку Української Асоціації організаційних психологів та психологів праці.

Ведуча: *Клочко-Макаренко Оксана Сергіївна*, медичний психолог Сумського обласного центру соціально-психологічної допомоги та Сумського обласного клінічного госпіталю ветеранів війни.

Актуальність практикуму. Стрес – це реакція організму на подразнення, де подразником є ситуація. Більшість людей часто перебувають під впливом стресу. У невеликих кількостях стрес може бути «позитивним». Але надмірний стрес – «токсичний» і може вплинути на поведінку людини, її працездатність, здоров'я, взаємини з оточенням. Активізація поведінки людини при стресі може бути адекватною або неадекватною рішенням задачі виходу із стресогеної ситуації, завдання запобігання несприятливій дії стресора. Таким чином, психологічний захист – це окремий випадок стратегії поведінки, що є водночас і адаптаційним механізмом психічної саморегуляції в конфліктній ситуації. Вибір адаптаційних захисних механізмів залежить від особливостей актуального психічного стану особи. Психічні захисти покликані забезпечити психічну рівновагу суб'єкта, знизити рівень тривоги, напруження.

Мета практикуму: Визначити як і звідки виникають наші емоції. Чому ми реагуємо саме так а не інакше.

Учасники: працівники КЗ СОШПО, магістранти спеціальності 053 Психологія, практичні психологи.

25 КВІТНЯ 2020 РОКУ

**Інтерактивне заняття з елементами тренінгу
«ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА СІМ'Ї
У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ»**

Модератор: *Вознюк Алла Вікторівна*, завідувач кафедри психології КЗ СОШПО, доктор психологічних наук, доцент, обласний координатор та регіональний тренер Всеукраїнського проекту «Розвиток соціальної згуртованості суб'єктів освітнього процесу».

Актуальність заняття. Головним інститутом виховання особистості дитини є сім'я. Все, що людина набуває в сім'ї в дитячі роки, вона зберігає та використовує протягом усього подальшого життя. Головна роль у догляді й розвитку повноцінної особистості дитини істотно належить батькам, яким у переважній більшості бракує відповідних знань та навичок відповідального батьківства. На сучасному етапі розвитку суспільства трансформація ролевих відносин у суспільстві, зміна соціально-психологічного статусу сучасних чоловіків і жінок призвели до підвищення значущості позасімейних цінностей: освіти, кар'єри, матеріальних благ, досягнення високого соціального статусу та ін., що отримало своє відображення на зниженні рівня мотивації та готовності батьків до виконання батьківських обов'язків.

Мета заняття: Визначення сутності поняття «відповідальне батьківство». Розкриття особливостей взаємодії членів сім'ї в у кризових ситуаціях. Визначення та систематизація основних правил, які допоможуть досягти компромісу в сім'ї під час самоізоляції. Розробка основних порад батькам для налагодження конструктивної взаємодії з дітьми в кризових ситуаціях.

Учасники: студенти спеціальності 053 Психологія КЗ СОШПО.

**Психологічний практикум
«РОЗМОВА З ДУШЕЮ»**

Модератор: *Чижиченко Наталія Миколаївна*, доцент кафедри психології КЗ СОШПО, кандидат психологічних наук, практичний психолог.

Ведуча: *Маркус Аліна Олександрівна*, практикуючий коуч, студентка спеціальності 053 Психологія КЗ СОШПО.

Актуальність практикуму. У середині кожного з нас є конфлікти в які ми боїмося подивитися. І тоді ми приймаємо рішення сховати почуття якнайглибше і жити далі. Але в якийсь момент вони починають з'їдати нас зсередини і призводять до стану душевного болю і туги. Розглянемо цей стан відчаю, як початок шляху до себе, до близькості зі своєю душею та почати процес відновлення чесних відносин зі своїм внутрішнім світом.

Мета практикуму. Зрозуміти, звідки приходить стан відчаю. Побачити потужний ресурс у депресивному стані. Отримати інструменти для глибокої розмови зі своєю душею та ефективного і безпечного проживання негативних емоцій.

Учасники: працівники КЗ СОШПО, магістранти спеціальності 053 Психологія, практичні психологи.

26 КВІТНЯ 2020 РОКУ

Інтерактивне заняття з елементами тренінгу «ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТОДІВ У ГРУПОВІЙ ПСИХОКОРЕКЦІЇ»

Модератор: Кулик Наталія Андріївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО.

