«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Директор ТОВ
«Академія інноваційного розвитку освіти»
«04» березня 2026 р.
_____Олена_ГРОМСЬКА

Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників закладів освіти

POSİTUM – ВИХОВАННЯ: ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ ПРИНЦИПИ В ОСВІТІ ТА БАТЬКІВСТВІ

Розробники освітньої програми підвищення кваліфікації педагогічних кадрів: ТОВ «Академія інноваційного розвитку освіти» (Громська О. І., директор «Академія інноваційного розвитку освіти»); **Слободян Ольга Миколаївна,** психотерапевт – сертифікація в методі Позитивна транскультурна психотерапія Н.Пезешкіана (більше 8000 год. практики). Стаж роботи практичним психологом в закладах освіти – 18 років, практичний психолог вищої кваліфікаційної категорії (на час роботи в освіті). Психолог InterContinental Kyiv.

Член Всесвітньої Асоціації Позитивної Психотерапії (WAPP), Української Асоціації Позитивної Психотерапії (УАПП) та Української Спілки Психотерапевтів (УСП).

Напрям підвищення кваліфікації: психосоціальна підтримка і травмаінформоване навчання здобувачів освіти в другому циклі базової середньої освіти (базове предметне навчання).

Розроблено на основі типової програми підвищення кваліфікації (вказати вихідні дані): Типова програма підвищення кваліфікації вчителів закладів загальної середньої освіти, які впроваджують новий Державний стандарт базової середньої освіти (наказ МОН від 12.10.2022 № 904).

Термін дії програми: 04.03.26 до 04.03.2031 року.

Рецензенти:

- майстер-тренерка з позитивної психотерапії Всесвітньої асоціації позитивної та транскультуральної психотерапії та Українського інституту позитивної психотерапії Н.Босовська;
- вчитель вищої категорії, старший вчитель, педагог-організатор вищої категорії СЗШ 50 м.Львова, сертифікований психотерапевт у методі ППТ П.Бачинський.

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми: курс «Positum - виховання» спрямований на формування у батьків та педагогів цілісного бачення розвитку дитини через призму тілесних, емоційних і духовно-смислових процесів. Програма поєднує знання психології розвитку, педагогіки та позитивної психотерапії, пропонуючи інструменти для розуміння дитячих проявів, сенситивних періодів, криз і симптомів з точки зору психодинамічної, ресурсоорієнтованої, гуманістичної позиції. Увага приділена впливу воєнного досвіду на психіку дітей, відновленню почуття безпеки, ресурсності й розвитку стійкості через осмислені дії дорослого. Курс має практичний формат і включає вправи, самооцінку актуальних здібностей і ресурсів, інформаційні ґайди для особистого користування.

Сучасні діти зростають у складному, травматизованому соціальному контексті, де війна, нестабільність і швидкі зміни середовища створюють додаткове психоемоційне навантаження. Традиційні педагогічні моделі часто не враховують тілесно-душевну цілісність дитини та її сенсові потреби. Курс «Positum - виховання» відповідає потребі українських освітян і батьків у сучасному, науково обґрунтованому, але людяному підході до виховання - такому, що базується на любові, безпеці, саморефлексії й відповідальності дорослого. Він інтегрує до освітнього процесу психотерапевтичні принципи, що є інноваційним аспектом у сфері освіти. Програма підтримує формування культури психологічної грамотності та профілактику емоційного вигорання педагогів і батьків.

Цільова група: педагогічні, педагогічно-наукові працівники та керівники закладів освіти; психологи; батьки. Освітня програма передбачає можливість подальшого розширення та поглиблення професійних знань, умінь, навичок педагогічних кадрів у системі неформальної та інформальної освіти.

Обсяг (тривалість): 30 годин (1 кредит ЄКТС).

Особливості реалізації програми:

- навчальні заняття за програмою проходять у формі вебінарів на платформі Zoom;
- навчально-методичне забезпечення програми представлено авторськими інструкціями та розробленими творчими завданнями.
- програма складається з 6 зустрічей / 15 годин (теорія) - 15 год (самоопрацювання), представлених у вигляді відео-лекцій

Форма (форми) підвищення кваліфікації: інституційна (дистанційна).

