

Психологічна служба

Скорочення:

НМКПС ПАНО ім. М.В. Остроградського – навчально-методичний кабінет психологічної служби Полтавської академії неперервної освіти ім. М.В. Остроградського

1. Психологічна служба в системі освіти є складовою державної системи охорони психічного здоров'я. Новації 2025 року

Відповідно до Закону України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» (прийнятий від 15.01.2025 р. №4223-IX, опубліковано в газеті «Голос України» 07.02.2025, введення в дію відбудеться 07.02.2026) окремий напрям охорони психічного здоров'я – охорона психічного здоров'я у системі освіти (стаття 6, п.11). МОН України є центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування та реалізує державної політики у сферах освіти і науки, наукової, науково-технічної діяльності, у сфері охорони психічного здоров'я. До повноважень МОН України, зокрема, належить забезпечення організації діяльності психологічної служби в системі освіти, надання психосоціальної та психологічної допомоги у закладах освіти усіх рівнів (стаття 14, п.6).

До категорії «працівники психологічної служби» в закладах освіти відносяться спеціалісти за посадами «практичний психолог», «соціальний педагог» – які є реалізаторами в закладах освіти державної політики у сфері охорони психічного здоров'я, методисти психологічної служби.

Зазначеним вище Законом унормовано визначення термінів у сфері психічного здоров'я для застосування всіма суб'єктами (стаття 1), зокрема, такі:

- «психічне здоров'я» (*зауважимо, не «психологічне здоров'я»*) – складова загального здоров'я та стан благополуччя, а не лише відсутність психічних та поведінкових розладів, за якого кожна особа може реалізувати власний потенціал, впоратися із життєвими труднощами, продуктивно і плідно навчатися та працювати, а також робити внесок у життя своєї спільноти;

- «психологічне благополуччя» – суб'єктивне відчуття особи щодо досягнення оптимального психічного функціонування, що включає відчуття задоволення якістю власного життя, цілеспрямованості та сенсу життєвих подій, вибір дієвих стратегій реалізації особистісного потенціалу, оптимальний рівень психологічної стійкості і адаптивності у подоланні життєвих труднощів;

- «супервізія» – професійна підтримка у сфері психічного здоров'я, спрямована на подолання професійних труднощів, аналіз та усунення недоліків у роботі, вдосконалення її організації, мотивування до професійного розвитку, забезпечення дотримання етичних норм та стандартів надання послуг у сфері

психічного здоров'я, запобігання професійному вигоранню, забезпечення емоційної підтримки.

Також визначена класифікація видів допомоги у сфері психічного здоров'я (стаття 24): психосоціальна допомога, психологічна допомога, психотерапія, психологічна реабілітація, психіатрична допомога. Дано визначення, завдання та класифікація видів психосоціальної допомоги (стаття 25). До видів психосоціальної допомоги відноситься: психологічна просвіта та інформування (психоедукація), перша психологічна допомога, психологічні втручання низької інтенсивності, неформальні послуги у сфері психічного здоров'я.

Положення Закону, затверджена термінологія є обов'язковими для застосування усіма суб'єктами та фахівцями у сфері психічного здоров'я, є зрозумілими для отримувачів послуг – що сприяє і міжвідомчій взаємодії задля спільної мети збереження здоров'я населення.

Актуальними для планування роботи практичного психолога, соціального педагога упродовж 2025/2026 н.р. залишаються також: - Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?»; - розпорядження Кабінету Міністрів України від 21.06.2024 № 572-р «Про затвердження Плану заходів на 2024-2026 роки з реалізації Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року»; - План заходів на 2024-2026 роки з реалізації в області Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року (розпорядження начальника Полтавської ОВА від 08.11.2024 № 695 «Про внесення змін до розпорядження начальника Полтавської обласної військової адміністрації від 19.07.2024 № 407»).

Окремої уваги потребує *питання впровадження політики психосоціальної підтримки на робочому місці*, що є актуальним з метою профілактики емоційного вигорання педагогічних працівників та збереження людського капіталу (впровадження передбачено згаданими вище документами). Докладніше в листі ДОН Полтавської ОВА від 19.06.2024 №2716/02.01-15 «Про впровадження політики психосоціальної підтримки на робочому місці» (за посиланням: <https://pano.pl.ua/normativno-pravova-reguljujucha-dokumentaciya-navchalno-metodichnogo-kabinetu-psihologichnoi-sluzhbi/> - шукати під лінкою «Листи»).

Рекомендуємо:

- на засіданнях професійних спільнот в територіальних громадах (упродовж вересня – жовтня 2025 року) – провести обговорення положень Закону України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні», визначити потреби фахівців для розвитку професійних компетентностей відповідно до вимог Закону та професійного стандарту за професією «Практичний психолог закладу освіти», запланувати методичні заходи;

- працівникам психологічної служби – в комунікації з учасниками освітнього процесу використовувати поняття у визначених Законом значенні, що сприятиме формуванню загальної культури свідомого грамотного ставлення до психічного здоров'я; в межах психологічної просвіти та інформування знайомити педагогічних працівників з поняттями «психосоціальна допомога» та «психологічна допомога», сприяти саморефлексії педагогів професійних спроможностей в межах їх психологічної компетентності, відповідно до вимог чинних професійних стандартів.

