

Валентина ПОУЛЬ,

*декан факультету підвищення кваліфікації педагогічних кадрів,
Донецького ОблІППО, кандидат психологічних наук, доцент*

Марина СИЧЕВСЬКА-ДЕГТЯРЬОВА,

*в.о. завідувача кафедри педагогіки і психології,
завідувач відділу розвитку особистості
Донецького ОблІППО*

Катерина НІКІТЮК,

*методист відділу розвитку особистості,
викладач кафедри педагогіки і психології Донецького ОблІППО*

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я І ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ОСОБИСТОСТІ: ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМИ РОБОТИ В УМОВАХ ЗМІН

Психологічна служба системи освіти є складовою державної системи охорони фізичного і психічного здоров'я громадян України і діє з метою сприяння створенню умов для соціального та інтелектуального розвитку здобувачів освіти, охорони психічного здоров'я, надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань системи освіти [7, с. 15].

Під час надзвичайних ситуацій існує складний взаємозв'язок між загрозами захисту і психічним здоров'ям та психосоціалічним благополуччям. За оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я, близько 22% населення України перебувають у зоні ризику виникнення психічних розладів [3]. Без належної уваги до питань захисту психічного здоров'я й особистісного суверенітету всіх учасників освітнього процесу педагогічна спільнота може зосередитися на деяких ознаках, не помічаючи сукупності індивідуальних, соціальних та структурних факторів, що можуть підірвати психічне здоров'я людини (*великий обсяг навчального навантаження, психоемоційні перевантаження учнів, зміна складу сім'ї, завищені вимоги до дитини, неконструктивні міжособистісні взаємовідносини, насильство, нетерпимість, низький рівень комунікативної компетентності, відсутність психологічної підтримки, авторитарність, суперництво, неузгодженість педагогічних позицій, емоційне вигорання, рівень управлінської культури та ін.*) Відповідно несприятливі соціальні та структурні фактори підвищують ризик виникнення психічних розладів, відчуття безпорадності і незахищеності в учасників освітнього процесу, яке унеможливорює формування сприятливого соціально-психологічного клімату закладу освіти, інтерес та мотивацію учнівства до навчання, готовність педагогів до творчої організації освітнього процесу, виявлення ініціативи до змін. Саме тому **підключення про фізичне і психічне здоров'я, як невід'ємна частина освітнього процесу та гігієни робочого місця, залишається пріоритетною метою 2025/2026 навчального року.**

Шляхи досягнення окресленої мети регулюють нормативно-правові акти, які стосуються охорони здоров'я, соціальної політики, освіти та інших сфер. Привертаємо вашу увагу до того, що розбудова цілісної системи з підтримки психічного здоров'я в закладах освіти можлива лише за наявності відповідного нормативного супроводу, методологічного підґрунтя, стратегій упровадження високої якості. Для запровадження системного підходу важливо **керуватися чинною нормативно-правовою базою.**

Відповідно до нормативних документів МОНУ, ІМЗО, УНМЦППСР НАПНУ, **пріоритетними напрямками психологічного та соціально-педагогічного супроводу освітнього процесу у 2025/2026 н. р. є:**

- ✓ Психосоціальна і психологічна допомога особам в умовах воєнного стану.
- ✓ Запобігання формуванню суїцидальної поведінки.
- ✓ Плекання професійної майстерності та протидія професійному вигоранню фахівців психологічної служби.

Психосоціальна і психологічна допомога в умовах воєнного стану

Система психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу в сучасних умовах воєнного стану діє в межах реалізації Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі (*Про Національну стратегію..., 2020*)), Концепції розвитку

охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року (Про схвалення Концепції..., 2017) та передбачає 4 аспекти:

- *зміст підтримки*, який визначається з урахуванням індивідуальних потреб педагогів та здобувачів освіти в оволодінні необхідними навичками у сфері психології управління освітнім процесом та психології групової динаміки;
- *якість підтримки*, що забезпечується спрямуванням на формування життєвої компетентності, що сприяє адаптації до змін, адекватному реагуванню в складних ситуаціях, професійному зростанню, побудові партнерської взаємодії з дітьми та батьками;
- *розв'язання організаційних питань*, яке забезпечує своєчасне гнучке мобільне реагування на потреби освітян: психоедукація, підтримувальна розмова, кола підтримки, інтервізійні і супервізійні групи;
- *навчання педагогів інноваційним технологіям* через підвищення кваліфікації, ваучери на навчання, пілотування різноманітних проєктів тощо.