Мета програми: розширення у педагогів бачення та розуміння психіки дитини, що буде корисним педагогам як у роботі з дітьми, так і у ситуаціях, що стосуються роботи з батьками; формування цілісного, науково та терапевтично обґрунтованого розуміння розвитку дитини, її потреб, здібностей і симптомів на основі методології позитивної психотерапії та сучасної психології розвитку.

Завдання підвищення кваліфікації:

- ознайомити учасників із концепцією триєдиної природи людини (тіло-душа-дух) і моделлю балансу психіки;
- сформувати вміння розпізнавати й підтримувати первинні та вторинні актуальні здібності дитини в сенситивні періоди розвитку;
- розвинути навички аналізу дитячої поведінки через канали пізнання (тіло, інтелект, традиції, інтуїція) та вміння помічати їх блокування;
- ознайомити з транскультурною моделлю формування особистості та роллю сім'ї, школи й громади у становленні «Я» дитини;
- надати розуміння вікових криз як природних етапів розвитку та формувати адекватні реакції дорослих на дитячі зміни;
- надати розуміння про сепарацію та її значення у формуванні зрілості у дорослому віці;
- окреслити розуміння про соціальні потреби і способи актуалізації потенціалу для задоволення цих потреб;
- навчити розпізнавати дитячі симптоми як сигнали внутрішніх конфліктів, а не як «проблемну поведінку», і формувати підтримувальні стратегії;
- поглибити усвідомлення впливу війни та травматичного досвіду на дитячу психіку й розробити ресурсоорієнтовані підходи до виховання в кризових умовах;
- дати загальне розуміння порушень у розвитку та алгоритму подальших дій при виявленні.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:

- Б1 Психологічна компетентність
- Б1 Здатність використовувати стратегії роботи зі здобувачами освіти, які сприяють розвитку їхньої позитивної самооцінки, я-ідентичності
- Б2 Емоційно – етична компетентність
- Б 2.1 Здатність усвідомлювати ососбисті відчуття, почуття, емоції, потреби та емоційні стани інших учасників освітнього процесу, керувати власними емоційними станами

Очікувані результати підвищення кваліфікації

Знання:

✓ концепція триєдиної природи людини і модель балансу психіки за Н.Пезешканом;

✓ первинні та вторинні актуальні здібності дитини в сенситивні періоди розвитку;

✓ канали пізнання психіки за Н.Пезешкіаном;

✓ транскультурна модель формування особистості;

✓ вікові кризи розвитку;

✓ сепарація \ індивідуація та їх значення у формуванні зрілості у дорослому віці;

✓ соціальні потреби у дітей;

✓ дати загальне розуміння порушень у розвитку та алгоритму подальших дій при виявленні.

Уміння (навички):

● практичні навички роботи з особистістю дитини з урахуванням психотерапевтичних принципів;

● практичні навички у розумінні себе за допомогою вправ та методик самопізнання у процесі взаємодії з учнями та вихованцями;

● навички комунікації з дітьми під час організації освітнього процесу в умовах воєнного стану.

Система та критерії оцінювання результатів підвищення кваліфікації:

● навчальні заняття в синхронному режимі при дистанційній формі навчання проводяться з обов'язковою участю слухачів;

● самостійна робота передбачає опрацювання навчального матеріалу лекційних занять, підготовку до практичних занять, а також самостійне опрацювання додаткового матеріалу до окремих змістових модулів або тем у вільний від аудиторних занять час;

● в кінці курсу проводиться контрольне тестування знань, що складається з 16 запитань; правильна відповідь на запитання оцінюються в 5 балів; максимальна кількість балів, що її може отримати учасник курсу - 90 балів; прохідним балом для отримання сертифікату про підвищення кваліфікації вважається - 40 балів.

Документ про підсумки підвищення кваліфікації: сертифікат про підвищення кваліфікації, який буде видано слухачам за результатами виконання програми.

Вартість – 1200 грн.

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Програмою передбачено інтерактивні лекційні заняття з практичними завданнями та діагностичними опитувальниками. Особливістю практичних завдань є їх спрямованість на розвиток саморефлексії у учасників стосовно вивчення власних внутрішніх конфліктів задля кращої взаємодії з вихованцями. Окремі практичні саморефлексивні вправи орієнтовані для самоопрацювання

разом з повторенням теоретичного матеріалу, що додатково оформлений у вигляді інформаційних гайдів.