Психологічна служба та соціально-педагогічний патронаж у системі освіти функціонує відповідно до статті 76 Закону України «Про освіту». Загальнонаціональні аналітичні матеріали та рекомендації щодо пріоритетних напрямів психологічного супроводу та соціально-педагогічного патронажу учасників освітнього процесу в 2025/2026 навчальному році подано у листі ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» від 07.07.2025 р. № 21/08-586 «Про методичні рекомендації “Пріоритетні напрями роботи психологічної служби в системі освіти України в 2025/2026 навчальному році”» (розміщено за посиланням:

<https://pano.pl.ua/normativno-pravova-reguljujucha-dokumentaciya-navchalno-metodichnogo-kabinetu-psihologichnoi-sluzhbi/> - див. лінк «Методичні рекомендації»).

Подані нижче методичні рекомендації розроблено з урахуванням аспектів роботи психологічної служби системи освіти в Полтавській області та з урахуванням запитів педагогічних працівників.

2. Аналітичні дані щодо стану функціонування психологічної служби закладів освіти Полтавської області: основні акценти, проблеми

Важливо, що в закладах освіти практичні психологи та соціальні педагоги забезпечують для учасників освітнього процесу безкоштовний доступ до послуг з підтримки психічного здоров'я, в межах свої посадових обов'язків.

Станом на 01.06.2025 року *забезпеченість закладів освіти практичними психологами* становить 63 % від нормативної потреби (всього 533 фахівця). Фактично введено 423 ставки (з них 64,25 ставки вакантні; в окремих громадах введено понаднормові ставки – таких 31,25 ставки від загальної кількості).

Незважаючи на вимоги чинного професійного стандарту за спеціальністю «Практичний психолог закладу освіти» на посадах практичних психологів у 2024/2025 році працювало 26 осіб без відповідної освіти (5% від загальної кількості). Така ситуація створює ризики неефективної психологічної допомоги, викривленого ставлення у отримувачів послуг до представника професії, ризик передчасного емоційного вигорання самих фахівців.

Важливим критерієм для психолога є досвід роботи: працюють на посаді від 0 до 5 років – 31 % від загальної кількості фахівців (168 осіб), від 6 до 10 років – 15 % (80 осіб), від 11 до 15 років – 17 % (91 особа), від 16 до 20 років – 17,4 % (93 особи), від 21 до 25 років – 9,4 % (50 осіб), понад 25 років – 11 % (58 осіб). Характеристика якісного складу практичних психологів системи освіти Полтавської області представлена в таблиці 1.

Таблиця 1

К-сть осіб	Практичні психологи закладів освіти Полтавської області, станом на 01.06.2025					
	<i>Стаж роботи на посаді, в роках, осіб</i>					
	0-5	6-10	11-15	16-25	21-25	понад 25
533	168	80	91	93	50	58
	31 %	15 %	17%	17 %	9 %	11 %
	<i>Кваліфікаційна категорія, осіб</i>					
	спеціаліст	II кат.	I кат.	вища	вища/методист	канд.пед./псих. наук
	138	92	139	117	45	2
	25,9 %	17,3 %	26 %	22 %	8,4 %	0,4 %

Забезпеченість закладів освіти соціальними педагогами становить 65 % від нормативної потреби (всього 301 фахівець). Без відповідної освіти – 123 фахівця (41% від загальної кількості). Фактично введено 214,75 ставки (з них 33,75 ставки вакантні). Характеристика якісного складу соціальних педагогів системи освіти Полтавської області представлено в таблиці 2.

Таблиця 2

К-сть осіб	Соціальні педагоги закладів освіти Полтавської області, станом на 01.06.2025					
	<i>Стаж роботи на посаді, в роках, осіб</i>					
	0-5	6-10	11-15	16-25	21-25	понад 25
301	139	42	42	43	13	22
	46,2 %	14 %	14 %	14,3 %	4,3 %	7,2 %
	<i>Кваліфікаційна категорія, осіб</i>					
	спеціаліст	II кат.	I кат.	вища	канд.пед./псих. наук	доктор пед.наук
	134	60	54	53	0	0
	44,4 %	20 %	18 %	17,6 %	0 %	0 %

Звертаємо увагу, що для закладів дошкільної освіти змінено умови введення штатних посад «практичний психолог», введено посаду «соціальний педагог», відповідно до наказу МОН України від 12.06.2025 № 844 «Про затвердження Типових штатних нормативів закладів дошкільної освіти» (вступає в дію з 01.09.2025). Для інших типів закладів освіти типові штатні нормативи наразі незмінні.

