

семінарів, науково-експериментальної діяльності, підвищення професійної компетентності бібліотечних фахівців, а також консолідація зусиль щодо промоції читання серед дітей і молоді;

- науково-методичний супровід упровадження бібліотечних інновацій, цифрових інструментів штучного інтелекту в роботу бібліотек закладів освіти.

Зважаючи на пріоритети, окреслені вище, та на основі зазначених актуальних напрямів роботи на 2024/2025 навчальний рік, **пропонуємо бібліотекарям закладів освіти:**

- активно працювати над підвищенням власної фахової майстерності (компетентності), ураховуючи трансінформаційні та історичні виклики сьогодення;
- реалізовувати систему взаємопов'язаних заходів щодо формування читацької грамотності, суголосну завданням Стратегії розвитку читання на 2023–2032 роки;
- продовжувати роботу з реорганізації та актуалізації бібліотечних фондів, а також застосування сучасних баз даних для належної організації дистанційних форм бібліотечної роботи та якісного інформаційного супроводу освітнього процесу.

Список використаних джерел

1. Стратегія розвитку читання на період до 2032 року «Читання як життєва стратегія» та затвердження операційного плану її реалізації на 2023–2025 роки : розпорядження від 3 березня 2023 р. № 190-р. *Урядовий портал* : [сайт]. URL : <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-skhvalennia-strategii-rozvytku-chytannia-na-period-do-2032-roku-chytannia-ia-k-zhyttieva-s190-30323> (дата перегляду 07.05.24).
2. Мамедова С. І. Застосування штучного інтелекту в бібліотеках у контексті цифрової трансформації суспільства // *Культурологічний альманах*. 2023. Вип. 4. С. 231–238. DOI: <https://doi.org/10.31392/cult.alm.2023.4.32>.
3. Промти для ChatGPT українською мовою: як правильно скласти запит?. *Навчальний Центр Prompt.Com.Ua*. : [сайт]. URL : <https://prompt.com.ua/promti-chatgpt-ukrainskoju/> (дата перегляду 07.05.24).
4. Закон про штучний інтелект: євродепутати ухвалили знаковий закон. *Новини. Європейський парламент*. URL : <https://www.europarl.europa.eu/news/en/press-room/20240308IPR19015/artificial-intelligence-act-meps-adopt-landmark-law> (дата перегляду 11.05.24).

Валентина ПОУЛЬ,

завідувач кафедри педагогіки і психології

Донецького ОІППО, кандидат психологічних наук, доцент

Катерина НІКІТЮК,

методист відділу розвитку особистості

Донецького ОІППО, викладач кафедри педагогіки і психології

ОСОБИСТІТЬ У КРИЗОВИХ ТА ПОСТКРИЗОВИХ УМОВАХ: ПІДТРИМКА, ВІДНОВЛЕННЯ, ДОБРОБУТ (для фахівців психологічної служби

та соціальних педагогів закладів освіти, навчально-реабілітаційних центрів)

Проблеми, які порушило широкомасштабне збройне вторгнення на територію нашої країни, містять не лише політичні, економічні та соціальні аспекти, а насамперед широке коло питань щодо збереження життєвих ресурсів особистості. Умови війни вкрай негативно впливають на загальний психолого-емоційний стан і взаємопов'язані з ним навчальні можливості та призвели до суттєвих психологічних втрат здобувачів освіти, які проявляються в депресії, зростанні страху, тривожності та стурбованості, втраті мотивації до навчання, апатії, розгубленості, неуважності тощо. Особливих втрат зазнала нестійка дитяча психіка [6].

Низку викликів для психологічної служби освіти, яка є необхідним компонентом системи освіти, зумовила російська агресія проти України, а саме:

- значне зростання чисельності учасників освітнього процесу, які отримали психологічні травми

- різного ступеня складності та потребують постійної психологічної підтримки й допомоги;
- дефіцит практичних психологів / послуг із психологічного супроводу з урахуванням збільшення кількості учасників освітнього процесу, які зазнали психологічних втрат;
 - недостатня обізнаність педагогів і батьків щодо психічного здоров'я [5; 8; 13; 15].