В програму включені окремі діагностичні шкали для вивчення власних поведінкових патернів з подальшою рефлексією впливу виявленого на вихованців.

Задля кращого засвоєння у програмі використано відеофрагменти з окремими науковими експериментами у сфері поведінкових наук. Також включено окремі виступи запрошених доповідачів - експретів з у своїй сфері, а саме:

1. Ольга Тімонова – вчитель математики та інформатики, директор Приватного закладу загальної середньої освіти І ступеня «Академія сучасної освіти» з поглибленим вивченням іноземних мов. На посаді директора 7 років. Педагогічний стаж 27 років

- Тема, що висвітлюється експертом - «Освітній трикутник у кризових умовах: школа - діти - батьки»;

2. Міла Гребенюк - клінічний психолог, нейропсихолог, старший викладач кафедри медичної психології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Читає курси лекцій з дорослої та дитячої клінічної нейропсихології, абілітації дітей на циклі спеціалізації «Клінічна психологія»

- Тема, що висвітлюється експертом – «Червоні прапорці у розвитку»

Навчально-тематичний план

Назва навчальних тем	Лекційні години	Самоопрацювання	Разом
Зустріч 1. Positum-бачення дитини: 1.1 Триєдина природа людини: тіло-душа-дух 1.2 Модель балансу психіки	3	1,5	4,5
Зустріч 2. Здібності психіки та сенситивність для розвитку: 2.1 Первинні й вторинні актуальні здібності 2.2 Вікові «вікна можливостей» і формування прив'язаності	3	1,5	4,5
Зустріч 3. Як дитина пізнає світ: 3.1 Чотири канали пізнання 3.2 Positum-готовність до школи	3	1,5	4,5
Зустріч 4. Формування Я: 4.1 Транскультурна модель особистості	3	1,5	4,5

4.2 Роль сім'ї, школи й громади у формуванні каркасу Я – експертна думка запрошеного спікера			
Зустріч 5. Вікові кризи: норма чи проблема: 5.1 Розвиткові кризи дитинства 5.2 «Заповітна сепарація» 5.3 Соціальні потреби дитини	3	1,5	4,5
Зустріч 6. Дитячі симптоми як сигнали: 6.1 Поведінка як мова дитячого досвіду 6.2 Дитинство під обстрілами: війна, травма, стійкість 6.3 Червоні прапорці у розвитку - експертна думка запрошеного спікера	3	1,5	4,5
Контрольне тестування	3		
		Разом годин:	30

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Зустріч 1. Positum-бачення дитини

1.1. Positum-бачення дитини

Дитина - це не «проект» дорослого, а самостійна істота, яка приходить у світ із власним потенціалом, здібностями і сенсом. Positum-підхід бачить дитину через призму триєдиної природи - тіла, душі й духу. Тіло - це основа, де проявляються інстинкти, рух, відчуття безпеки. Душа - простір почуттів, прив'язаностей і досвіду любові. Дух - вектор смислу, здатність мріяти, творити, шукати істину. Завдання дорослого - не «виліпити» дитину під власні очікування, а допомогти їй відкрити свою внутрішню гармонію. Коли ми бачимо дитину цілісно, ми перестаємо оцінювати її лише через поведінку. Ми починаємо розуміти мову її тіла, емоцій, її пошуку сенсу. Positum-бачення виховання - це не контроль і корекція, а супровід, довіра й спільний розвиток. У центрі такого бачення - запитання: що зараз у дитини розвивається? що вона переживає? що прагне виразити? Дорослий стає не наглядачем, а свідком росту - людиною, яка вчиться поруч із дитиною, приймаючи її недосконалість як частину процесу формування.

1.2. Модель балансу психіки

Модель балансу у позитивній психотерапії описує гармонійне функціонування психіки як баланс інтересів, потреб, здібностей і сфер життя.