Рекомендуємо:

- відповідальним за діяльність психологічної служби в територіальних громадах - використовувати статистичні дані щодо стану функціонування психологічної служби в закладах освіти громади для інформування органів управління освітою при плануванні заходів з забезпечення відповідних потреб (використовувати дані АІС «Я психолог», розділ «Аналітична довідка»); поширювати серед фахівців інформацію щодо можливостей розвитку професійних компетентностей; сприяти підвищенню кваліфікаційної категорії фахівців; проводити роз'яснювальну роботу серед керівників закладів освіти про сутність роботи практичних психологів та окремо соціальних педагогів, щодо ризиків прийняття на посади практичного психолога осіб без відповідної;

- працівникам психологічної служби - запланувати заходи підвищення професійної компетентності та атестації на підвищення кваліфікаційної категорії, відповідно до вимог «Положення про атестацію педагогічних працівників» (у редакції наказу МОН України від 10.09.2024 № 1277); дотримуватися вимог професійного стандарту «Практичний психолог закладу освіти».

3. Прогнозування напрямів психологічного забезпечення учасників освітнього процесу на основі аналітичних даних

Відповідно до аналізу узагальнення запитів від учасників освітнього процесу до працівників психологічної служби Полтавської області у 2024/2025 н.р. визначено найбільш актуальні проблеми, є тенденція до схожості за актуальністю тем для педагогів, батьків та дітей (представлено в таблиці 3).

Таблиця 3

Статистика звернень до працівників психологічної служби у системі освіти Полтавської області за пріоритетними проблемними питаннями

Тематика звернень	Кількість звернень (ПП+СП)	
	2023/2024 н.р.	2024/2025 н.р.
З боку батьків		
Адаптація дитини до нового колективу	3444	3113

Вікові та індивідуальні особливості розвитку, проблеми самооцінки дитини	3026	3064
Емоційна підтримка, зниження рівня тривожності	3033	3054
Шляхи підвищення мотивації здобувачів освіти до навчання, проблеми шкільної неуспішності	2933	3008
Формування психологічної готовності дошкільників до навчання в школі	2264	2614
Психологічний та соціально-педагогічний супровід дітей із сімей учасників АТО, ССО, бойових дій	2571	2417
Психологічний та соціально-педагогічний супровід дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб	2529	2244
Психологічний супровід дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивної освіти	2540	2387
Відсутність мотивації до навчання	1833	2070
Профілактика шкідливих звичок (вживання наркотичних речовин, напоїв, що містять алкоголь, тютюнопаління)	1599	1675
Суїцидальна поведінка, роздуми здобувачів освіти	122	103
Булінг	242	149
Домашнє насильство	24	38
З боку педагогів		
Емоційна підтримка, зниження рівня тривожності	2912	2972
Асоціальні прояви у поведінці здобувачів освіти	2972	2847
Психологічний клімат учнівського колективу, міжособистісні конфлікти	3174	2815
Адаптація дитини до нового колективу	2920	2508
Психологічний супровід дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивної освіти	2579	2467
Вікові та індивідуальні особливості розвитку, проблеми самооцінки	2214	2218
Відсутність мотивації до навчання	2064	2158
Професійне вигорання	2227	1997
Психологічний та соціально-педагогічний супровід дітей із сімей учасників АТО, ССО, бойових дій	2236	1853
Психологічний та соціально-педагогічний супровід дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб	2344	1859
Взаємовідносини в системі «вчитель-учень»	1894	1838

Самовдосконалення, розвиток здібностей та компетенцій здобувачів освіти	897	907
Суїцидальна поведінка, роздуми здобувачів освіти	131	90
Булінг	245	164
Домашнє насильство	58	46
З боку здобувачів освіти		
Професійне самовизначення здобувачів освіти	5216	4539
Емоційна підтримка, зниження рівня тривожності	4596	3761
Психологічний клімат учнівського колективу, міжособистісні конфлікти	3174	3230
Шляхи підвищення мотивації здобувачів освіти до навчання, проблеми шкільної неспішності	1346	1536
Суїцидальна поведінка, роздуми здобувачів освіти	261	176
Булінг	308	126
Домашнє насильство	45	39

Як бачимо з таблиці, високий рівень актуальності мають питання: емоційна підтримка, зниження рівня тривожності; підвищення мотивації до навчання.

Навчальна мотивація – це внутрішнє спонукання учня до активної пізнавальної діяльності, бажання вчитися та прагнення до отримання знань. Це сукупність мотивів, які спонукають до навчальної діяльності, роблять її більш ефективною та цілеспрямованою.