Фахівцям психологічної служби пропонуємо ознайомитися з Цільовою моделлю «Система у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні», розробленою Координаційним центром з психічного здоров'я. Бачення системи базується на **широкому розумінні психічного здоров'я, у якому зміни в стані психічного здоров'я можуть бути як наслідком, так і причиною фізичних захворювань, фінансових труднощів та соціальної ізоляції**. Ця модель описує оптимальну систему психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні, спрямовану на викорінення стигми та дискримінації, надання людям можливості отримувати високоякісні послуги у сфері психічного здоров'я в місцевих громадах (зокрема і в межах закладів освіти). Запропоновані в моделі орієнтовні напрями збереження ментального здоров'я та способи піклування про свій добробут допоможуть упорядкувати профілактичну, просвітницьку та навчальну роботу, посилити консолідацію фахівців [17].

Серед провідних інновацій у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (далі – ПЗПС) визначають освітні онлайн-програми, програми підтримки «рівний – рівному» та травма-інформовану допомогу (таблиця 1).

Таблиця 1

Перелік інновацій у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки

Напрямок інновацій	Змістовна характеристика	Приклади
Освітні онлайн-програми	Освітні програми (модуль курсу або окремий курс), що сприяють підвищенню обізнаності з питань психічного здоров'я, розвитку грамотності щодо психічного здоров'я та зменшенню стигми, навчають базовій обізнаності щодо стресу, тривоги та депресії, забезпечують формування навичок соціального-емоційного спілкування.	Психологічні практики – рутини, рутизовані способи поведінки, що мають взаємопов'язані елементи тілесної та ментальної активності, речей у їх використанні, фонового знання у формі розуміння емоційних та мотиваційних станів.
Програми підтримки «рівний – рівному»	Ініціативи з підтримки «рівний – рівному» залучають педагогів та здобувачів освіти, які мають життєвий досвід проблем психічного здоров'я, надають підтримку та допомогу іншим, які стикаються з подібними проблемами. Такі програми підтримки дозволяють здоровим способом опрацьовувати свої емоції та спілкуватися з оточенням, допомагають запобігти виникненню проблем та погіршенню психічного здоров'я.	Онлайн-групи підтримки, класні або шкільні платформи для спілкування, інтервізійні групи для педагогів з обміну досвідом і підтримки «рівний – рівному», що особливо важливо в періоди, коли офлайн зустрічі обмежені.
Травма-інформована допомога	Травма-інформована практика – це підхід до втручань у сфері психосоціальної підтримки, який ґрунтується на розумінні того, що травма може вплинути на неврологічний, біологічний, психологічний та соціальний розвиток учасників освітнього процесу. Інформовані про травму підходи базуються на доказах, отриманих протягом кількох десятиліть. Метою травма-інформованої практики є усунення бар'єрів, з якими можуть зіткнутися люди, які постраждали від травми, а не	Вебінари, практикуми, тренінги, підвищення кваліфікації. Психологічні втручання низької інтенсивності (психологічна підтримка) – спрощені форми психологічного консультування, які є доказово ефективними для покращення певних аспектів психічного здоров'я та психосоціального добробуту особи

	лікування труднощів, пов'язаних із травмою. Підходи до надання допомоги з урахуванням травми стають все більш поширеними. Запровадження означених травма-інформованих практик дозволяють учасникам освітнього процесу розуміти, що відбувається з ними і тими, хто поряд, звернутися за допомогою до фахівців, створити підтримувальний освітній простір при особистому спілкуванні й під час уроку.	незалежно від ступеня тяжкості її проблем, – надаються особам, які потребують підтримки. <i>Приклад</i> – Програма «Управління проблемами плюс» (УП+).
--	--	--