Вона допомагає побачити, що симптоми - це не вороги, а сигнали про дисбаланс. У дитини цей баланс особливо крихкий: надмір тиску в одній сфері (наприклад, інтелектуальній) може виснажити тілесну або емоційну частину. Через призму моделі балансу ми вчимося дивитися ширше: не лише «як дитина поводиться», а чому саме так; не лише «що вона робить не так», а яку потребу намагається задовольнити.
Коли дорослий розуміє структуру балансу, він починає бачити за поведінкою причину, а не просто наслідок. Це змінює стиль виховання: замість покарання з'являється підтримка, замість контролю - співучасть. Модель балансу психіки стає внутрішньою картою, що допомагає і дитині, і дорослому рухатися до гармонії, де кожна частина: тіло, почуття, думки, сенси - має право звучати та отримати свій розвиток.

Зустріч 2. Здібності психіки та сенситивність розвитку

2.1. Здібності психіки

У позитивній психотерапії ми виходимо з ідеї, що в кожної людини від народження є здібності - природні психічні якості, які можна розвивати або, навпаки, приглушити під тиском виховання й травм. Пезешкіан говорив, що психічне здоров'я - це не відсутність симптомів, а гармонія між актуальними здібностями.
Він розрізняв дві групи здібностей: первинні (любов, довіра, терпіння, надія…) та вторинні (надійність, чесність, порядок, справедливість…). Коли розвивають лише вторинні здібності, ігноруючи первинні, дитина росте функціональною, але емоційно спустошеною. Розуміння здібностей психіки допомагає дорослим виходити за межі поведінкової оцінки: не «чому дитина не слухається?», а «яку здібність зараз варто підтримати?». У кожному «симптомі» прихована здібність, що чекає на прийняття.

2.2. Сенситивність розвитку

Кожен період дитинства має свої сенситивні фази - час, коли певна здатність дозріває найактивніше. Якщо у цей період дитина отримує підтримку, її розвиток стає природним і гармонійним. Positum-підхід закликає дорослого бути спостерігачем природного дозрівання, а не архітектором досконалості. Коли ми бачимо дитину не через дефіцит, а через те, що зараз у ній росте, ми повертаємо вихованню сенс - не «виправити», а допомогти прорости. Іноді важливіше не навчати, а бути поруч, бо саме присутність, прийняття і любов створюють умови, в яких здібності дитини природно розкриваються.

Зустріч 3. Як дитина пізнає світ

3.1. Чотири канали пізнання

Кожна людина має чотири основні канали пізнання: тілесний, інтелектуальний, емоційно-контактний і інтуїтивний. Через них дитина сприймає світ, навчається, реагує. Тілесний канал - мова руху, дотиків, дихання. Інтелектуальний - мислення й аналіз. Контактний - почуття і близькість.

Інтуїтивний - уява, творчість, сенси. Коли розвивається лише один канал, гармонія втрачається. Завдання дорослого - допомогти дитині чути всі чотири канали, розвиваючи їх через гру, тілесність, емоції й уяву. Positum-підхід розглядає пізнання як процес відкриття світу в чотирьох вимірах, де кожен канал має свій темп і ритм.

3.2. Positum-готовність до школи

Positum-готовність до школи - це не лише знання, а внутрішня зрілість: тілесна, емоційна, соціальна, пізнавальна. Дитина готова тоді, коли її тіло витримує ритм, емоції можуть справлятися з помилками, є базова довіра й інтерес до світу. Якщо бракує первинних здібностей - любові, терпіння, довіри - інтелектуальні навички не мають ґрунту. Завдання дорослого - не «підготувати», а зберегти живість, цікавість і віру в себе. Дитина, яка не боїться помилитися, вже готова навчатися.

Зустріч 4. Формування Я

4.1. Формування Я (транскультурна модель особистості)

Positum-підхід бачить особистість як поєднання тілесного, психологічного, соціального і духовного рівнів. Транскультурна модель Носсрата Пезешкіана показує, що «Я» формується у взаємодії з культурою, сім'єю, школою, світом. Коли ми звужуємо «Я» дитини до лише наших норм, ми обмежуємо її душу. Коли підтримуємо відкритість і допитливість - вона росте без страху втратити себе. Здорове «Я» - не броня, а центр рівноваги, що дозволяє бути вільним і водночас пов'язаним.