Фактори, що впливають на навчальну мотивацію: внутрішні мотиви – пізнавальний інтерес (бажання дізнаватися нове, розширювати світогляд), потреба в досягненнях (прагнення до успіху, подолання труднощів, самореалізації, на задоволення природної психічної потреби до розвитку; відчуття радості та задоволення від досягнень, відчуття компетентності); зовнішні мотиви – соціальні мотиви (прагнення до схвалення, визнання з боку вчителів, батьків, однолітків, бажання зайняти певну позицію у групі, підтвердження статусу), отримання винагород на підкріплення самооцінки (бали, нагороди, похвала), уникнення покарання (страх невідповідності до прийнятих норм, отримати погану оцінку, неприємності).

Зниження мотивації до навчання, проблеми шкільної неспішності можуть бути зумовлені різними факторами.

Роботу над проблемою доцільно розпочати з етапу психодіагностики для визначення причин. Причинами можуть бути: перебування учнів чи педагогічних працівників у стресовому стані, конфліктні ситуації, низька самооцінка в учнів, хвилювання, переживання, відсутні підтримуючі стосунки між учнями та педагогами. За результатами діагностики рекомендується планувати роботу із

здобувачами освіти з урахуванням вікових особливостей та життєвої історії учнів; сформулювати рекомендації педпрацівникам для напрацювати стратегії стимулювання навчальної мотивації в учнів.

Способи формування навчальної мотивації: створення позитивного емоційного клімату на уроках (зацікавленість, підтримка, позитивне ставлення до помилок, ситуації успіху); використання різноманітних методів навчання (групова робота, дидактичні ігри, проблемні ситуації, кейс метод, інше); зв'язок навчального матеріалу з реальним життям (демонструвати практичну цінність знань, використовувати кейси з реального життя); підтримка самостійності та творчості; врахування індивідуальних особливостей учнів (інтереси, схильності, потреби, тип сприйняття); встановлення партнерських стосунків в системі «вчитель-учень» (повага, довіра, підтримка, позиція безпечного дорослого).

Емоційна підтримка педагогів, зниження рівня тривожності, профілактика вигорання. Війна в Україні докорінно порушила відчуття безпеки. Підвищений рівень психофізичного напруження, пов'язаний з непрогнозованістю виникнення факторів фізичної небезпеки, свідома мобілізація соціальної активності та скорочення часу «для себе», недостатні умови для відпочинку та емоційного перезавантаження – підвищують ризик вигорання, погіршується фізичне та психічне здоров'я самих педагогів.

Популяризація свідомого ставлення та підходів до підтримки психічного здоров'я за допомогою Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», системна робота практичних психологів – посприяли підвищенню у педагогів потреби у підтримці власного психоемоційного стану.

Рекомендуємо практичним психологам: запланувати упродовж навчального року групові ресурсні зустрічі для педагогів закладу освіти з метою відреагування емоційного напруження, відновлення ресурсу: за умови добровільності участі; з використання арт-терапевтичних технік, практик майндфулнес, рефлексивних кіл, кола цінностей, тощо. Такі заняття не повинні мати інтелектуального навантаження або мати професійний методичний зміст. З турботою про людину, яка живе і працює тривалий час в складних умовах.

Рекомендуємо:

- *відповідальним за діяльність психологічної служби в територіальних громадах* - проаналізувати узагальнення тематики звернень до фахівців в громаді, запланувати методичну консультацію щодо вірності ідентифікації тематики та обліку звернень, використовувати в груповій роботі кейс-метод, технологію фокус-групи для планування роботи за результатами аналізу;

- *працівникам психологічної служби* – провести власний аналіз звернень від учасників освітнього процесу за попередній навчальний рік та запланувати види

роботи на задоволення актуальних запитів для профілактики ускладнень; використовувати результати аналізу при формуванні пропозицій щодо заходів психосоціальної підтримки на робочому місці в закладі освіти.

4. Протидія домашньому насильству

Звертаємо увагу, що у 2025 році затверджено постанову Кабінету Міністрів України від 04.06.2025 № 658 «Типова програма унеможливлення насильства та жорстокого поводження з дітьми» (режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/658-2025-%D0%BF#Text>) з метою:

- забезпечення функціонування ефективної системи унеможливлення будь-якого виду насильства та жорстокого поводження з дітьми;
- створення у закладах освіти середовища, вільного від насильства та жорстокого поводження з дитиною;
- запровадження системи інформування про випадки (або підозру на випадки) насильства та жорстокого поводження з дітьми у закладі освіти;
- забезпечення оперативного розгляду випадків та реагування на них.

На основі Типової програми керівник закладу освіти розробляє та затверджує Положення про запобігання та протидію насильству та жорстокому поводженню з дітьми, є відповідальним за його реалізацію, забезпечує його оприлюднення, ознайомлює з ним працівників закладу освіти та здійснює контроль за виконанням. Працівники психологічної служби в межах своїх посадових обов'язків вносять пропозиції, виконують покладені на них завдання.