Належне забезпечення дієвості інновацій у сфері ПЗПСП у закладі освіти потребує належного, систематичного та структурованого навчання (підвищення кваліфікації) всіх педагогічних працівників закладу освіти з питання надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу відповідно до Закону України «Про внесення змін до статті 51 Закону України «Про повну загальну середню освіту» щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу від 03.05.2023 № 12/38-2023/93817 (Про внесення змін..., 2023), згідно з яким така підготовка становить не менше 10% від загальної кількості академічних годин, передбачених законодавством для підвищення кваліфікації педагогічних працівників.

Вищезазначене спрямовано на формування психологічної компетентності сучасного педагога для підтримки учнівства, яка визначена новим професійним стандартом «Вчитель закладу загальної середньої освіти» (Професійний стандарт..., 2024). Психологічна компетентність дозволяє педагогу розуміти себе та інших, ефективно адаптуватися до життя в сучасному соціумі, мати гармонійні стосунки з усіма учасниками освітнього процесу, успішно реалізовувати свій особистісний потенціал, відчувати високий рівень психологічного благополуччя й бути задоволеним своєю професією та життям загалом.

Сьогодні освітяни області мають нові можливості відпрацювання алгоритмів психолого-педагогічного супроводу впровадження стратегій психологічної підтримки в дистанційному форматі в умовах воєнного стану, спрямованих на розвиток життєвих навичок стресостійкості, подолання психологічних втрат в учасників освітнього процесу.

Серед завдань психологічної служби закладу освіти щодо підвищення психологічної компетентності сучасного педагога виокремлюємо такі:

- Підтримка психічного здоров'я на робочому місці як важлива складова професійної стійкості педагогічних працівників.
- Запровадження регулярного моніторингу та раннього втручання / перенаправлення мають бути складовими внутрішньої політики психологічної безпеки як педагогів, так і всіх учасників освітнього процесу в умовах дистанційного навчання.
- Психоедукація ризиків фізичної та психологічної небезпеки, формування психологічної готовності до дій у ситуаціях, які постійно змінюються.

Допоміжними фахівцям психологічної служби в здійсненні психолого-педагогічного супроводу, зокрема в проведенні заходів з профілактики та надання первинної психологічної допомоги суб'єктам освітнього процесу з проявами посттравматичного стресового розладу, будуть матеріали інформаційного супроводу освітян щодо подолання деструктивних наслідків воєнного стану (QR 1, (Інформаційний супровід освітян..., 2025)



QR 1 Інформаційний супровід освітян..., 2025

При організації такого супроводу доцільно звернути увагу на функції психологічної служби закладу освіти в підвищенні психологічної компетентності педагогів (Кулаков, 2023):

- просвітницька функція – передбачає ознайомлення вчителів із структурою психологічної компетентності педагога як основної складової власної професійності;

- розвивкова – спрямована на розвиток у педагогів мотивації до підвищення власної психологічної компетентності; ознайомлення із практичними прийомами її підвищення;
- корекційна – акцентує увагу на корекції певних складових психологічної компетентності, у прояві яких педагоги відчувають утруднення.

Звертаємо увагу фахівців психологічної служби на застосування сучасних цифрових технологій у сфері освіти та забезпечення послуг ПЗПСП, що має відображатися в зміні стандартів надання послуг, а також у професійних та освітніх стандартах.

Цифрові технології у сфері ПЗПСП, зокрема телепсихологія, охоплюють широкий спектр послуг (телефон, інтернет, онлайн-консультування, відеоконференції, електронна пошта, соціальні мережі, блоги, форуми, мобільні програми та додатки, подкасти та ін.) та мають потенціал для розширення доступу до допомоги (з економією коштів), зменшення стигматизації та надання персоналізованої підтримки, що відповідає потребам та інтересам отримувачів послуг, культурі та контексту. Однак вони також викликають етичні міркування та питання конфіденційності, і вкрай важливо переконатися, що технологія використовується таким чином, щоб надавати пріоритет добробуту учасників освітнього процесу і безпеці даних [8].