Актуальність заняття. В сучасних умовах життєдіяльність людини все частіше супроводжується викликами, що можуть призвести до стресових станів, травматичних переживань, дезадаптації до нових умов життя. Професійна діяльність практичного психолога наповнена різними напрямками роботи. Однією із важливих компетенцій практичного психолога є вміння використовувати різні методи та техніки у роботі з клієнтами.

Мета заняття. Визначення сутності поняття «арт-терапія», її основних завдань та функцій у груповій психокорекції. Розуміння механізмів психологічної корекційної дії при арт-терапії. Напрацювання навичок використання різних арт-терапевтичних технік, технологій та методів у діяльності практичного психолога.

Очікувані результати. Отримання теоретичних знань з теми «Використання арт-терапевтичних методів у груповій психокорекції» та вміння використовувати їх у практичній діяльності.

Учасники: студенти спеціальності 053 Психологія КЗ СОШПО.

Психологічний практикум
«ЯК ПЕРЕСТАТИ БОЯТИСЯ І ПОЧАТИ
ЖИТИ ПО-НОВОМУ»

Модератор: Кулик Наталія Андріївна, старший викладач кафедри психології КЗ СОШПО.

Ведуча: Білан Тетяна Володимирівна, лікар, гештальт-терапевт, керівник центру розвитку людини «Новий Старт», автор освітніх психологічних програм і курсів, організатор фестивалю особистісного зростання і розвитку людини «Феєрія Успіху», експерт телепроєкту «Весілля на 100 000».

Актуальність практикуму. В сучасних умовах життєдіяльності людини страх настільки поширене психологічне явище, що воно не потребує пояснень, кожний його знає з власного досвіду. Існування страху зумовлене біологічно, адже страх – це одна з умов існування високоорганізованих організмів. Страх як нормальна реакція адаптації чи відповідь на безпосередню небезпеку, конфлікт або стрес. Щоб перемогти страх, важливо: вміти відрізнити його від інших психічних станів, знати його ознаки та різновиди; усвідомлювати як страхи пливають на здоров'я та життєдіяльність людини; розуміти як перестати боятися і потрібно боротися зі страхами; навчитися перемагати, позбавлятися або керувати власними страхами.

Мета практикуму. Визначення сутності поняття «страх», ознак та різновидів. Аналіз основних передумов виникнення страху. Страх і агресивність: уникати або нападати? Отримання розуміння як перестати боятися і потрібно боротися зі страхами. Вміння перемагати, позбавлятися або керувати страхами. Формування навички самодопомоги у стані страху.

Учасники: працівники КЗ СОШПО, магістранти спеціальності 053 Психологія, практичні психологи.

ЗМІСТ ТЕМАТИЧНИХ НАПРЯМІВ ФОРУМУ

Тематичний напрям 1 **Професійні аспекти психологічної допомоги** **в різних напрямках практичної діяльності**

Бабкова Яна Володимирівна, практичний психолог Конотопського навчально-виховного комплексу: загальноосвітньої школи I ступеня – дошкільного навчального закладу

Особливості психологічної допомоги дорослим з хронічною психотравмою

Бобровицька Любов Вікторівна, практичний психолог Свеської спеціалізованої школи I-III ступенів №1 Ямпільського району Сумської області

Психологічна допомога щодо попередження насилля в сім'ї

Волкова Тетяна Альбертівна, практичний психолог Сумської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 27 Сумської області

Психологічне консультування клієнтів з панічними атаками

Галигіна Людмила Олександрівна, практичний психолог Роменської загальноосвітньої школи I-II ступенів № 6 м. Ромни Сумської області

Діагностика міжособистісних стосунків та зв'язків у сім'ї методами арт-терапії

Гордієнко Альона Сергіївна, практичний психолог Рябушківського навчально-виховного комплексу: загальноосвітня школа I-III ст. – заклад дошкільної освіти Лебединського району

Сутність та передумови виникнення стресу у стані напруженості

Доценко Олена Іванівна, практичний психолог Вільненського навчально-виховного комплексу Великописарівської районної ради Сумської області

Психологічна допомога людині в складних життєвих ситуаціях

Калениченко Алла Миколаївна, практичний психолог Комунального неприбуткового підприємства Сумської обласної ради «Обласна клінічна спеціалізована лікарня»