Метою діяльності психологічної служби системи освіти є збереження і зміцнення психічного, фізичного здоров'я та соціального добробуту всіх учасників освітнього процесу: вихованців, учнів, студентів, батьків (законних представників), педагогічних і науково-педагогічних працівників. У кризових та посткризових умовах *пріоритетне значення набувають такі завдання*: створення психологічно комфортного освітнього середовища, подолання психологічних втрат для надолуження навчальних втрат та розривів, забезпечення якісного освітнього процесу для всіх здобувачів освіти, надання підтримки всім педагогічним працівникам тощо [6; 8; 9; 12].

У своїй діяльності психологічна служба системи освіти України керується Конституцією України, законами України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про позашкільну освіту», «Про загальну середню освіту», «Про професійно-технічну освіту», «Про вищу освіту», Загальною декларацією прав людини, Конвенцією ООН «Про права дитини», концепцією «Нова українська школа». Для запровадження системного підходу в період кризи й формування спроможності та стійкості в майбутньому важливо керуватися чинною [нормативно-правовою базою](#), що постійно оновлюється та доповнюється (QR-код).



У «Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі» наголошується на з'ясуванні несприятливих обставин, що впливають на порушення психологічної безпеки учасників освітнього процесу задля забезпечення безпечного та комфортного середовища для дітей і дорослих у закладах освіти [12]. З цією метою при плануванні роботи важливо врахувати такі питання:

- здійснення *соціально-психологічного супроводу дітей, зокрема з інвалідністю* (регіональний план дій з реалізації Конвенції про права осіб з інвалідністю на період до 2025 року);
- *запобігання та протидія булінгу / кібербулінгу, домашньому насильству та насильству за ознакою статі, захисту прав осіб, які постраждали від такого насильства, торгівлі людьми* (регіональна програма розвитку сімейної, гендерної політики та протидії торгівлі людьми в Донецькій області на 2021–2025 роки);
- *надання психосоціальної підтримки учасникам освітнього процесу* (п. 7 протоколу засідання Міжвідомчої координаційної ради з питань охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок збройної агресії російської федерації проти України, від 10 травня 2023 року) тощо.

Грунтуючись на загальній меті – сприяння підтримці психічного здоров'я та психосоціального добробуту освітян та постраждалого населення, співробітниками кафедри педагогіки і психології Донецького ОІППО здійснено систему заходів із психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу: розроблено 9 програм та реалізовано підвищення кваліфікації фахівців психологічної служби, освітян різного фаху з питань охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги; створено онлайн-сторінку [Центру психологічної підтримки «ОСЕРЕДОК ПІДТРИМКИ, ТУРБОТИ ТА ЄДНАННЯ»](#) (QR-код), на якій розміщено ресурси для самостійного опрацювання ВПО; підготовлено [відеоролик «Стратегії психологічної підтримки в складних обставинах життя»](#)



Щорічно забезпечується організація та науково-методичний супровід I, II етапів Всеукраїнського конкурсу авторських програм практичних психологів та соціальних педагогів «Нові технології у новій школі». У 2023–2024 навчальному році в номінації «Корекційно-розвиткові програми» на розгляд журі конкурсу було подано 8 авторських програм. Рішенням фахового журі (наказ директора департаменту освіти і науки Донецької облдержадміністрації від 30.01.2024 року №14/163-24-ОД) переможцями конкурсу визначено: І місце – Слободянюк Тетяна Миколаївна, практичний психолог відділу методичної та психологічної роботи управління освіти Бахмутської



