

НАВЧАЛЬНА ВІДЕОТЕКА

(на допомогу фахівцям психологічної служби системи освіти)

Фахівцям психологічної служби корисним для підвищення майстерності буде переглянути відеовебіари підготовлені та проведені відділом наукового та навчально-методичного забезпечення змісту позашкільної освіти та виховної роботи ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» у співпраці з ГО «Ла Страда-Україна» за підтримки Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ). Цикл заходів для фахівців/фахівчинь психологічної служби освіти створено з метою надання ефективної першої психологічної допомоги, оволодіння технологією кризового консультування, терапії під час переживання втрати, відновлення психолога після роботи з учасниками освітнього процесу, які проживають горе.

Перелік відеовебіарів за темами:

1. «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» (17.03.2022). Спікеркою заходу виступила Наталія Сабліна, кандидатка психологічних наук, психологиня, психотерапевтка, керівниця Тренінгового Центру Наталії Сабліної.

У заході розглянуто питання: 1) хто потребує та коли потрібно надавати першу психологічну допомогу; 2) де можна надавати першу психологічну допомогу; 3) етика надання першої психологічної допомоги; 4) принципи екстреної психологічної допомоги; 5) алгоритм надання першої психологічної допомоги.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/mj0iRXkjGR8>

2. «Як говорити з дитиною про війну. Техніки психологічної допомоги дитині»(22.03.2022). Спікеркою заходу була Іванна Гриців, практична психологиня, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На заході були розглянути такі питання: 1) реакції дітей на стресову ситуацію; 2) перша ментальна допомога дитині у стресовій ситуації; 3) принципи реагування в кризовій ситуації; 4) практики стійкості.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

https://youtu.be/l_a1NBhztOs

3. «Кризове консультування для фахівців психологічної служби освіти в Україні» (24.03.2022). Спікеркою заходу була Валентина Буковська, представниця ГО «MentalhealthService», координаторка проєктів,

психологиня, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі були розглянуті такі питання: 1) етапи надання психосоціальної допомоги; 2) основні етапи першої психологічної допомоги; 3) реакція психіки та нервової системи на травмуючу подію; 4) кризова інтервенція (модель BASIS); 5) технології та етапи кризової інтервенції.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням

<https://youtu.be/N2H9Ly7aOnE>

4. «Кризове консультування для фахівців психологічної служби освіти в Україні. Частина 2» (29.03.2022). Спікерка заходу Валентина Буковська, представниця ГО «MentalhealthService», координаторка проєктів, психологиня, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна», висвітлила такі питання: умови кризового консультування під час воєнних дій; дебрифінг (за Дж. Мітчелом) як метод роботи з особами, які постраждали від воєнних дій; багатовимірна модель внутрішньої стійкості BASIS PH; кризові інтервенції: особливості, технології та етапи; майндфулнес – орієнтована протидія стресу (MBSR).

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням

https://youtu.be/UyHUK_FFBA0

5. «Базові основи формування резилієнс (життестійкості) у дітей» (31.03.2022). Спікеркою заходу була Тетяна Войцях, психологиня, арт-терапевтка, тренерка та медіаторка Національної медіаторської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі було розглянуто такі питання: 1) поняття резилієнс; важливі умови та роль закладів освіти у формуванні резилієнс у дітей; 2) класифікація травматичних подій; 3) фактори, які впливають на інтенсивність стрес-реакції; 4) особливості реакції на стрес в екстремальних травматичних умовах; 5) завдання заходів із психосоціальної підтримки та психічного здоров'я; 6) основні фактори та ресурси розвитку резилієнс у дітей; 6) способи педагогічного спілкування та їх вплив на формування безпечного освітнього середовища.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/Js8DXaEbNwY>

6. «Резилієнс і травма. Практика організації роботи в закладі освіти з дитиною, яка пережила травмуючу подію» (05.04.2022). Спікеркою заходу була Тетяна Войцях, психологиня, арт-терапевтка, тренерка та медіаторка Національної медіаторської мережі ГО «Ла Страда-Україна». На вебінарі були розглянуті такі питання: 1) підходи до надання допомоги людям у надзвичайних ситуаціях; 2) вікові особливості реакцій дітей на травмуючі події; 3) перебіг травматичного досвіду; 4) ризики формування або закріплення девіантної поведінки; 5) як дорослі можуть захистити дітей від руйнівних наслідків надзвичайних ситуацій; 6) базове ставлення педагога до дитини, яка пережила травмуючу подію; 7) вправи та техніки, спрямовані на розвиток складових резилієнс.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/wEP1j8xNFkw>