Рекомендуємо працівникам психологічної служби:

- *включити в річні плани роботи просвітницькі заходи для педагогічних працівників* – спрямовані на підвищення рівня поінформованості про захист дітей від усіх форм насильства, у тому числі домашнього насильства, експлуатації, найгірших форм дитячої праці, інших проявів жорстокого поводження з дітьми, про методи профілактики булінгу серед дітей; заходи, спрямовані на ознайомлення із алгоритмом реагування на випадки домашнього насильства, булінгу (цькування); *просвітницькі заходи для учнів* – спрямовані на формування в учнівських колективах навичок ненасильницького спілкування, вирішення конфліктів, а також спрямованих на формування правосвідомості та правової поведінки дітей, відповідальності за своє життя; *просвітницькі заходи для батьківського контингенту* – спрямовані на ознайомлення батьків із механізмами реагування на випадки насильства та методами виховання без застосування насильницьких методів, про суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству та/або насильству за ознакою статі в громаді та перелік послуг, які вони надаються у випадках домашнього насильства, виступи

на батьківських зборах з даної тематики та розповсюдження інформаційних матеріалів;

- *запланувати проведення інформаційних кампаній, виставок, круглих столів, флешмобів та інших заходів у рамках Всеукраїнської акції «16 днів проти насильства» (з 25 листопада до 10 грудня) до: 25 листопада – Міжнародного дня боротьби за ліквідацію насильства щодо жінок; 1 грудня – Всесвітній день боротьби зі СНІДом; 2 грудня – Міжнародного дня скасування рабства; 3 грудня – Міжнародного дня людей з обмеженими фізичними можливостями; 5 грудня – Міжнародного дня волонтера; 9 грудня – Міжнародного дня боротьби з корупцією; 10 грудня – Міжнародного дня прав людини;*

- *розмістити у доступних місцях для дітей, батьків, інших законних представників, педагогічних та інших працівників закладу освіти інформаційні матеріали (плакати, брошури із контактами служб допомоги, номерів телефонів для анонімного звернення); поширювати через батьківські, учнівські групи в месенджерах, розмістити на офіційному веб-сайті закладу освіти та його сторінках у соціальних мережах.*

Звертаємо увагу, що на сайті ПАНО ім. М. В. Остроградського функціонує розділ «Методичне забезпечення діяльності закладів освіти з проблеми запобігання та протидії домашньому насильству» з актуальними інформаційними кейсами: нормативно-правова база, методичне забезпечення для роботи педагогічних працівників, безкоштовні телефонні «Гарячі лінії» (зокрема: системна безоплатна правова допомога; центру «Ла Страда-Україна»; Урядовий контактний центр – психологічні та юридичні консультації чоловікам та жінкам; «Гаряча лінія» Уповноваженого з прав людини); корисні посилання на онлайн ресурси.

Режим

доступу:

<https://pano.pl.ua/metodichne-zabezpechennya-diyalnosti-zakladiv-osviti-z-problemi-zapobigannya-ta-protidii-domashnomu-nasilstvu/>

5. Психологічна просвіта педагогів, якщо в класі/колективі в родині втрата

Триває війна і завдання вчителя трансформується у виклики, відмінні від мирних часів: розуміти, як впливає війна на дітей; вміти реалізовувати освітній процес з готовністю зупинити його і терміново йти з дітьми в укриття; володіти прийомам стабілізації психоемоційного стану та базовими основам першої психологічної допомоги. Все частіше від педагогів надходять і запити про підтримку дитини, яка проживає втрату рідних внаслідок війни.

Пропонуємо познайомити педагогів з базовими рекомендаціями щодо турботи та підтримки дітей в таких ситуаціях, знання допоможуть безпечно та підтримуюче взаємодіяти. Це може бути як окремий захід психологічної

просвіти, так і інформування на педагогічній раді. Краще розпочати з вправи на активізацію власного ресурсу та засобів стабілізації, потім перейти коротко до ролі педагога як безпечного дорослого в освітньому середовищі, обговорити які емоції викликає інформація про втрату, горювання в найближчому соціальному середовищі та як з цим справитися, познайомити з рекомендаціями щодо підтримуючої комунікації.

Правильна реакція та взаємодія: бути поруч, підтримувати контакт без тиску; не вимагати «нормальної» поведінки одразу, дотримання всіх вимог освітнього процесу (пізнавальна активність у дитини може бути знижена, концентрувати увагу важко); створити простір безпеки (стабільність, спокійна мова, чіткий розпорядок, нагадування алгоритму роботи, розкладу уроків, необхідного приладдя); реагувати без покарань на поведінку, в якій може проявитися потреба дитини в підтримці та допомозі; заохочувати гру, творчість, малювання – це природні види діяльності, переключення уваги та відновлення, які дають можливість вивільнити напруження, задовольняють потребу в русі, дають енергію та приємну емоцію; повідомити батьків та психолога, якщо спостерігаєте ускладнення в стані дитини.