міської ради; Іваненко Анастасія Сергіївна, практичний психолог Бахмутської загальноосвітньої школи I–II ступенів № 4 Бахмутської міської ради Донецької області (програма «У гармонії з собою»); II місце – Ткаченко Катерина Олександрівна, практичний психолог Краматорського навчально-реабілітаційного центру «Гайок» Донецької облдержадміністрації (програма «Кольоровий світ у дитячих долоньках»); III місце – Гончарова Дар'я Вікторівна, практичний психолог Новоолександрівського навчально-виховного комплексу «Заклад загальної середньої освіти I–III ступенів – дитячий садок» Олександрівської селищної ради Донецької області (програма «Ранкові кола з психологом»). Для фахівців психологічної служби та соціальних педагогів закладів освіти, навчально-реабілітаційних центрів, консультантів і психологів ЦРППП на презентаційній сесії «Авторська програма практичного психолога / соціального педагога: від теорії до практики» автори кращих програм висвітлювали свої здобутки.

Для підвищення психологічної компетентності педагогічних працівників у межах постійно діючого семінару «Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу в контексті надолуження освітніх втрат» обговорюються питання запровадження психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу, психологічні аспекти партнерської взаємодії в контексті надолуження освітніх втрат та стратегії роботи з учнями, які сприяють розвитку їхньої позитивної самооцінки, я-ідентичності тощо.

В умовах воєнного стану постало питання підтримки та відновлення психологічного здоров'я педагогів, здобувачів освіти та їхніх батьків, що впливатиме на якість та ефективність освітнього процесу в новому навчальному році. Отже, важливе запровадження системи психолого-педагогічного супроводу, що спрямована на реалізацію таких завдань:

- своєчасне гнучке та мобільне реагування на потреби освітян у нових формах діяльності та професійного зростання в умовах воєнного стану, що впливають на зміну їхнього ставлення та стимулюють потребу в опануванні нових компетентностей;
- урахування актуальної потреби здобувачів освіти та вчителів у розвитку життєвих навичок адаптації, відновлення в нових умовах та організації групової динаміки в дистанційному освітньому процесі, що складає основу психосоціальної допомоги та самопомоги;
- формування навичок адаптації до змін у сучасному середовищі, адекватному реагуванню в несприятливих обставинах, ефективному вирішенню складних ситуацій, будові партнерської взаємодії та підтримки педагогів, дітей і батьків.

Розв'язання означених завдань *можливе лише за умов цілеспрямованого і послідовного дотримання принципів*, які дозволять створити освітній простір, чутливий до психічного здоров'я дітей та персоналу: *принцип зосередженості на потребах; принцип промоції; принцип превенції; принцип системності та сталості освітньої політики у сфері психічного здоров'я; принцип упровадження кращих, доказових практик; принцип компетентності* [4; 7; 14].

Для організації належного психологічного, соціально-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу працівникам психологічної служби важливо гармонійне поєднання ключових видів діяльності [11; 15], а саме:

діагностика – психологічне обстеження вихованців, учнів, студентів, їхніх груп та колективів; моніторинг змісту й умов індивідуального розвитку вихованців, учнів, студентів, визначення причин, що ускладнюють їхній розвиток та навчання;

корекція – здійснення психолого-медико-педагогічних заходів для усунення відхилень у психофізичному та інтелектуальному розвитку й поведінці, схильності до залежностей та правопорушень, подолання різних форм девіантної поведінки, формування соціально корисної життєвої перспективи;

реабілітація – надання психолого-педагогічної допомоги здобувачам освіти, які перебувають у кризовій ситуації (постраждали від соціальних, техногенних, природних катастроф, перенесли тяжкі хвороби, стреси, переселення, зазнали насильства тощо), для адаптації до умов навчання і життєдіяльності;

профілактика – своєчасне попередження відхилень у психофізичному розвитку та становленні особистості, міжособистісних стосунках, запобігання конфліктним ситуаціям в освітньому процесі;

прогностика – розробка й застосування моделей поведінки групи та



особистості в різних умовах, проектування змісту й напрямів індивідуального розвитку вихованців, учнів, студентів та складання на цій основі життєвих планів, визначення тенденцій розвитку груп та міжгрупових відносин.

