

Вид програми підвищення кваліфікації	Спецкурс
Назва програми підвищення кваліфікації	«Гнучкість: як стати більш адаптивним та успішним»
Автор(-и) / розробник(-и)	Просіна О.В. , кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри філософії і освіти дорослих
Категорія(-ї) слухачів	педагогічні, науково-педагогічні працівники та керівники закладів освіти
Мета програми	засвоєння теоретичних та практичних навичок розроблення прототипу освітнього проєкту
Коротка анотація змісту програми	Спецкурс розроблено з метою надання учасникам інструментів та стратегій для розвитку гнучкості як ключового елементу особистісного та професійного успіху. Курс спрямований на тих, хто прагне покращити свою здатність адаптуватися до змін, подолати виклики та досягати високих результатів у різних сферах життя. Основні напрямки курсу включають: вивчення концепції гнучкості як ключової компетенції, яка дозволяє ефективно пристосовуватися до нових умов та викликів; вправи та методи для зміцнення психологічної гнучкості, включаючи управління стресом, розвиток оптимізму та зміцнення емоційної стійкості; вивчення стратегій для ефективної адаптації до змін у робочому оточенні, розвитку лідерських якостей та побудови конструктивних відносин з колегами; освоєння методів гнучкого планування та встановлення цілей, що враховують невизначеність та можливі зміни у швидкозмінному світі; чіткість розвитку навичок спілкування та взаємодії, спрямованих на підтримку гнучкості в міжособистісних відносинах та досягнення спільних цілей; навчання в розгляді викликів як можливості для особистісного зростання та покращення навичок.
Обсяг програми	30,00 год / 1 кредит ЄКТС
Форма підвищення кваліфікації	очно-дистанційна
Перелік компетентностей, які передбачені програмою щодо розвитку / формування	Інтегральна, освітологічна, нормативно-правова, управлінська, науково-методична, соціально-психологічна, інноваційно-дослідницька, компетентність з інформальної освіти та професійно-особистісного розвитку, інформаційно-комунікаційна
Документ про підвищення кваліфікації, передбачений програмою	Сертифікат