

ЗАТВЕРДЖЕНО
Рішенням ННЦ розвитку
персоналу та лідерства
від 24. 02. 2025 р. (протокол № 2)

ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
науково-педагогічних працівників
РОЗВИТОК SOFT SKILLS РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ В МІНЛИВИХ УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

1.1. Загальна інформація		
Повна назва структурного підрозділу Університету		Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
Вид підвищення кваліфікації		Варіативна частина системи ПК
Обсяг програми		1 кредит ЄКТС (30 год)
Форма підвищення кваліфікації		Наживо
Місце виконання програми підвищення кваліфікації		Навчальний корпус № 1 (вул. Левка Лук'яненка, 13-Б) Навчальний корпус № 2 (бул. Ігоря Шамо, 18/2)
Кількість учасників у групі:	- мінімальна	15
	- максимальна	20
Мова(и) викладання		українська
Тип документа про підвищення кваліфікації		Сертифікат про підвищення кваліфікації
Посилання на вебсайт, де розміщено опис програми підвищення кваліфікації		https://kubg.edu.ua/struktura/pidrozdili/nmts-rozvytku-kultury-liderstva/osnovni-napriamy-diialnosti.html
1.2. Мета програми підвищення кваліфікації		
Розвинути значущі soft skills (м'які / гнучкі) резильєнтності як здатність чинити опір стресам у мінливих і надзвичайно екстремальних ситуаціях сьогодення; навички самодопомоги; здатність до адаптації, що позитивно впливатиме на психоемоційний стан викладача		
1.3. Характеристика програми підвищення кваліфікації		
Зміст програми:		Тема 1: ФЕНОМЕН РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК НЕОБХІННА ЛІДЕРСЬКА ГНУЧКА НАВИЧКА ВИКЛАДАЧА 1. Психоедукація поняття soft skills резильєнтності. 2. Види стресових ситуацій та чинники, які їх викликають. 3. Прийоми формування soft skills резильєнтності на основі навичок самодопомоги. 4. Техніки самодопомоги (дихання, тілесно-орієнтовані, арттехніки). 5. Самостійна робота. Самодопомога для покращення психоемоційного стану. Позитивне подолання проблем. Техніка «Сходінки страху». Тема 2: РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ SOFT SKILLS РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ В КРИЗОВИХ УМОВАХ 1. Прийоми застосування soft skills резильєнтності в кризових умовах сьогодення. 2. Стратегії позитивного впливу на психоемоційний стан викладача. 3. Розвиток емпатійного реагування на стреси інших. Вправи на відображення та розуміння емоцій інших. Підсумкова атестація: моделювання soft skills резильєнтності для розвитку лідерських якостей та життєстійкості викладача.

Розподіл годин за видами діяльності	Аудиторна робота: 14 год Самостійна робота: 12 год Контрольні заходи – рефлексія досвіду: 4 год
Оцінювання та атестація	Атестація (зараховано/не зараховано)
1.4. Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться	
Загальні: ЗК.02. Володіння навичками критичного мислення ЗК.03. Володіння комунікативними навичками, здатність проявляти емпатію ЗК.06. Здатність до особистісного і професійного розвитку ЗК.08. Здатність застосовувати кращі практики у професійній діяльності ЗК.12. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо Професійні (відповідно до Профілю викладача Університету Грінченка): - професійне самовдосконалення - розуміння поняття soft skills резильєнтності освітнього лідера - креативність у використанні soft skills резильєнтності/стресостійкості в професійній діяльності викладача - високий рівень розвитку емоційного інтелекту	
1.5. Результати навчання	
- побудова креативних процесів набуття soft skills резильєнтності як психологічного інструментарію для розвитку м'яких / гнучких навичок здатності чинити опір стресам, подолання стресових подій та кризових ситуацій - використання різних прийомів та технік постановки цілей, розуміння, як розвивати здатність розробляти реалістичні плани, стратегії та втілювати їх у життя - аналіз наявних зовнішніх та внутрішніх ресурсів особистої «системи підтримки»: глибоких і змістовних стосунків із близькими людьми, з собою, а також навколишнім середовищем – природою для досягнення цілей - розвиток емоційного інтелекту, асертивності, як здатності адекватно реагувати на критику, відстоювати себе та вміння рішуче говорити собі та іншим «ні», не ображаючи та не порушуючи гідності інших людей - використання soft skills резильєнтності / стресостійкості в професійній діяльності викладача	
1.6. Ресурсне забезпечення реалізації програми	
Кадрове забезпечення	Світлана ЖОРОВА, викладач кафедри психології особистості та соціальних практик Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Матеріально-технічне забезпечення	Тренінгова аудиторія, інтерактивна дошка, фліпчарт, канцтовари
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Інформаційно-навчальні матеріали, презентація

Завідувач ННЦ розвитку персоналу та лідерства



Світлана ВАСИЛЕНКО

Погоджено:

Проректор з наукової роботи
та міжнародної діяльності

Голова Вченої ради Університету




Наталія ВІННИКОВА