У період війни важливо забезпечити комплексний і системний підхід до реалізації заходів, спрямованих на збереження і зміцнення психічного здоров'я учасників освітнього процесу. Ефективне планування визнається найважливішою умовою раціональної організації роботи. Звертаємо увагу, що Міністерство освіти і науки України рекомендує працівникам психологічної служби застосовувати у своїй діяльності методичні рекомендації, орієнтовні циклограми діяльності працівників психологічної служби закладів освіти різних типів, розроблені Українським науково-методичним центром практичної психології і соціальної роботи. Матеріали розміщено на сторінці Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти» за [покликанням](#) або QR-кодом.

Вагомого значення набуває посилення уваги фахівців психологічної служби щодо моніторингу маркерів посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР), попередження упередженого ставлення до осіб, які пережили кризові ситуації, та стигматизації в освітньому середовищі. Звертаємо увагу, що в осіб з ПТСР підмічається мимовільне повторюване інтенсивно-забарвлене емоційне переживання травматичної події, що викликає в них дистрес. Йдеться про флешбеки, під час яких людина діє або відчувається так, ніби подія повторюється; нічні жахи; тривожні інтрузивні образи, що виникають у свідомості мимоволі, або інші сенсорні враження від події. Нагадування про травматичну подію викликають сильний дистрес чи фізіологічні реакції. У здобувачів освіти симптоми можуть набувати форми повторного переживання досвіду, повторювальної гри або нічних жахів без усвідомлення змісту [1; 3; 15; 16]. За умови виявлення маркерів і припущення щодо ПТСР працівники психологічної служби під час надання допомоги учасникам освітнього процесу, які пережили травматичну подію, повинні поінформувати батьків чи опікунів про можливості розвитку ПТСР та зобов'язані перенаправити до фахівця з відповідною фаховою кваліфікацією. Відповідно до потреб педагогічних працівників та суб'єктів освіти, які проживають травматичний досвід у зв'язку із війною та вимушеною зміною місця проживання, співробітниками Донецького ОБЛІППО на волонтерських засадах організовано діяльність осередків психологічної просвіти: психологічна студія «HUMANITY: освітні пріоритети в умовах змін»; центр психологічної підтримки регіонального Освітнього хабу «Донеччина».

Створено телеграм-канал [«Спільнота фахівців психологічної служби Донеччини»](#). Запрошуємо фахівців доєднатися для обговорення актуальних питань і потреб.

Безперечно, робота в закладі освіти вирізняється значним обсягом зусиль, спрямованих на опрацювання різних за складністю та емоційно насиченою інтенсивністю ситуацій, що виникають під час навчання. У кризових та посткризових умовах професійна діяльність фахівців у галузі освіти пов'язана зі збільшенням обов'язків, відповідальності, темпу та складності завдань, які виконуються, тобто, працівники перебувають у стані посиленого довготривалого професійного стресу. Всесвітня організація охорони здоров'я визначає професійний стрес хворобою XXI століття, який притаманний будь-якій професії та набуває розмірів глобальної епідемії, серед стресорів якого зазначають такі чинники: хронічно напружена психоемоційна діяльність; необхідність зовнішньо проявляти емоції, які не відповідають реаліям; відсутність чи нестача соціальної підтримки з боку колег і керівництва; неможливість впливати на ухвалення рішень; неоднозначні (навіть несумісні) вимоги до праці; постійний ризик знецінення результатів роботи; надмірне навантаження; невизначена тривалість робочого часу; конкуренція; мобінг; конфлікт між роботою та особистим життям; невпевненість у надійності свого соціального становища; відсутність (або номінальна наявність) вихідних, відпусток [2].

Під тиском хронічних стресорів, що пов'язані з професійною діяльністю, у людини виникає особливий стан – синдром професійного вигорання, який вражає переважно найактивніших і найдіяльніших фахівців. Нехтування власним психічним здоров'ям (психологічною безпекою, здоров'ям і добробутом), ігнорування стресорів і маркерів впливу стресу на організм прискорює розгортання синдрому професійного вигорання, провокує виникнення хвороб, а також знижує можливість дорослих турбуватись як про себе, так і про потреби дітей, які пережили кризові події [1; 8; 10; 14].

