

Щодо діяльності психологічної служби системи освіти м. Кременчука у 2022/2023 н.р.

*Рекомендації інструктивно-методичної наради працівників психологічної
служби ЗЗСО м. Кременчука 30.08.2022*

В умовах військової інтервенції російської федерації до України, одним із головних завдань закладу освіти є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу. Першу психологічну допомогу та емоційну підтримку на різних рівнях у закладі освіти проводять усі педагогічні працівники (вчителі-предметники, класні керівники, медичн(а/ий) сестра/брат тощо).

При плануванні психолого-педагогічного супроводу освітнього процесу у 2022-2023 навчальному році практичним психологам і соціальним педагогам закладів освіти:

1. Взяти до уваги та використовувати в роботі рекомендації, викладені у листах Міністерства освіти і науки України від 02.08.2022 № 1/8794-22 «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році» (<https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-diyalnosti-psihologichnoyi-sluzhbi-u-sistemi-osviti-v-20222023-navchalnomu-roci>), від 10.08.2022 №9105-22 «Щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022-2023 н.р.» в якому представлені матеріали для організації роботи по забезпеченню прав дитини, протидії булінгу, домашньому насильству, торгівлі людьми, профілактиці шкідливих звичок та девіантної поведінки (<https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-organizaciyi-vihovnogo-procesu-v-zakladah-osviti-u-20222023-n-r>), листа ПАНО від 23.08.2022 № 01-22/539 «Методичні рекомендації до нового 2022/2023 навчального року, додаток «Організація роботи працівників психологічної служби Полтавської області у 2022-2023 н.р.» (<http://pano.pl.ua/pidrozdlly/tsentr-praktychnoi-psykholohii-i-sotsialnoi-roboty?id=303>) .

2. Інформувати учасників освітнього процесу щодо можливості отримання психологічних послуг у закладі освіти, розмістити на вебсайтах закладів освіти інформацію про практичного психолога та соціального педагога (телефони для зв'язку, час для звернення, напрями отримання послуг працівників психологічної служби). Продовжити створення та функціонування на сайтах закладів освіти сторінки «Кабінет психолога/соціального педагога» та онлайн-консультування.

3. Оприлюднити на вебсайтах контакти безкоштовної кризової психологічної допомоги в період війни в країні. Орієнтовний список контактів розміщений у Додатку 1.

4. Взяти до уваги, що документація працівників психологічної служби ведеться відповідно до листа МОН від 24.07.2019 № 1/9-477 «Про типову документацію працівників психологічної служби у системі освіти України»

(<https://imzo.gov.ua/2019/07/25/lyst-mon-vid-24-07-2019-1-9-477-pro-typovu-dokumentatsiiu-pratsivnykiv-psykholohichnoi-sluzhby-u-systemi-osvity-ukrainy>).

Форма і змістовна частина річного плану роботи соціального педагога формується за напрямками роботи з учасниками освітнього процесу закладу освіти, зазначеними у згаданому листі. Змістовна частина плану практичного психолога формується за трудовими функціями (на заміну «Напрямам роботи з учасниками освітнього процесу закладу освіти»), відповідно до професійного стандарту «Практичний психолог закладу освіти» (https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2020/12/Standart_Praktychnyy_psykholoh.pdf), а саме: здійснення психологічної профілактики; здійснення психологічної просвіти щодо психологічного благополуччя та психологічного здоров'я; здійснення психологічної діагностики; надання психологічної допомоги за запитом та/або відповідно до виявленої потреби в такій допомозі (такі види роботи як корекційно-розвиткові, розвивальні заняття, психологічне консультування, інше); здійснення власного професійного розвитку та саморозвитку; співпраця з педагогічними (науково-педагогічними) працівниками щодо організації ефективної освітньої діяльності та співучасті у створенні, підтримці та розвитку психологічно безпечного середовища в закладі освіти; здійснення організаційно-методичної діяльності під час виконання трудових функцій.

У вступі до плану роботи практичного психолога/соціального педагога слід зазначити нормативні документи, на яких ґрунтується діяльність практичного психолога, соціального педагога вказані в [листі ПОІППО від від 11.10.2021 № 01-22/961 "Про методичні рекомендації щодо впровадження заходів, передбачених нормативно-правовими актами, працівниками психологічної служби протягом 2021-2022 н.р."](#), а також листи, надіслані Міністерством освіти і науки України у 2022 році, зокрема:

- «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році» від 02.08.2022 р. №18794-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-diyalnosti-psiologichnoyi-sluzhbi-usistemi-osviti-v-20222023-navchalnomu-roci>

- «Щодо запобігання та протидії сексуальному насильству, пов'язаному зі збройною агресією російської федерації на території України» від 22.06.2022 р. № 1/6885-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-zapobigannya-ta-protidiyi-seksualnomunasilstvu-po-vyazanomu-zi-zbrojnoyu-agresiyeyu-rosijskoyi-federaciyi-nateritoriyi-ukrayini>