4.2. Роль сім'ї, школи й громади

Дитина формує «Я», дивлячись у дзеркала дорослих. Сім'я дає досвід любові й меж, школа - соціального відгуку, громада - приналежності. Якщо в цих дзеркалах є прийняття, дитина відчуває: я цінна. Кожен дорослий, який бачить дитину, стає архітектором її внутрішнього дому. Сім'я, школа і громада - три опори, на яких тримається особистість.

Зустріч 5. Вікові кризи, сепарація і роль дитинства

5.1. Вікові кризи: норма чи проблема

Криза - не поломка, а момент росту. Вона свідчить, що психіка переходить на новий рівень. Positum-погляд вчить бачити за поведінкою розвиток нової здібності. У кожній кризі народжується нове «Я». Роль дорослого не гасити симптоми росту, а бути поруч і допомагати дитині витримати перехід.

5.2. Заповітна сепарація

Сепарація - процес відокремлення від батьків із любов'ю. Це дозвіл дитині жити своїм життям, не копіюючи дорослих. Здорове відокремлення - це перехід від злиття до діалогу. Бути самостійним, але не самотнім. Послання батьків: «Живи своїм шляхом» - стає основою зрілої любові.

5.3. Соціальні потреби та роль дитинства

Дитинство - не підготовка до життя, а його основа. У цей час формується довіра, самоцінність, приналежність. Positum-виховання повертає дитинству його священність: це простір, де формується здатність бути людиною. Роль дорослого створити середовище прийняття, де дитина має право на гру, участь, помилку і голос.

Зустріч 6. Дитячі симптоми як сигнали. Дитинство під обстрілами

6.1. Дитячі симптоми як сигнали

Симптоми - це мова душі, коли слова ще не доступні. Вони повідомляють про внутрішній конфлікт або потребу. Positum-підхід бачить у симптомі не проблему, а послання. Агресія - біль, замкнутість - захист, гіперактивність - спосіб вижити. Дорослий, який слухає симптом, стає свідком душі дитини, а не суддею її поведінки. Симптом - це початок діалогу, де біль нарешті може бути почутим.

6.2. Дитинство під обстрілами

Війна позбавила дітей стабільності, але не здатності любити. Дитина переживає війну через тіло, емоції, гру. Positum-підхід допомагає дорослому залишатись присутнім, не замикаючись у страху. Найкраща підтримка - бути поруч, визнавати біль, повертати контроль через ритуали й теплі стосунки. Дитина вчиться у дорослого не словами, а тим, як він витримує. Його стабільність стає тілом безпеки, у якому дитина може жити навіть серед хаосу.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ТА ІНФОРМАЦІЙНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. https://www.annadomina.com/studentam/pershodzherela/vikova-periodizaciya/
2. https://stud.com.ua/77868/psihologiya/teoriya_kognitivnogo_rozvitku_kontseptsiya_piazhe
3. Босовська Н. Статья “Стать взрослым” - електронна бібіліотека Української асоціації позитивної психотерапії
4. Клошинська О, Москаленко Л. Глосарій для перекладу ключових термінів Позитивної психотерапії (ППТ за Н. Пезешкіаном). - © Всесвітня Асоціація Позитивної та Транскультуральної психотерапії, 14 березня 2025 року
5. Москаленко Л. “Типологія особистості в позитивній психотерапії Н.Пезешкіана” - вебінар, 2020р.
6. Пезешкиан Н. В поисках смысла: психотерапия маленькими шагами - Киев: Издательство Ростислава Бурлаки ,2019
7. Пезешкиан Н.Позитивная семейная психотерапия: семья как терапевт - М.: Издательство Март, 1996.
8. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия - 2-е издание - М.: Институт позитивной психотерапии, 2006.

9. Пезешкиан Н. Тренинг разрешения конфликтов. Психотерапия повседневной жизни - 2-е издание - М.: Институт позитивной психотерапии, 2007.
10. Пезешкіан Н. Тренинг семейных отношений. 33 и 1 формы партнерства -Украина ТД - 2009
11. Слободян О. “Positum-гармонізація: 5 стадій до внутрішньої рівноваги” - Київ - “Ідея -Принт”, 2025
12. Тищенко М. Основи позитивної психотерапії. - Київ, ТОВ “Франко Пак”, 2025.