Зазначимо, що симптоматика професійного вигорання може проявлятися не тільки в

педагогічних працівників, а й у фахівців психологічної служби. Увагу доцільно зосередити на стабілізації та відновленні власного психоемоційного стану. Фахівцями кафедри педагогіки і психології Донецького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти для посилення спроможності психологічних служб закладів освіти з питань охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах збройного конфлікту, підтримки практичних психологів і соціальних педагогів та відновлення їх психологічного стану кожну третю п'ятницю щомісяця проводяться супервізійні зустрічі «З турботою про себе й кожного: підтримка особистісно-професійного розвитку фахівця психологічної служби». Інтервізійні та супервізійні групи підтримки фахівців психологічної служби доцільно організовувати в межах професійних спільнот територіальних громад, зокрема виокремлювати час на проходження індивідуальних супервізій у фахівців з певного психологічного напрямку.

Нерідко трапляється професійне вигорання педагогічного колективу закладу, яке проявляється в тому, що в більшості співробітників простежується однакова симптоматика у фізичному та емоційному станах. Відповідно для створення психологічно комфортного освітнього простору в кризових та посткризових умовах важливе своєчасне усунення джерел стресу на робочому місці та дотримання педагогічними працівниками правил пропедевтики професійного вигорання [2; 14]:

1. Бути уважним до своїх потреб.
2. Турбуватися про свої фізичні, емоційні, соціальні, когнітивні, поведінкові ресурси.
3. Реалістично оцінювати власні можливості та діяти відповідально.
4. Дозволяти собі жити своє життя.
5. Систематично виконувати активності для зняття м'язової та емоційної напруги.
6. Забезпечувати перерви для повноцінного відпочинку, щоденний повноцінний сон.
7. Пам'ятати, що звертатися за допомогою до профільних фахівців є важливою практикою, а підтримку отримувати тільки в безпечному соціальному середовищі.

Здійснення системних заходів, які спрямовано на збереження і зміцнення психічного здоров'я, підвищення психологічної культури всіх учасників освітнього процесу, залишається актуальною потребою сьогодення. Водночас відповідальне ставлення до надання психосоціальної підтримки, психологічної допомоги та організації психологічно безпечного освітнього середовища, означає турботу й про власне здоров'я та добробут.

Отже, в умовах воєнного стану та кризи консультантам і психологам ЦПРПП, фахівцям психологічної служби закладів освіти актуально у 2024/2025 навчальному році спрямувати увагу та зусилля на реалізацію таких завдань:

- ✓ здійснювати психоедукацію учасників освітнього процесу з питання «Визнання психічного здоров'я як цінності, його значущості, що потребує постійної уваги, підтримки та турботи» й пропедевтичну діяльність щодо виникнення соціальних упереджень та дискримінації людей з розладами психічного здоров'я;
- ✓ забезпечувати організацію та координацію комплексної роботи щодо запровадження системи психолого-педагогічного супроводу особистості в кризових та посткризових умовах, спрямованого на збереження і зміцнення психічного здоров'я учасників освітнього процесу через укладання циклограми діяльності працівника психологічної служби;
- ✓ запровадити алгоритм моніторингу маркерів посттравматичного стресового розладу та перенаправлення учасників освітнього процесу до фахівців з відповідною кваліфікацією;
- ✓ посилити роботу з пропедевтики синдрому професійного вигорання педагогічних працівників і фахівців психологічної служби через системне відвідування та / або організацію інтервізійних / супервізійних груп відновлення психоемоційного стану.