Формування навичок спілкування з людьми, які проявляють агресію

Люта Олена Василівна, практичний психолог кабінету екстреної психологічної допомоги «Телефон довіри» Комунального неприбуткового підприємства «Обласний клінічний медичний центр соціально небезпечних захворювань» Сумської області

Основні принципи та особливості роботи служби «Телефон довіри»

Петренко Юлія Володимирівна, практичний психолог КУ «Шосткинський навчально-виховний комплекс: спеціалізована школа I-II ступенів-ліцей Шосткинської міської ради Сумської області»

Психологічний стрес, його ознаки у дітей та дорослих

Погорілко Світлана Василівна, практичний психолог Бацманівського навчально-виховного комплексу Роменського району Сумської області

Психологічна допомога людині в стані стресу

Сидоренко Крістіна Геннадіївна, практичний психолог Комунальної організації (установа, заклад) «Шосткинський навчально-виховний комплекс: загальноосвітня школа I-III ступенів № 6 – дошкільний навчальний заклад ім. Героя Радянського Союзу Колодко М.О. Шосткинської міської ради Сумської області» м. Шостка, Сумської області

Психологічна допомога військовослужбовцям при психотравмі

Терещенко Кіра Володимирівна, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

Толерантність як детермінанта психологічного благополуччя особистості

Тематичний напрям 2

Особливості надання психологічної допомоги педагогам

Василега Ольга Юріївна, викладач кафедри психології
Комунального закладу Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти

*Психологічна допомога учасникам освітнього процесу щодо
розвитку їх комунікативної компетентності*

Войтечко Світлана Миколаївна, практичний психолог
Підліпненської загальноосвітньої школи I - III ступенів
Конотопської міської ради Сумської області

*Стрес та стресостійкість у професійній діяльності
педагогічних працівників*

Данилевська Наталія Михайлівна, практичний психолог
Басівської загальноосвітньої школи I-III ступенів Сумської
районної ради Сумської області

Профілактика професійного стресу у педагогів

Дзюба Тетяна Михайлівна, кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри практичної психології Полтавського
національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка.

*Авторитарна копінг-поведінка у професійних комунікаціях
педагога: особливості загроз професійному здоров'ю.*

Кучмєєва Наталія Іванівна, викладач фортепіано КЗ СРР –
Садівська ДШМ, магістрантка спеціальності 053 Психологія
Комунального закладу Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти

*Профілактика та попередження професійного вигорання у
викладачів дитячих мистецьких навчальних закладів*

Лагодзінська Валентина Іванівна, кандидат психологічних
наук, старший науковий співробітник лабораторії організаційної та
соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка
НАПН України, м. Київ

Психологічні особливості творчості у становленні особистісної зрілості персоналу освітніх організацій як чинника психологічного здоров'я

Обравит Олена Миколаївна, практичний психолог Токарівської загальноосвітньої школи I-III ступенів Бездрицької сільської ради Сумського району, Сумської області

Психологічна допомога учасникам освітнього процесу в ситуаціях булінгу

Первова Ірина Олександрівна, практичний психолог Комунальної установи Музична школа естетичного виховання Позашкільний навчальний заклад м. Станиця-Луганська, Луганської обл.

Особливості професійного вигорання у педагогічних працівників

Рощупкіна Тетяна Сергіївна, практичний психолог Комунальної установи Сумської спеціалізованої школи №7 I-III ступенів імені Максима Савченка Сумської міської ради

Стратегії виходу з конфліктних ситуацій в педагогічному колективі

Семич Наталія Володимирівна, практичний психолог Великобубнівського ДНЗ «Центр розвитку дитини «Берізка» Роменського району Сумської області

Стресостійкість як важлива риса особистості майбутнього педагога

Сидоренко Ірина Валеріївна, старший викладач кафедри психології Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Професійне вигорання педагогів: детермінанти, запобіжні заходи та стратегії подолання

Чирва Леонід, магістрант спеціальності 053 Психологія Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Аналіз психологічних чинників розвитку професійної адаптації молодого працівника МВС

Тематичний напрям 3

Специфіка надання психологічної допомоги дітям

Босак Юлія Володимирівна, практичний психолог Лікарського навчально-виховного комплексу «Загальноосвітня школа І – ІІІ ступенів – дошкільний навчальний заклад» Миколаївської сільської ради Сумського району Сумської області