- «Про Рекомендації щодо усунення ризиків торгівлі людьми у зв'язку з війною в Україні та гуманітарною кризою» від 14.06.2022 р. № 1/6355-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-rekomendaciyi-shodo-usunennya-rizikivtorgivli-lyudmi-i-u-zv'yazku-z-vijnoyu-v-ukrayini-ta-gumanitarnoyu-krizoyu>

- “Про деякі питання національно-патріотичного виховання в закладах освіти України” від 10.06.2022р. № 1/6267-22 Ресурс доступу:

<https://imzo.gov.ua/2022/06/13/lyst-mon-vid-10-06-2022-1-6267-22-prodeiaki-pytania-natsional-no-patriotychnoho-vykhovannia-v-zakladakh-osvityukrainy/>

- «Про запобігання та протидію домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні» від 30.05.2022 № 1/5735-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zapobigannya-ta-protidiyu-domashnomunasilstvu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini>

- «Про здійснення превентивних заходів серед дітей та молоді в умовах воєнного стану в Україні » від 13.05.2022 р. № 1/5119-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zdijsnennya-preventivnih-zahodiv-sered-ditej-ta-molodi-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini>

- «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» від 29.03.2022 р. № 1/3737-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zabezpechennya-psihologichnogoprovodu-uchasnikiv-osvitnogo-procesu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini>

- «Щодо запобігання торгівлі людьми в умовах воєнної агресії » від 25.03.2022 р. № 1/3663-22 Ресурс доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-zapobigannya-torgivli-lyudmi-v-umovah-voyennoyi-agresiyi>.

5. Перелік нормативно-правового забезпечення фахівців психологічної служби у системі освіти України розміщено на вебсайті ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» за покликанням <https://imzo.gov.ua/psychologichnyi-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichnarobota/normatyvno-pravova-baza/>), який постійно оновлюється.

6. Взяти до уваги, що основні завдання роботи працівників психологічної служби у 2022-2023 н.р. викладені в листі МОН від 02.08.2022 № 1/8794-22 «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році», зокрема основний зміст просвітницької роботи складає:

- інформування з проблем торгівлі людьми;
- інформування з питань запобігання та протидії домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні;
- формування у здобувачів освіти національних та європейських цінностей;
- ознайомлення педагогів з технологіями надання першої психологічної допомоги учасникам освітнього процесу та запровадження «Психологічної хвилини» під час уроків;
- інформування про вплив та наслідки вживання наркотичних, психоактивних речовин, алкоголю та тютюнопаління;
- ознайомлення учасників освітнього процесу із загрозами, які може нести інтернет (шахрайство, спам, кібербулінг тощо);
- популяризація ненасильницької моделі поведінки;
- формування моральної поведінки, активної життєвої позиції, єдності слова і діла в особистості, готовності брати активну участь у житті своєї держави;

- ознайомлення педагогів та батьків здобувачів освіти з основними закономірностями та умовами сприятливого розвитку дитини;
- інформування усіх учасників освітнього процесу з питань збереження їхнього соціального благополуччя і психічного здоров'я.

Тематичні напрями роботи на підтримку психічного здоров'я учасників освітнього процесу викладені в листі ПАНО від 23.08.2022 № 01-22/539 «Методичні рекомендації до нового 2022/2023 навчального року, додаток «Організація роботи працівників психологічної служби Полтавської області у 2022-2023 н.р.» (Таблиця 1).

При плануванні роботи врахувати, що визначення пріоритетних завдань та тематичних напрямів роботи практичного психолога та соціального педагога в конкретному закладі освіти залежить від моніторингу фахівцями ситуації з організацією освітнього процесу на початок навчального року, особливостей контингенту учасників освітнього процесу, аналізу запитів за попередній навчальний рік щодо психологічного забезпечення та соціально-педагогічного патронажу, запиту адміністрації закладу. За потреби, протягом навчального року до плану можуть вноситися зміни.

7. З метою стабілізації психоемоційного стану здобувачів освіти та їх налаштування на освітню діяльність фахівцям психологічної служби рекомендовано впроваджувати «годину психолога/соціального педагога» та факультативні курси (<https://drive.google.com/file/d/1XJeuteWxmdYypqcgHbAkIm7TYYdSDPFF/view>). Врахувати час на проведення «години психолога» у плані роботи закладу освіти в частині позакласної роботи 1 раз на місяць для кожної групи/класу.