7. «Практичні вправи та техніки для дітей при психотравмуючій події» (07.04.2022). Спікеркою заходу була Вікторія Мельничук, завідувачка сектору соціально-педагогічної роботи відділу наукового та навчально-методичного забезпечення змісту позашкільної освіти та виховної роботи ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Дихальні техніки для зняття стресу та панічних атак.
- ✓ Тілесні техніки боротьби зі стресом для дітей.
- ✓ Вправи на зняття психоемоційного напруження.
- ✓ Види арт-терапії, як способу зцілення за допомогою творчого самовираження.
- ✓ Робота з природними матеріалами. Виготовлення аплікацій. Робота з пластиліном, солоним тістом.
- ✓ Вправи для релаксації та нормалізації самопочуття.
- ✓ Ресурси для релаксу, які сприяють покращенню настрою.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/geMAvkBR2K8>

8. «Арт методики в кризових інтервенціях з дітьми». Спікеркою заходу була Валентина Буковська, представниця ГО «MentalhealthService», координаторка проєктів, психологиня, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Особливості поведінки людини в кризових і надзвичайних ситуаціях.
- ✓ Концепції світосприйняття людиною до травми та після травми.
- ✓ Арт-терапевтичні методи роботи на етапі надання ППД та кризові інтервенції.
- ✓ Види арт-терапії. Особливості роботи з матеріалами.
- ✓ Арт-терапія як засіб подолання психічних травм у дітей та підлітків.
- ✓ Форми арт-терапії в роботі з підлітками.
- ✓ Арт терапевтичні методи в роботі з травмою.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/-232e6-GYBs>

9. На допомогу фахівцям психологічної служби системи освіти України 19 квітня 2022 року відбувся дев'ятий вебінар «Як надавати психологічну допомогу і залишатися в ресурсі». Спікеркою заходу була Наталія Сабліна, кандидатка психологічних наук, психологиня, психотерапевтка, керівниця Тренінгового Центру Наталії Сабліної, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На заході були розглянуті наступні питання:

- ✓ Надання першої психологічної допомоги.
- ✓ Діагностичні техніки при роботі з дітьми, які постраждали від воєнних дій.
- ✓ Робота з травмою і горем.
- ✓ Колесо життєвого балансу.
- ✓ Як стежити за своїм ресурсним станом?
- ✓ Способи створення ресурсного стану.
- ✓ Кроки для підтримання емоційної стабільності.
- ✓ Медитативні практики.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/n2cMi1nxaQQ>

10. 21 квітня 2022 року проведено десятий вебінар «Тіло та емоції як інструменти допомоги в роботі фахівців психологічної служби у системі освіти України». Спікеркою заходу була Ольга Міненко, психологиня, інтерперсональна консультантка, краніосакральна терапевтка.

На заході були розглянуті наступні питання:

- ✓ Нейробиологічне розуміння тілесно-емоційних проявів людини.
- ✓ Стрес та тривога як феномени людської природи.

- ✓ Емоційна грамотність в роботі фахівців психологічної служби.
- ✓ Базові емоції та їх фізіологічне відображення в тілі.
- ✓ Техніки самодопомоги та нормалізації стану фахівця та клієнта.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/c4GWujlaC0Q>

11.26 квітня 2022 року проведено одинадцятий вебінар «Психосоматичні розлади та емоції нашого тіла у дні війни: як допомогти дитині. Арт-техніки та вправи». Спікеркою заходу була Наталія Сабліна, кандидатка психологічних наук, психологиня, психотерапевтка, керівниця Тренінгового Центру Наталії Сабліної, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На заході були розглянуті наступні питання:

- ✓ Психосоматика та психосоматичні розлади.
- ✓ Емоції тіла у дні війни.
- ✓ Емоції, пов'язані з війною, та емоції під час війни.
- ✓ Використання арт-технік, як способу зцілення.
- ✓ Вправи при роботі з дітьми, які постраждали від воєнних дій.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/hu4lW90C7zQ>

12.28 квітня 2022 року відбувся дванадцятий вебінар «Надання психосоціальної підтримки учасникам освітнього процесу в період військових подій. Практичний досвід Луганської області». Спікери – Віта Байдик, завідувачка кафедри управління освітою Луганської обласного інституту післядипломної педагогічної освіти, кандидатка психологічних наук, тренерка, медіаторка Національної тренерської, медіаторської мереж ГО «Ла Страда-Україна»; Людмила Романенко, психологиня, тренерка, керівниця Центру психосоціальної реабілітації НаУКМА м. Гірське Луганської області.