Пропонуємо таку стратегію використання мобільних застосунків як супровідного до очних інтервенцій інструменту (за М. С. Дворник [18]):

Крок 1. Самопросвітництво щодо потенціалу та особливостей використання мобільних застосунків для підтримки психічного здоров'я. Передусім має бути сформоване уявлення про те, що мобільні застосунки є лише додатковим інструментом у взаємодії і не відмінюють цінність реальних контактів з психологом.

Крок 2. Інвентаризація власних технологічних компетенцій. Вкрай необхідною є адекватна оцінка того, наскільки фахівець сам підготовлений до користування технологією мобільних застосунків, аби використовувати її в роботі з клієнтом. Крім того, фахівцеві важливо розуміти, яким категоріям клієнтів доречно рекомендувати застосунок, уміти пояснити його функціональність і заохотити до користування, а також підтримати його у виконанні активностей, пов'язаних із внесенням або зчитуванням даних.

Крок 3. Визначення місця застосунку в процесі психологічної роботи. Залежно від спеціалізації фахівця слід визначити, на якому етапі та відповідно до яких технік психологічної роботи будуть використовуватися застосунки.

Крок 4. Підбір релевантного застосунку. Завантажуваний на пристрій потерпілого застосунок має відповідати конкретній меті впливів.

Крок 5. Безпосереднє користування застосунком. Для безпосередньої експлуатації застосунку в роботі його мають завантажити і фахівець, і учасник освітнього процесу, аби пересвідчитися в однаковості розуміння його відображення та функціонування.

Здійснюючи імплементацію застосунків у традиційний процес роботи психолога з клієнтами, варто орієнтуватися саме на домовленості з приводу таких нововведень, постійно коригуючи міру їхньої наявності та функціональної спрямованості в процесі допомоги.

Запобігання формуванню суїцидальної поведінки

Під час надзвичайних ситуацій можуть зростати фактори ризику самогубства, наприклад, фінансові труднощі, безробіття та соціальна ізоляція. Тому зусилля, спрямовані на запобігання самогубствам, є критично важливими. За статистикою ВООЗ, самогубство є третьою головною причиною смертності серед молодих людей у віці від 15 до 29 років. У зоні ризику вчинення самогубства перебувають люди, які мають тривалі психічні розлади, пережили насилля, катастрофу чи серйозний конфлікт, втрату близької людини, мають алкогольну чи наркозалежність, особи, які часто зазнають дискримінації. Найсильнішим фактором ризику скоєння суїциду є попередня спроба його вчинити.

Суїцидальна поведінка – це складний і тривалий процес, що об'єднує всі різновиди і прояви психічної діяльності, спрямовані на позбавлення себе життя. Причини такого складного феномену як суїцид містять у собі соціальні, економічні, психологічні, культурні, релігійні і медичні фактори ризику.

Першочерговою умовою попередження самогубств серед учнів є ретельне психолого-педагогічне виявлення дітей, чиї особистісні риси створюють підвищений ризик суїциду, індивідуальна робота з цією категорією дітей, розробка системи профілактичних заходів, широка просвітницька робота з

сім'ями (Лист Міністерства № 1/9-179 від 28.03.14 «Щодо профілактики суїцидальних тенденцій серед учнів»; Лист Міністерства № 2/3-14-1572-15 від 07.08.2014 «Щодо профілактики учинення дітьми навмисних самоушкоджень»).