Не варто робити того, що ускладнює проживання втрати: не змушувати розповідати, не розпитувати про травму; не знецінювати переживання дитини («не вигадуй», «все вже добре», «пройде час і все забудеться»); не порівнювати з іншими дітьми («ось Катя сміється і спокійно вчиться, а ти постійно плачеш»); не прагнути самотійно надати професійну психологічну допомогу, якщо ситуація ускладнилася – краще звернутись до фахівця.

Що може зробити класний керівник:

- отримайте інформацію від батьків, адміністрації або психолога (кого саме втратила дитина, коли це сталося, який її стан, чи буде потрібна підтримка і яка саме); підготувати клас до приходу дитини (провести коротку розмову з учнями, пояснити, що дитина пережила втрату; наголосити, щоб не ставили запитань, не жартувати, не обговорювати реакції дитини, попросить бути доброзичливими, уважними, навчіть говорити підтримуючі фрази, наприклад, «ми співчуваємо»);

- зустріньте дитину в перший день – привітайтеся спокійно та тепло, без зайвих слів; якщо дитина не згадує про втрату, не акцентуйте її увагу на цьому; покажіть, що Ви поруч: «Радий(-а) тебе бачити. Якщо щось буде потрібно, звертайся в будь-який момент»; поспілкуйтеся особисто наодинці (без тиску, якщо дитина уникає спілкування): «Як ти себе почуваєш у школі? Чи щось ускладнює перебування?»; запитайте, чи дитині потрібна перерва, знижене навантаження, чи зможе вона виконувати доручення в школі;

- налагодьте зв'язок з батьками (опікунами) – подзвоніть або напишіть, спитайте як дитина почувається вдома, чи є побажання щодо навчання та спілкування в школі, що варто врахувати педагогу;

- домовтеся з вчителями про тимчасове зменшення навантаження, більш лояльне ставлення до активності дитини на уроках, в спілкуванні з вчителем та однокласниками, за потреби;

- спостерігайте за станом дитини, зверніться до психолога, якщо є ускладнення – різка зміна поведінки (замкненість, агресія, усамітнення, уникання спілкування, сонливість, скарги на болі в животі, голові), відмова від спілкування або ігор, сльози, страхи, поганий сон, відмова від їжі;

- залучайте практичного психолога (за потреби) – запропонуйте дитині делікатно, без примусу: «У нас є шкільний психолог, з яким можна просто побути, помалювати або поговорити»;

- налаштуйтеся на довгострокову підтримку дитини – не забувайте про важливі дати (місяць, рік після втрати), враховуйте життєву історію дитини при організації в закладі та класі/групі традиційних свят, особливо які пов'язані з родиною; будьте чуйними у дні народження або пам'ятні події;

- створюйте у класі безпечну атмосферу – використовуйте в роботі з дітьми вправи на емпатію, співпрацю, доброзичливість; проводьте регулярні «класні години» з акцентом на підтримку.

6. Психологічні аспекти організації освітнього процесу з турботою про психічне здоров'я здобувачів освіти, з повагою до травматичного досвіду

Акцент уваги на початку навчального року до організації проведення уроків, зокрема, Першого уроку. Рекомендуємо педагогам при плануванні контенту врахувати особливості психоемоційного стану учнів конкретного класу, їх потреби для підтримки психічного здоров'я та життєвий досвід.

Класному керівнику доречно познайомитися з життєвими історіями дітей упродовж літа, бути готовим до модерування спілкування між учнями для відновлення комунікації за принципом «рівний-рівному», взаємоприйняття та поваги («чую – сприймаю – поважаю – я поряд»).

Групова взаємодія під час першої зустрічі в новому навчальному році має активізувати в учнів внутрішню мотивацію, відчуття приналежності до класного колективу як значимого середовища для саморозвитку, активізувати відчуття відповідальності за психологічну безпеку в освітньому середовищі, також значимості індивідуальних зусиль для самореалізації та суспільної корисності. Важливим є відкриття і сенсів власного життя з перспективою майбутнього, зокрема для дітей підліткового віку (допоміжним є онлайн ресурс «СенсоТека. Ти як?» за посиланням: <https://howareu.com/materials/sensoteka-ty-iak>).

Доречним в організації уроків буде етап рефлексії як можливості для учнів відреагувати власні емоції, поділитися думками з теми уроку – що є свідченням усвідомлення та формування особистого ставлення учнів до змісту. В ході рефлексії може виникнути потреба в психоемоційній підтримці учасників, якщо контент уроку нагадає їм про власний болісний досвід. Оновити свої знання та поповнити методичний ресурс з питань психоемоційної підтримки педагога можуть скориставшись «Методичні рекомендації щодо надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу» (для різних вікових категорій, за посиланням <https://howareu.com/static-objects/howareu/media/Posibnuki/10.05.pdf>).