На заході були розглянуті наступні питання:

- ✓ Надання психосоціальної підтримки учасникам освітнього процесу в період військових подій.
- ✓ Яким чином вибудовувати психологічну підтримку в закладах освіти?
- ✓ Практичний досвід Луганської області.
- ✓ Пріоритетні напрями та форми роботи з учасниками освітнього процесу.
- ✓ Рівні психологічної допомоги під час війни.
- ✓ Специфіка роботи фахівців психологічної служби в умовах воєнних дій.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

https://youtu.be/0_Cpl3QrgYI

13.03 травня 2022 року проведено тринадцятий вебінар «Поняття психології травми». Спікеркою заходу була Валентина Буковська, представниця ГО «MentalhealthService», координаторка проєктів, психологиня, тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Поняття про психічну травму.
- ✓ Чинник психологічної травми.
- ✓ Внутрішнє (фізіологічне) вираження психологічної травми.
- ✓ Алгоритм травматичної конверсії.
- ✓ Психологія травмуючих ситуацій.
- ✓ Травмуюча ситуація та її психологічні наслідки.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/IuQyszcequQ>

14.05 травня 2022 року проведено чотирнадцятий вебінар «Експрес-техніки зняття психоемоційного напруження». Спікеркою заходу була Олена Черниш, психологиня у галузі розвитку емоційного інтелекту, корекції невротичних порушень, наслідків психологічної травми та проблем розвитку особистості, АРТ-терапевтка.

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Короткий аналіз ситуації в Україні: як проявляються сьогодні наслідки стресів у дітей і дорослих.
- ✓ Прогноз щодо впливу стресу на здоров'я у найближчій перспективі.
- ✓ Елементи просторової деконцентрації базових емоцій як основа внутрішнього психоемоційного балансу.
- ✓ Зняття динамічного і тонічного напруження в тілі.
- ✓ Просторові психорезонансні техніки при тривожних і панічних станах.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

https://youtu.be/Gx_J86bTajo

15.10 травня 2022 року відбувся п'ятнадцятий вебінар «Психосоматика у дітей та дорослих» для фахівців психологічної служби у системі освіти України. Спікер заходу: Олена Черниш, психологиня у галузі розвитку емоційного інтелекту, корекції невротичних порушень, наслідків психологічної травми та проблем розвитку особистості, АРТ-терапевтка.

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Поняття психосоматичних порушень.
- ✓ Символізм і причини порушень.
- ✓ Механізми виникнення психосоматичних порушень.
- ✓ Невротичне порушення і тривожні стани.
- ✓ Правила взаємодії з клієнтом і організаційні аспекти.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

https://youtu.be/1AW_wFjF4uQ

16.12 травня 2022 року відбувся шістнадцятий вебінар «Стрес. Травма. Діти: перші кроки допомоги». Спікеркою заходу була Тетяна Войцях, психологиня, арт-терапевтка, тренерка та медіаторка Національної медіаторської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Поняття стресу.
- ✓ Поняття травми.
- ✓ Класифікація травматичних подій.
- ✓ Фактори, які впливають на інтенсивність стресу.
- ✓ Особливості реакції на стрес в екстремальних травматичних умовах.
- ✓ Перші кроки допомоги дітям при стресі та травмуючій події.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/GRkfNqvToxM>

Запису сімнадцятого вебінару щодо роботи з депресивними станами не було з технічних причин.

17.19 травня 2022 року відбувся вісімнадцятий вебінар «Протидія та реагування на випадки насильства над дітьми в умовах дистанційного навчання в період війни». Спікеркою заходу була Вікторія Мельничук, завідувачка сектору соціально-педагогічної роботи відділу наукового та навчально-методичного забезпечення змісту позашкільної освіти та виховної роботи ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», тренерка Національної тренерської мережі ГО «Ла Страда-Україна».

На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Актуальність домашнього насильства в умовах дистанційного навчання в період війни.
- ✓ Ідентифікація та самоідентифікація випадків насильства щодо дітей, з особливою увагою до домашнього насильства, в умовах дистанційного навчання в період війни.

- ✓ Алгоритми реагування педагогічних працівників та перенаправлення дітей, постраждалих від насильства, з особливою увагою до домашнього насильства, в умовах дистанційного навчання в період війни.
- ✓ Статистичні дані Національної гарячої лінії ГО «Ла Страда-Україна» щодо скоєння випадків насильства за період війни.
- ✓ Нормативно-правова документація щодо запобігання та протидії домашньому насильству.
- ✓ Роль педагога в реагуванні на випадки насильства над дітьми.
- ✓ Рекомендації щодо алгоритму дій дитини в ситуації домашнього насильства в умовах дистанційного навчання в період війни.
- ✓ Корисні ресурси та інформація щодо гарячих ліній для постраждалих від домашнього насильства.

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/bgZP2qUIIKs>

18.24 травня 2022 року відбувся дев'ятнадцятий вебінар ««Дозволь собі бути щасливим» для фахівців психологічної служби у системі освіти України. Спікер заходу: Олена Черниш, психологиня у галузі розвитку емоційного інтелекту, корекції невротичних порушень, наслідків психологічної травми та проблем розвитку особистості, АРТ-терапевтка. На вебінарі були розглянуті такі питання:

- ✓ Розуміння щастя з точки зору психології і філософії.
- ✓ Портрет щасливої людини.
- ✓ Прості кроки до щастя.
- ✓ «Чарівні» практики.
- ✓ Техніка «Мій щасливий простір».