Привертаємо вашу увагу до керівництва Всесвітньої організації здоров'я «Живи життя» /Livelife – як прикладу системного підходу до розвитку соціально-емоційних життєвих навичок у підлітків, запобігання самогубствам і обмеження доступу до засобів скоєння самогубства. Воно докладно описує практичні аспекти впровадження чотирьох науково обґрунтованих підходів до запобігання самогубствам (обмеження доступу до засобів скоєння самогубства; взаємодія зі ЗМІ щодо відповідального висвітлення теми самогубства; розвиток соціально-емоційних життєвих навичок у підлітків; раннє виявлення, оцінка, ведення та подальший супровід осіб із суїцидальною поведінкою), а також шість основоположних для цього впровадження принципів (аналіз ситуації, мультисекторальна співпраця, підвищення обізнаності та адвокація, розбудова спроможностей, фінансування, нагляд, моніторинг та оцінювання). У процесі організації профілактичної та просвітницької роботи фахівцям рекомендовано «не зосереджуватися безпосередньо на темі самогубства, а використовувати позитивний підхід до психічного здоров'я». Підкреслено, що підвищення грамотності у сфері психічного здоров'я може допомогти зменшити стигму та збільшити знання про психічне здоров'я. Водночас, допомагаючи молоді навчитися розрізняти тривожні ознаки в собі та інших, можна заохотити її звертатися за допомогою. Посібник доповнено прикладами з різних країн світу – вони ілюструють декілька видів мотивувальної діяльності в різноманітних контекстах [1].

Важливо також у профілактичній роботі передбачити роботу не з наслідками, а з причинами аутоагресивної поведінки; вона повинна проводитися на випередження розвитку ситуації. Доцільним є звернення уваги на умови попередження аутоагресивної поведінки молоді на макрорівні (рівні суспільства); мезорівні (рівні ЗО) та мікрорівні (рівні особистості). На макрорівні профілактична робота з аутоагресивною поведінкою має бути спрямована на створення негативного образу суспільної думки щодо будь-яких видів аутоагресивної поведінки, особливо через засоби масової інформації та соціальну рекламу в контексті формування установок молоді на здоровий спосіб життя; спеціальні програми виступу кумирів молоді, які пропагують здоровий образ життя тощо.

Сьогодні фахівці психологічної служби накопили значну кількість профілактичних програм. Нагадуємо, що профілактичні програми для фахівців психологічної служби розміщені на сайті Інститут модернізації змісту освіти МОН України. ***Отже, профілактичні заходи будуть ефективними лише за умови систематичного, комплексного впровадження різних форм роботи та створення умов для життєдіяльності й самореалізації учасників освітнього процесу.***

Плекання професійної майстерності та протидія професійному вигоранню фахівців психологічної служби

Безумовно, ефективність і дієвість системи роботи щодо гарантування психологічної безпеки, надання психологічної і соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу визначає **здатність і готовність фахівця дотримуватися фундаментальних принципів підтримки психічного здоров'я** [11, с. 18], а саме:

- ✓ **людиноцентричність** – орієнтація на потреби, цінності та інтереси конкретної людини під час ухвалення рішень, надання послуг та розроблення політик; повага свободи думки, совісті та віросповідання під час надання допомоги у сфері ПЗПСР; повага до права постраждалих на конфіденційність і поінформовану згоду; захист постраждалих унаслідок порушення прав людини від подальшої стигматизації;
- ✓ **визнання унікальності особистості** – орієнтація на виявлення й розвиток позитивних якостей і ресурсів осіб, які мають психічні розлади, інші проблеми, що стосуються психічного здоров'я, підвищення рівня життєстійкості та переорієнтацію таких осіб із проблем і обмежень на потенціал і можливості особи або групи осіб;
- ✓ **дотримання норм професійної етики, гідність та повага** – визнання впливу, який психічна травма або потенційно травматична подія справляє на життя людини, з метою створення безпечного середовища й уникнення повторної травматизації, дискримінації, запобігання стигматизації; повага до прав та свободи особи, незалежно від стану її психічного здоров'я, доброзичливість, конфіденційність інформації;
- ✓ **співпраця та партнерство** через створення комплексної мережі підтримки;