7. Сторінка працівника психологічної служби на сайті закладу освіти як інструмент роботи

Сайт закладу освіти - загальнодоступний онлайн ресурс для учнів, батьків, педагогів, усіх мешканців територіальної громади, які, зокрема, є отримувачами послуг в сфері психічного здоров'я. Наявність сайту закладу освіти як офіційного онлайн ресурсу для оприлюднення інформації передбачено законом України «Про освіту», особиста сторінка фахівця в соціальних мережах та особистий блог не є платформами для офіційного розміщення інформації про можливості роботи практичного психолога або соціального педагога.

Важливим при формуванні контенту сторінки є усвідомлення потреб та інтересів цільової групи, для кого пропонується інформація: такою групою є отримувачі освітніх послуг. Інформацію методичного та іншого характеру доцільно розміщувати в професійних окремих блогах (розробки занять, нормативно-правова документація, що стосується професійної діяльності, тощо).

Сторінка працівника психологічної служби має містити окремі технічно оформлені розділи. Орієнтовні рекомендації щодо наповнення:

- візитівка працівника (розміщується на початку сторінки, окремо про кожного фахівця із зазначенням посади): прізвище, ім'я, фото; контактні дані (адреса робочої електронної пошти, куди можна надіслати запит; номер робочого телефону, за наявності); інша важлива для самопрезентації інформація за вибором фахівця (наприклад, освітній та кваліфікаційний рівень, коло професійних інтересів, якими методами роботи володіє);

- години роботи фахівця в закладі освіти та графік за видами роботи, номер робочого кабінету в приміщенні закладу (розміщується після візитівки, текстом на тлі сторінки, прикріплений окремий файл ускладнює доступність);

- засоби зворотного зв'язку обов'язково (розміщується після годин праці та графіку; онлайн форма звернення або адреса електронної пошти – важливо вчасно реагувати на звернення; можуть бути онлайн форми опитування, які допоможуть

зібрати необхідну інформацію в дистанційному режимі; важливо забезпечити конфіденційність та дотримання етичних норм);

- перелік послуг, які надає фахівець (визначається посадовими інструкціями); перелік послуг соціального педагога із захисту прав дітей;

- інформація про заплановані напрями роботи з різними учасниками освітнього процесу (враховується актуальна потреба контингенту закладу);

- також можуть бути розміщені матеріали інформаційного та психоедукаційного характеру (мають відповідати реальним потребам контингенту закладу; матеріал розміщується за окремими рубриками для цільових аудиторій; текст викладається коротко, з доречним ілюстративним матеріалом, за потреби – з посиланням на джерела із докладною інформацією або у прикріпленому файлі); матеріали можуть бути розміщені в окремому блозі фахівця – у такому випадку на сторінці розміщується посилання з коментарем, наприклад «більше корисної інформації знайдете у блозі за посиланням...».

Звертаємо увагу, що сторінка працівника психологічної служби має бути легко доступною з головної сторінки сайту закладу оскільки актуальність отримання інформації про можливості психологічної допомоги є високою. Наповненість сторінки має бути корисною, доречною та актуальною на поточний період часу, варто видаляти матеріали, які втратили свою актуальність.

Працівник психологічної служби несе відповідальність за оприлюднену інформацію, її достовірність, відповідність до сучасних наукових та методичних підходів, з дотриманням правил академічної доброчесності, уникнення гендерних стереотипів, з відповідністю до принципів медіаграмотності.

Рекомендуємо:

- працівникам психологічної служби проаналізувати оформлення та зміст сторінок фахівця на сайті закладу освіти, за потреби оновити;

- сприяти розміщенню, оновленню банерів (швидкі вкладки), які містять телефони «гарячих ліній», посилань на телеграм-канали та інші корисні ресурси, за допомогою яких можна отримати інформацію щодо послуг у сфері психічного здоров'я, щодо запобігання випадків домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі;

- соціальним педагогам забезпечити інформаційним наповненням рубрики «Протидія та запобігання домашньому насильству» із зазначенням контактних даних спеціально уповноважених та інших органів у сфері запобігання та протидії домашнього насильства, інформацією про загальні та спеціалізовані служби підтримки осіб, які постраждалих від домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі, та їх контакти в територіальній громаді;

- сформувати та розмістити контакти надавачів послуг, які працюють очно з мешканцями територіальної громади розміщення закладу освіти – у сфері психічного здоров'я (наприклад, Центри Життестійкості, Центри ментального здоров'я, представники громадських організацій), у сфері соціального захисту, безоплатного правничої допомоги.

8. *Всеукраїнський конкурс авторських програм практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі»*

У 2024/2025 навчальному році конкурс відбувся у номінації «Розвивальні програми» (програми, спрямовані на попередження та коригування проблем, труднощів, подолання шкідливих звичок, негативних емоційних станів, усунення відхилень у психофізичному та інтелектуальному розвитку і поведінці, подолання різних форм девіантної поведінки, адаптацію до умов навчання і життєдіяльності тощо).