Матеріали вебінару можна переглянути за покликанням:

<https://youtu.be/F0vuS2vnf28>

19. Для фахівців також буде важливо розуміти підходи Ізраїльських фахівців у наданні першої психологічної допомоги. Вкрай корисним буде перегляд відеотренінгу: «Методи реагування під час надзвичайних ситуацій для фахівців із надання екстреної допомоги». Спікер з Ізраїлю, фахівець медицини Моше Фархі.

Матеріали відеотренінгу можна переглянути за покликанням:

https://telhai-ac-il.zoom.us/rec/play/UmAQ8qVEZdLv7yfUAKaYp6LTbgM9p7X1OO0Pl9xRbnC39I8S0w7RIqVK57ZLaUfVUr3TII7oFhHQ0YU.E3kNkH99cpi3Y61p?continueMode=true&_x_zm_rtaid=zuoJetCtR-KNDvqoLmPn

[Sg.1650351524555.0e8e6e4b532326b8df093db39d2e7a11&_x_zm_rhtaid=247](#)

МЕТОДИЧНІ ПОСІБНИКИ, МАТЕРІАЛИ

1. Перша психологічна допомога : посібник для працівників на місцях. — Київ : Унів. видав ПУЛЬСАРИ, 2017. — 64 с. : http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/1_0665/44615/9786176150787-ukr.pdf?sequence=72
2. Навчально-методичний посібник «Розбудова миру. Профілактика і вирішення конфлікту з використанням медіації: соціально-педагогічний аспект». — [Навч.- метод. посібник] / К.: ФОП Стеценко В.В. — 2016 http://www.lastrada.org.ua/ucp_mod_library_showcate_gory_65.html
3. Електронний курс «Вирішую конфлікти та будує мир навколо себе <https://bit.ly/390Sqxf>
4. Запобігання та протидія домашнього насильства: діяльність закладів освіти. Навчально-методичний посібник/Андреєнкова В.Л., Байдик В.В., Войцях Т.В., Калашник О.А. та ін. — К.: ФОП Нічого С.О. — 2020. — 196с <https://lastrada.org.ua/download/zapobigannya-taprotidyia-proyavam-nasylstva-diyalnizhazkladiv-osvity-navchalno-metodychnyposibnyk>
5. Комплект освітніх програм «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Базові навички медіації». — К.: — 2018. <https://bit.ly/32AKTTK> 34 – 140 с.
6. Навчальний відеоролик «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Медіація однолітків» <https://youtu.be/TqkbmYA0suI>
7. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. / Андреєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. — К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. — 132 с. <https://bit.ly/2PsZ3AR>
8. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник. — К. : Агентство «Україна». — 2015. — 96 с. <https://lastrada.org.ua/download/sotsialnopedagogichna-ta-psyhologichnadopomoga-simm-z-ditmy-v-periodvijskovogo-konfliktu-v-ukrayini>
9. 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 СтрадаУкраїна», 2014. — 84 с. <https://lastrada.org.ua/download/sotsialnopedagogichna-ta-psyhologichna-robo-ta-zditmy-u-konfliktnyj-ta-postkonfliktnyjperiod-metodychni-rekomendatsiyi>
10. Соціально-педагогічні основи захисту прав людини, протидії торгівлі людьми та експлуатації дітей: навч.- метод. посіб. / За заг. ред. К.Б. Левченко, Л.Г. Ковальчук. — 2- ге вид., доповн. і переробл. — ТОВ «Агентство «Україна». — К.: 2016. — 368 с.

<https://lastrada.org.ua/download/sotsialnopedagogichni-osnovy-zahystu-pravlyudyny-protydiyi-torgivli-lyudmy-taekspluatatsiyi-ditej>

11. Створення системи служб порозуміння для впровадження медіації за принципом «рівний рівному/рівна-рівній» та вирішення конфліктів мирним шляхом у закладах освіти. – К.: ФОП Нічога С.О.. – 2018. – 174 с. <https://bit.ly/37XOBrr>

12. Всесвітня організація охорони здоров'я. (2021). Важливі навички в періоди стресу: ілюстроване керівництво. Європейський регіональний офіс Всесвітньої організації охорони здоров'я. 126 с.

<file:///C:/Users/Administrator/Downloads/WHO-EURO-2021-361-40096-56774-ukr.pdf>

13. Перша психологічна допомога: посібник фасилітатора з орієнтації працівників на місцях. — Київ : Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. — 104 с. : іл. https://app.mhpss.net/?get=245/psychological-first-aid_facilitators-manual-fororienting-fieldworkers_ukrainian_eversion.pdf