- ✓ **наукова обґрунтованість та доведена ефективність** – застосування тих форм, методів і засобів надання допомоги у сфері психічного здоров'я, що мають наукове підґрунтя, підтверджені даними наукових досліджень та були апробовані в практичній діяльності;
- ✓ **забезпечення рівного доступу** до різноманітної, якісної, особистісно-орієнтованої, заснованої на дотриманні прав людини підтримки психічного здоров'я незалежно від місця перебування особи чи життєвих обставин;
- ✓ **системності та сталості освітньої політики у сфері психічного здоров'я** – забезпечення послідовності та безперервності надання допомоги у сфері психічного здоров'я; культура та цінності працівників закладу освіти в ставленні до психічного здоров'я мають бути висвітлені в системі положень (спеціальному кодексі, положенні, статуті) та інших регуляторних документах;
- ✓ **компетентності** – передбачає систематичне підвищення кваліфікації всіх, хто може та має бути залученим (представники адміністрації, педагоги, психологи, соціальні педагоги) до створення освітнього простору, сприятливого для психічного здоров'я та реалізації системи першої психологічної допомоги, програм популяризації психічного здоров'я.

На допомогу педагогам Донецький ОблППО пропонує тренінги та практикуми підвищення кваліфікації за понад 20 освітніми програмами. Щороку оновлені програми підвищення кваліфікації для фахівців психологічної служби і педагогічних працівників усіх категорій розміщено на вебсайті Донецького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти в розділі «Підвищення кваліфікації» та доступні для перегляду за покликанням: https://drive.google.com/drive/folders/1nwzQbWRKjRAKb9MOT51eG144omS_Lyfh

Акцентуємо увагу, що запроваджено додаткові освітні послуги, зокрема реєстрацію за освітньою програмою Програма «Управління проблемами плюс» (УП+), яка була розроблена Всесвітньою організацією охорони здоров'я для роботи з дорослими в стані дистресу в громадах, що зазнають впливу несприятливих обставин, перебувають у стані стресу, з депресивними, тривожними розладами і проживають у громадах, які постраждали внаслідок несприятливих обставин. Донецький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти має підготовлених тренерів супервізорів, які здійснюють навчання з підготовки консультантів за цією програмою. Кожна громада має можливість підготувати фахівців з надання зазначених послуг, оскільки оплата за навчання може здійснюватися як за кошти громади, так і за ваучер служби зайнятості.

У реаліях сьогодення важливо врахувати, що педагогічні працівники та фахівці соціально-психологічної служби освіти постійно перебувають у центрі уваги та змушені взаємодіяти з різними людьми, часто працюють в умовах високого темпу та великого обсягу роботи, що значно підвищує ризик розвитку професійного вигорання.

Професійне вигорання – це стан емоційного, фізичного та розумового виснаження, спричинений тривалим або повторюваним стресом, пов'язаним з роботою. Понаднормова робота вдома й на вихідних, термінові виклики – усе це сигнали реальної загрози початку синдрому вигорання. Подолання цього стану потребує комплексного підходу та активної участі самої людини.

Є безліч стратегій і технік, які можуть допомогти впоратися з вигоранням та відновити ресурсний стан. Фахівці Донецького ОблППО у 2025–2026 рр. запрошують психологів і соціальних педагогів області до участі в ресурсних зустрічах «Коло добробуту: підтримка особистісно-професійного розвитку фахівця психологічної служби». Під час зустрічей учасники розглядають процеси підтримання ресурсного стану, властивості особистості, які відіграють важливу роль в адаптації та саморегуляції і можливість відновлення після стресових подій, ресурси, що сприяють самовідновленню на тілесному, особистому та соціальному рівнях.

Отже, у реаліях сьогодення соціально-психологічна значущість адаптації та саморегуляції в умовах війни зумовлює актуальність розвитку резильєнтності як розумової, фізичної, емоційної та поведінкової здатності людини адаптуватися, відновлюватися, успішність подолання життєвих труднощів безпосередньо залежить від розуміння власних механізмів і способів відновлення життєвих сил.