Вплив стресу на успішність навчання учнів молодшого шкільного віку

Гоч Наталія Володимирівна, практичний психолог Чернечинського навчально-виховного комплексу ЗОШ І-ІІІ ступенів - заклад дошкільної освіти Краснопільської селищної ради Сумської області

Особливості прояву психологічного стресу у підлітків

Денда Оксана Миколаївна, практичний психолог Пустовійтівської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів імені Петра Калнишевського

Стрес та стресостійкість у школярів випускних класів

Захарченко Марина Григорівна, практичний психолог Комунальної установи Сумська спеціалізована школа І ступеня №30 «Унікум» Сумської міської ради

Психологічна допомога учням молодшого шкільного віку, які постраждали від булінгу

Калусенко Марина Олексіївна, практичний психолог Буринської СШ І-ІІІ ступенів №2 ім. Ю.М. Лавошника Буринської міської ради Сумської області

Психологічна допомога учням в стані стресу

Левенко Наталія Сергіївна, практичний психолог Охтирського міського центру позашкільної освіти – Мала академія наук учнівської молоді Охтирської міської ради Сумської області

Психологічна допомога дітям та підліткам, що зазнали насильства

Литвиненко Катерина Анатоліївна, практичний психолог Державного навчального закладу «Глухівське вище професійне училище» м. Глухів Сумської області

Використання здоров'язберігаючих технологій у роботі з учнями з особливими освітніми потребами

Ломова Юлія Миколаївна, практичний психолог Білківської загальноосвітньої школи I-III ступенів Тростянецької районної ради Сумської області

Особливості попередження міжособистісних труднощів у спілкуванні підлітків

Рибка Євгенія Анатоліївна, практичний психолог Роменського районного центру дитячої та юнацької творчості Сумської області

Особливості зниження рівня тривожності у дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії

Федоренко Ірина Леонідівна, практичний психолог Кролевецької ЗОШ I-III ступенів №2 ім. М.О. Лукаша Кролевецької міської ради Сумської області

Особливості корекції страхів у дітей молодшого підліткового віку засобами пісочної терапії

Федько Сергій Миколайович, практичний психолог Роменського фахового коледжу Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана Сумської області

Ознаки і причини інтернет-залежності у підлітків

Ховріна Лариса Олександрівна, практичний психолог Некомерційного підприємства «Сумська дитяча клінічна лікарня Святої Зінаїди» Сумської міської ради Сумської області

Емоційні порушення у дітей молодшого шкільного віку

Чечель Світлана Петрівна, практичний психолог опорного закладу «Кролевецький лицей №3» Кролевецької міської ради м. Кролевець Кролевецької ОТГ Сумської області

Підвищення стресостійкості у підлітків методами саморегуляції

Чорний Олександр Іванович, практичний психолог Косівщинського закладу загальної середньої освіти I-III ступенів імені Лесі Українки Сумської районної ради Сумської області

Вплив самооцінки на стан психологічної рівноваги у підлітків

Шаповалова Тетяна Володимирівна, практичний психолог Рижівського навчально-виховного комплексу: загальноосвітня школа I – III ступенів – дошкільний навчальний заклад Білопільської міської ради Сумської області

Особливості прояву креативності у підлітковому віці

Тематичний напрям 4

Особливості надання психологічної допомоги в умовах ізоляції

Вознюк Алла Вікторівна, доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Психологічна допомога сім'ї в умовах ізоляції

Лопатіна Наталія Геннадіївна, магістрантка спеціальності 053 Психологія Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Шляхи відновлення ресурсного стану під час карантину

Панченко Світлана Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент, проректор Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, **Бікетова Світлана Віталіївна**, магістрантка спеціальності 053 Психологія Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Психологічні особливості карантинного періоду

Панченко Світлана Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент, проректор Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, **Коваль Марина Сергіївна**, магістрантка спеціальності 053 Психологія Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Проблема домашнього насильства: психологічна допомога у ході обмежувальних заходів під час карантину

Панченко Світлана Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент, проректор Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, **Пилипенко Надія Миколаївна**, магістрантка спеціальності 053 Психологія Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Психологічна допомога особистості в умовах карантину

Панченко Світлана Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент, проректор Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, **Чала Інна Олександрівна**, магістрантка спеціальності 053 Психологія Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Збереження психологічного здоров'я під час самоізоляції: дієві техніки самодопомоги

Троїцька Марина Євгенівна, старший викладач кафедри психології Комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Проблема психологічної травматизації особистості під час карантину