

ЗАТВЕРДЖЕНО
Головою правління ГО «ТВОЇ КРОКИ»
Словік О.М.
від 03 листопада 2025 р.

Програма підвищення кваліфікації практичних психологів та психолого-педагогічних працівників

*Програма відповідає: постанові КМУ від 21.08.2019 №800 зі змінами,
внесеними згідно з постановою КМ №1133 від 27.12.2019*

Форма освітньої послуги: онлайн-навчання

Вид підвищення кваліфікації: тренінги

Форма підвищення кваліфікації: онлайн-навчання

Розробники: команда авторів ГО «ТВОЇ КРОКИ».

Спікер(-ка): Людмила Панчук, практичний психолог, психотерапевт, профалер-верифікатор.

Назва: Чому ви не можете піти, хоча вам погано.

Мета: Розкрити глибокі психологічні механізми, від когнітивного дисонансу до травматичних зв'язків, які змушують розумних людей залишатися в об'єктивно поганих ситуаціях.

Напрями підвищення кваліфікації:

Комунікативні навички в психологічному консультуванні та терапії: Тренінги з активного слухання, встановлення рапорту та ефективної комунікації. Майстер-класи з технік надання зворотного зв'язку та роботи зі складними комунікаціями. Навчання з невербальної комунікації та її інтерпретації., Розвиток емпатії та співчуття: Тренінги з розвитку емоційного інтелекту та емпатичної чутливості. Практичні вправи на розуміння та віддзеркалення емоцій клієнта. Навчання технік самоспівчуття як ресурсу для психолога., Критичне мислення та аналіз в психологічній практиці: Семінари з методології наукових досліджень в психології. Навчання з аналізу клінічних випадків та інтерпретації наукових даних. Тренінги з розвитку логічного мислення та прийняття обґрунтованих рішень., Психологічне консультування: Навчання конкретних технік та підходів у консультуванні (наприклад, когнітивно-поведінкове консультування, емоційно-фокусоване консультування). Спеціалізовані програми з консультування в кризових ситуаціях, консультування пар, сімейне консультування., Психотерапія: Поглиблені навчальні програми з різних напрямів психотерапії (наприклад, психоаналіз, гештальт-терапія, КПТ, EMDR). Інтенсивні семінари та воркшопи з конкретних терапевтичних технік. Групова та індивідуальна супервізія в обраному напрямі психотерапії., Психологічна профілактика: Розробка та оцінка ефективності профілактичних програм у різних сферах (освіта, охорона здоров'я, робоче середовище). Навчання методів просвітницької роботи та формування здорового способу життя.

Зміст:

На лекції ми розберемо, чому сила волі не допомагає вийти з руйнівних стосунків, і що насправді утримує нас у психологічній пастці.

Ви дізнаєтесь:

Чому це не про "слабкість", а про глибокі механізми психіки.

Як працюють когнітивний дисонанс і травматичний зв'язок, що змушують виправдовувати погане ставлення.

Як дитячі сценарії змушують нас обирати знайомий біль.

З яких практичних кроків почати, щоб розірвати цей цикл.

Результат: Перестанете звинувачувати себе і зрозумієте, як почати діяти.

Види діяльності:

Тренінг - 1.00

Обсяг програми/курсу: 1 год (1 кредиту ЕКТС)

Загальні компетентності вчительства за професійним стандартом:

ЗК 04. Особистісна та навчальна компетентність - здатність до професійного розвитку, навчання протягом життя.

Професійні компетентності вчительства за професійним стандартом:

A3. Емпатія та співчуття, A4. Міжособистісна компетентність, A6. Навички критичного мислення та аналізу, B2. Консультативна компетентність, B3. Психотерапевтична компетентність, B8. Кризова інтервенція

Строки виконання програми: постійно.

Цільова аудиторія: Асистент, Викладач, Вихователь, Вчитель, Директор, Завідувач, Методист, Практичний психолог, Психолог

Вартість освітньої послуги: 150 грн

Очікувані результати: Після лекції ви зможете:

Зрозуміти, чому "сила волі" не працює в таких ситуаціях, і які саме психологічні механізми (когнітивний дисонанс, травматичний зв'язок) створюють відчуття пастки.

Перестати звинувачувати себе у "слабкості" чи "нерішучості", усвідомивши, що ваша реакція є нормальною для ненормальних обставин.

Отримати чіткий набір "червоних прапорців" для розпізнавання токсичних патернів у стосунках та інших життєвих ситуаціях.

Сформулювати перші практичні кроки для виходу з руйнівного циклу, сфокусовані на відновленні довіри до себе та своїх відчуттів

Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації: Сертифікат про підвищення кваліфікації.

Після успішного завершення виконання програми підвищення кваліфікації учасники отримують сертифікат підвищення кваліфікації, який можна перевірити за посиланням: prostir.tvoikroky.com/check