Список використаних джерел

1. Аносова А. В., Петушкова Л. А., Петушкова О. Д. Сьогодні заради майбутнього. Школа у воєнний і післявоєнний час : посібник для керівників та педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти. Київ: Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2022. 148 с. URL : <http://surl.li/hmchq> (дата звернення : 15.06.2024).
2. З турботою про себе й кожного. Пілотування програм психосоціальної підтримки на робочому місці у воєнний і післявоєнний час. URL : https://www.ilo.org/budapest/what-we-do/projects/declared-work-ukraine/WCMS_861547/lang-uk/index.htm (дата звернення : 15.06.2024).

3. Іванюк І., Соловьева В. Створення безпечного шкільного середовища: протокол безпеки при суїцидальній поведінці підлітків. *Молодь і ринок*. 2021. № 7-8 (193-194). С.67-72. URL : <http://mir.dspu.edu.ua/article/view/237585> (дата звернення : 15.06.2024).
4. Коли світ на межі змін: школа, чутлива до психічного здоров'я : [матеріали проекту «Психічне здоров'я для України»]. URL : <http://surl.li/hmcmi> (дата звернення : 15.06.2024).
5. Освіта України в умовах воєнного стану : інформаційно-аналітичний збірник / за заг. ред. С. М. Шарлєта. Київ. 2022. 358 с.
6. Рекомендації слухань у Комітеті Верховної Ради України з питань освіти, науки та інновацій на тему «Освітні втрати й освітні розриви на рівні загальної середньої освіти: вимірювання та механізми подолання» : рішення до протоколу КМУ від 07.06.2023 № 122. URL : <https://kno.rada.gov.ua/uploads/documents/38605.pdf> (дата звернення : 15.06.2024).
7. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч.метод. посіб. / заг. ред. : Чернобровкін В. М., Панок В. Г. Київ : Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 208 с. URL : <https://lib.iitta.gov.ua/707582/1/Annex%203.pdf>. (дата звернення : 15.06.2024).
8. Поуль В. С. Особливості подолання психологічних втрат у закладі освіти. *Код незламності освіти Донеччини! Путівник на 2023/2024 навчальний рік: науково-методичні рекомендації щодо організації й супроводу освітньої роботи у 2023/2024 навчальному році* / за заг. ред. Ю. Бурцевої та Т. Колган. Київ-Краматорськ: Відділ інформаційно-видавничої діяльності, 2023. 172 с.
9. Про внесення зміни до статті 51 Закону України «Про повну загальну середню освіту» щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу : Закон України від 03.05.2023 № 12/38-2023/93817 URL : <https://drive.google.com/file/d/18QdT5zVxBsD0mUtIVkGkIC70zHo-KfvX/view> (дата звернення : 15.06.2024).
10. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню) : Закон України від 16.11.2022 № 2759-IX URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2759-20#Text> (дата звернення : 15.06.2024).
11. Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» : лист Міністерства освіти і науки України від 04.04.22 року № 1/3872-22. URL : <https://cutt.ly/4ZOIsFU> (дата звернення : 15.06.2024).
12. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі : *Указ Президента України* від 25.05.2020 № 195/2020. URL : <http://surl.li/cpcbe> (дата звернення : 15.06.2024).
13. Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти у 2023/2024 навчальному році : лист МОН від 01.08.2023 року №1/12492-23. URL : https://drive.google.com/file/d/1ZMrGsMG5Py_6291KnS_ZD0ouS9nwnY99/view (дата звернення : 15.06.2024).
14. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: метод. посіб. / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ Видавництво «Логос». 207 с. URL : <https://cutt.ly/jZOUuqE> (дата звернення : 15.06.2024).
15. Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році : лист МОН від 02.08.2022 року №1/8794-22. URL : <https://drive.google.com/file/d/1kl8dONXeqp-D-pPgaO1zObVBOtNKuLv/view> (дата звернення : 15.06.2024).
16. Устінова Т., Глазкова А., Донець Ю. Батьки повертаються з війни : [розповідь про сімейне відновлення]. К.: 2020. 64 с. URL : <https://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/21109> (дата звернення : 15.06.2024).