Для організації належного психологічного, соціально-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу у 2025/2026 навчальному році вбачаємо за необхідне спрямувати увагу й зусилля консультантів і психологів ЦПРПП, фахівців психологічної служби на реалізацію актуальних завдань:

- здійснювати комплексну психосоціальну і психологічну допомогу особам в умовах воєнного стану, зокрема здобувачам освіти з числа внутрішньо переміщених осіб та тим, хто виїхав за

- кордон; сім'ям, захисників і захисниць України;
- посилити роботу щодо запобігання формуванню суїцидальної поведінки через забезпечення захисту прав і свобод дітей, створення безпечного освітнього середовища (запобігання насильству (домашньому насильству), булінгу (мобінгу) в учнівському колективі); впровадження в освітній процес програм спецкурсів та факультативів, які сприяють розвитку соціально-емоційних компетентностей та життєвих навичок;
- підвищувати психологічну компетентність, посилити роботу щодо профілактики професійного вигорання фахівців психологічної служби.

Список використаних джерел

1. Всесвітня організація охорони здоров'я. Живи життя: настанови із запобігання самогубствам у країнах світу. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ; 2024. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. URL : <https://surl.li/ejgqef>
2. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / переклад з англ. О. Лизак, О. Наконечна, О.Шлапак. Львів : Вид-во Старого Лева, 2015. 416 с.
3. Збітнева О., Чабан О., Омелянович В. Цільова модель «Система у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки» як відповідь на руйнівний вплив війни в Україні. PMGP [інтернет]. 30, Вересень 2024 [цит. за 12, Червень 2025];9(3):e0903539. URL : <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/539>
4. Інформаційний супровід освітан щодо подолання деструктивних наслідків воєнного стану (ПТСР): реферативний огляд / упоряд.: О. В. Углова; заг. ред. М. Л. Ростока, наук. кер. досл. О. П. Лучанінова; бібліогр. ред. О. В. Углова. Віртуальний читальний зал освітянина ДНПБ України ім. В. О. Сухомлинського. Київ, 2025. Ч. 2. 22 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744872/1/ER-1_ias_ptsr_2025.pdf
5. Коли світ на межі змін: школа, чутлива до психічного здоров'я. «Го Глобал» у межах проєкту гуманітарного реагування, що впроваджується в Україні міжнародною неурядовою організацією «Finn Church Aid» (FCA) 13.04.2023.pdf URL: <http://surl.li/hmcsmi>.
6. Кулаков Р. Психологічна компетентність сучасного педагога: поняття та структура. Психологія: реальність і перспективи. Випуск 20, Збірник наукових праць РДГУ. 2023. С. 90–98.
7. Науково-методичні основи психологічного супроводу діяльності вчителя в умовах реформування освіти (діагностика і корекція): практичний посібник. / авт. кол.: В.Г.Панок, І. В. Марухина, В. В. Рибалка, В. М. Горленко, Д. Д. Романовська, В.В.Предко, С. К. Шандрук, М. В. Саврасов, Н. В. Сосновенко; за наук. ред. В.Г.Панка. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України, 2022. 192 с. URL : <http://surl.li/dkfqef>
8. Поуль В., Колган Т. Інтегральний підхід у підтримці здобувачів освіти Донецчини: телетехнології адаптації, відновлення та розвитку під час війни. CONTEMPORARY TECHNOLOGIES AND SOCIETY: INNOVATIONS, ARTIFICIAL INTELLIGENCE, AND CHALLENGES. Collective Scientific Monograph. Katowice. 2023. 279–285. URL : <http://www.wydawnictwo.wst.pl/uploads/files/fc72d78bb069f493b87e716a1f31a05b.pdf>
9. 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>.
10. 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>
11. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України //Наказ МОН України № 509 від 22.05. 2018 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18#Text>
12. 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>
13. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Указ Президента України; Стратегія від 25.05.2020 № 195/2020. URL: <http://surl.li/cpcbe>
14. Про систему охорони психічного здоров'я в Україні // Закон України № 12030 URL: <https://itd.rada.gov.ua/BILLINFO/Bills/Card/44876>
15. Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. Розпорядження Кабінету Міністрів № 1018-р від 27 грудня 2017 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#Text>
16. Професійний стандарт «Вчитель закладу загальної середньої освіти». Наказ МОН України № 1225 від 29 серпня 2024 р. URL : https://register.nqa.gov.ua/uploads/0/646-ilovepdf_merged.pdf

