

ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Школа професійного розвитку

Інформаційна картка
освітньої програми професійного розвитку

Назва освітньої програми професійного розвитку	ПСИХОЕМОЦІЙНА ПІДТРИМКА В УМОВАХ ВІЙНИ: НАВЧАННЯ ТЕХНІК ЗЦІЛЕННЯ
Мета освітньої програми	Цей навчальний курс для тих, хто хоче: - розуміння потреб викладачів і здобувачів щодо отримання психологічної підтримки в сучасних умовах; - формувати вміння самоаналізу, самоконтролю над негативними емоційними проявами; - оволодіти методами релаксації, спрямованими на зменшення страху і стану підвищеної тривожності в емоційно травмуючій ситуації; - розвивати емпатійні якості, створення умов для опрацювання учасниками власних проблемних зон та переживання щоденності власних проблем
Розробник освітньої програми	керівниця соціально-психологічної служби ХДУ - Доманчук Д.С.
Цільова аудиторія	науково-педагогічні працівники, співробітники відділів і служб, усі охочі
Форма навчання	дистанційна (синхронна / асинхронна)
Обсяг	1 кредит (30 годин)
Термін навчання	27–31 січня 2025 року
Параметри підключення	https://zoom.us/j/7738093415?pwd=K1o3K1pnSjNNelhleHdSdGREQT M5QT09 Meeting ID: 773 809 3415 Passcode: 411
Вид контролю	<u>Залік</u> : наявність сертифікатів за результатами проходження навчання

Розклад навчальної сесії

Дата	Час проведення	Вид активності	Тема	Модератори
24 січня 2025 року п'ятниця	14.00-15.00	Настановна зустріч	Мотиваційне вступне слово, знайомство з курсом, видами робіт	Співаковський О.В. Омельчук С.А. керівники програм
27 січня 2025 року понеділок	11.40 –13.40	Тренінг	Вступна частина , знайомство з учниками та правилами тренінгових заянь	Доманчук Д.С.
	17.20 –19.00	Тренінг	Вступна частина , знайомство з учниками та правилами тренінгових заянь	Доманчук Д.С.
28 січня 2025 року вівторок	11.40 –13.20	Тренінг	Робота з психоемоційними станами та релаксаційними техніками	Доманчук Д.С.
	14.00 –16.00	Тренінг	Робота з психоемоційними станами та релаксаційними техніками	Доманчук Д.С.
29 січня 2025 року середа	11.40 –13.20	Тренінг	Інтрузивні картинки/образи, переживання та сни	Доманчук Д.С.
	14.00 –16.00	Тренінг	Інтрузивні картинки/образи, переживання та сни	Доманчук Д.С.
30 січня 2025 року четвер	11.40 –13.20	Методика арт-терапії	Подолання негативних подій	Доманчук Д.С.
	14.00 –16.00	Методика арт-терапії	Подолання негативних подій	Доманчук Д.С.
31 січня 2025 року п'ятниця	11.40 –13.20	ЗАЛІК Надання ресурсних технік для самодопомоги		Доманчук Д.С.
	14.00 –16.00			