За підсумками III етапу конкурсу фахівчині з Полтавщини здобули переможні місця: *серед практичних психологів III місце* – Кравченко Юлія (практична психологиня Кременчуцької гімназії № 23 Кременчуцької міської ради Кременчуцького району; програма «Розвиток довільності в учнів першого класу як умови успішної адаптації до навчання в початковій школі»); *серед соціальних педагогів II місце* – Кохан Аліна (соціальна педагогиня, практична психологиня Опорного закладу «Новоаврамиський ліцей» Хорольської міської ради Лубенського району; програма «Безпечне спілкування у кіберпросторі»). Авторські програми фахівчинь розміщено на сторінках НМКПС на сайті ПАНО ім. М.В. Остроградського в розділі «Конкурси» (<https://pano.pl.ua/vseukrainskij-konkurs-avtorskih-program-praktichnih-psihologiv-i-socialnih-pedagogiv-novi-tehnologii-u/>), сайті ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» (авторські програми переможців 2025 та експозиція всіх авторських програм учасників за роками: <https://surl.li/htjazb>).

У 2025/2026 н.р. конкурс відбудеться у номінації «Просвітницькі програми» (програми, спрямовані на формування психологічних знань, підвищення рівня психологічної культури і психологічної компетентності учасників освітнього процесу).

9. *Відзначення подяками працівників психологічної служби на рівні області, територіальної громади, закладу освіти*

Планом заходів на 2024-2026 роки з реалізації в області Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року (розпорядження начальника Полтавської ОВА від 08.11.2024 № 695 «Про внесення змін до розпорядження начальника Полтавської обласної військової адміністрації від 19.07.2024 № 407») пунктом 1.2.4. передбачено «... Відзначення кращих практик,

якісної роботи та внеску в розвиток системи підтримки ментального здоров'я населення».

У 2025 році з нагоди професійного свята Всеукраїнського дня психолога, що відзначається щорічно 23 квітня, Полтавська академія неперервної освіти ім. М.В. Остроградського відзначила подяками працівників психологічної служби, які на рівні області проявили професійну активність з поширення кращих практик психосоціальної підтримки та розвитку психологічної компетентності педпрацівників, за вагомий особистий внесок у забезпечення ефективності діяльності психологічної служби у системі освіти Полтавської області, активну професійну та громадянську позицію (всього 21 фахівець, список у листі ПАНО від 23.04.2025 № 01-22/498 «Про нагородження заохочувальними відзнаками працівників психологічної служби»).

Рекомендуємо:

- відповідальним за діяльність психологічної служби в територіальних громадах та керівникам закладів освіти – ініціювати відзначення фахівців подяками, грамотами закладів освіти, відділів/управлінь освіти, Департаменту освіти і науки Полтавської ОВА шляхом оформлення довідок-подання про відзначення, відповідно до встановленої процедури.

10. Корисні онлайн ресурси для використання в роботі

Ресурси НМКПС ПАНО ім. М.В. Остроградського:

- сторінки НМКПС на сайті ПАНО ім. М.В. Остроградського <https://pano.pl.ua/navchalno-metodichnij-kabinet-psihologichnoi-sluzhbi/> ;

- відеозаписи заходів НМКПС ПАНО ім. М.В. Остроградського https://drive.google.com/drive/folders/1M0lh3rIgFrVCha6dt1vFzvw13Fq8DCPV?usp=drive_link ;

- професійний інструментарій всеукраїнський та програми Полтавської області, рекомендовані експертною комісією НМКПС ПАНО https://drive.google.com/drive/folders/1Jj7ehhITJRYjBKK8IxHgqbUaE_RbGb6R?usp=drive_link ;

- Психологічна допомога під час війни – узагальнений кейс Полтавська область <https://drive.google.com/drive/folders/1TMC98-IzVfnatwJPJoJOMsvTvnhbDqa3?usp=sharing> .

Всеукраїнські ресурси:

- Платформа Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» <https://howareu.com/> ;

- сайт ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», розділ «Психологічний супровід та соціально-педагогічна робота» (зокрема, містить кейси «Інформаційна

база професійного інструментарію фахівців психологічної служби у системі освіти України», «Матеріали для використання в роботі під час воєнних дій», «Факультативи», інше)

<https://imzo.gov.ua/psychologichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/informatsijna-baza-psycholohiv-ta-sotsialnyh-pedahohi/>

- Платформа допомоги врятованим (онлайн-майданчик, який допомагає знайти необхідні інструменти для підтримки постраждалих від війни)

<https://www.help-platform.in.ua/> ;

- сайт Безоплатна правнича допомога <https://legalaid.gov.ua/> ;

- сайт Українська мережа за права дитини <https://childrights.org.ua/pro-nas/> .

*Тетяна ХОРОШЕВА, Ольга САМОЙЛЮК, методисти
навчально-методичного кабінету психологічної служби
Полтавської академії неперервної освіти
ім.М.В.Остроградського*