17. Система у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Цільова модель / Збітнєва О., Гауф В., Мазур Ю., Колоколова В., Голотенко А., Чигринська Л., Микичак І., Іванів Н., Гнатюк С. URL : <https://howareu.com/static-objects/howareu/media/Posibnuki/2024-06-06%20%D0%A6%D0%9C%20%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%96%D1%8F%202.0.pdf>
18. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.]; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

Олексій БУРЕНКО,

методист центру цифрової освіти

Донецького ОблППО

ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

Сучасна система освіти в Україні продовжує функціонувати в умовах невизначеності й турбулентності, зумовлених воєнним станом, що триває, і потребою оперативно адаптуватися до змін. Новий 2025-2026 навчальний рік висуває перед закладами освіти низку викликів, які потребують системного реагування на всіх рівнях – від адміністрації до кожного вчителя. Одним із найбільших викликів залишається нестабільна безпекова ситуація, що обмежує можливість проведення очного навчання, особливо в прикордонних або тимчасово переміщених закладах.

Водночас загострюється проблема цифрової нерівності: багато учнів досі не мають стабільного доступу до пристроїв чи якісного інтернету. Зростає потреба в підвищенні цифрової грамотності як здобувачів освіти, так і педагогів, які змушені щодня працювати з новими платформами, інструментами й форматами взаємодії. Нерідко це призводить до перевантаження вчителів через недостатньо скоординоване використання цифрових ресурсів.

Важливою ланкою роботи є активне впровадження штучного інтелекту в освітній процес. Ця тенденція відкриває нові можливості, але водночас вимагає переосмислення методик навчання та підвищення обізнаності вчителів у галузі етичного й безпечного застосування таких технологій.

Усе це вимагає комплексного підходу до цифрової трансформації освіти, оновлення стратегій цифрового розвитку та підвищення готовності шкіл до нових форматів навчання.

Цифрова трансформація закладів освіти у 2025-2026 навчальному році повинна бути спрямована на створення сталої, безпечної та ефективно цифрової екосистеми, яка забезпечить безперервність освітнього процесу, зручність управління та високий рівень взаємодії всіх учасників.

1. Впровадження Google Workspace або Microsoft Office 365 Education. Ці хмарні платформи пропонують повний набір безкоштовних інструментів для організації навчання, спільної роботи, зберігання даних і адміністрування. Вони дають можливість налагодити дистанційне та змішане навчання, забезпечити корпоративну електронну пошту, проводити онлайн-уроки, перевіряти домашні завдання, а також вести внутрішній документообіг. Вибір платформи залежить від технічних можливостей, досвіду педагогів і адміністрації, але бажано, щоб у межах одного закладу освіти використовувалася єдина система.
2. Перехід на електронний документообіг з використанням КЕП/ЕЦП. Використання кваліфікованого електронного підпису (КЕП) дає змогу забезпечити юридичну силу електронних документів, мінімізувати потребу в паперовій документації, підвищити швидкість та зручність управлінських процесів. Це особливо актуально для тимчасово переміщених закладів освіти або тих, що працюють у дистанційному режимі. Для оптимізації процесів варто використовувати безкоштовні сервіси, наприклад, «Paperless» від ПриватБанку.
3. Підключення до платформи «Мрія» або іншої державної єдиної цифрової системи. Універсальні освітні платформи, такі як «Мрія», дозволяють інтегрувати електронні журнали, розклад, навчальні матеріали, особисті кабінети учнів та батьків, а також елементи дистанційного навчання. Це зменшує фрагментованість цифрового середовища, забезпечує єдиний стандарт для всіх учасників і спрощує контроль за якістю освіти.
4. Забезпечення захисту персональних даних та регулярне резервне копіювання. Захист особистої інформації учасників освітнього процесу є обов'язковою умовою цифрової трансформації.