8. Взяти до уваги, що:

- програми факультативів, спецкурсів і курсів за вибором, які спрямовано на збереження і зміцнення психічного здоров'я, завдяки яким відбувається підвищення психологічної культури усіх учасників освітнього процесу розміщено на вебсайті ДНУ «ІМЗО»: <https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialnopedahohichna-robota/fakul-tatyvy/>;
- [перелік навчальної літератури та навчальних програм з психології та педагогіки, рекомендованих МОН України для використання в освітньому процесі закладів освіти у 2022-2023 н. р. розміщений за покликанням: https://docs.google.com/spreadsheets/d/1dduk4WZMoMiIMrRgJuJLdikGjTYoYU5a/edit#gid=1309056704](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1dduk4WZMoMiIMrRgJuJLdikGjTYoYU5a/edit#gid=1309056704) ;
- навчально-методичні матеріали щодо роботи в умовах війни розміщено на вебсайті ДНУ «ІМЗО»: <https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialnopedahohichna-robota/materi-aly-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voienykh-diy> ;
- матеріали з протидії булінгу: на сайті МОН за покликанням <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/protidiya-bulingu/korisni-posilannya-shodo-temi-antibulingu>, сторінка на сайті ПАНО за покликанням

<http://pano.pl.ua/pidrozdily/tsentr-praktychnoi-psykholohii-i-sotsialnoi-roboty/2-i/1571-protydiia-bulinhu-diialnist-zakladiv-osvity>;

- популяризація ненасильницької моделі поведінки (посібник «Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти» (https://www.unicef.org/ukraine/sites/unicef.org.ukraine/files/2020-07/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B4%D1%96%D1%8F%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D1%81%D1%82%D0%B2%D1%83_0.pdf), посібник «Попередження насильства в закладах освіти» (https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/02/18/Posibnyk_POPEREDZHEN_NYA_NASYLSTVA.pdf);

- матеріали для ознайомлення учасників освітнього процесу із загрозами, які може нести інтернет (шахрайство, спам, кібербулінг тощо «Безпека дітей в інтернеті» за покликанням <https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-int%20erneti>, «Безпека в інтернеті» <https://imzo.gov.ua/diyalnist/bezpeka-v-interneti/>);

- матеріали для інформування з питань запобігання та протидії домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні (лист МОН «Про запобігання та протидію домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні» від 30.05.2022 № 1/5735-22 <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zapobigannya-ta-protidiyu-domashnomu-nasilstvu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini>), на сторінці ПАНО за покликанням <http://pano.pl.ua/pidrozdily/tsentr-praktychnoi-psykholohii-i-sotsialnoi-roboty/2-i/1472-metodychne-zabezpechennia-diialnosti-zakladiv-osvity-z-problemy-zapobihannia-ta-protydii-domashnomu-nasyilstvu> .

9. В роботі з ознайомлення педагогів з технологіями надання першої психологічної допомоги учасникам освітнього процесу та запровадження «Психологічної хвилинки» під час уроків рекомендовано використовувати матеріали та ресурси:

- лист МОН від 04.04.2022 № 1/3872-22 «Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритми дій» (<https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-metodichni-rekomendaciyi-persha-psihologichna-dopomoga-algoritm-dij>);

- курс підвищення кваліфікації для освітян «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу в період воєнного та повоєнного часу» (<https://hryoutest.in.ua/courses/programa-pidvishchennya-kvalifikaciji-psihologichnoji-pidtrimki-dlya-osvityan-ta-batkiv>);

- Поради з надання першої психологічної допомоги людям, які пережили кризову подію (<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-z-nadannya-pershoyi-psihologichnoyi-dopomogi-lyudyam-yaki-perezhyli-krizovu-podiyu>),

- «Психологічні хвилинки», психогімнастика
<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialnopedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykhdiy/vpravy-dlia-ditey-ta-pidlitkiv-iaki-perebuvaiut-u-stresoviy-sytuatsii-dlia-zniattiapsykhoemotsiynoho-napruzhennia/>).

Перелік матеріалів та ресурси для використання в роботі працівників психологічної служби по психологічній підтримці учасників освітнього процесу під час війни розміщено в Додатку 2.

10. При проведенні діагностичної роботи використовувати діагностичні матеріали, які пройшли експертизу і дозволені для використання в освітньому процесі. Методичні рекомендації «Застосування діагностичних мінімумів у діяльності працівників психологічної служби» та діагностичний інструментарій для фахівців психологічної служби розміщено на вебсайті ДНУ «ІМЗО» (<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichnarobota/informatsijna-baza-psycholohiv-ta-sotsialnyh-pedahohi/navchalno-metodychnimaterialy-dl-ya-psycholohiv/psychodiahnostychna-robota/>).

11. Для координації діяльності працівників психологічної служби рекомендується використовувати орієнтовні циклограми діяльності практичних психологів і соціальних педагогів, розміщені за покликанням (<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichnarobota/informatsijna-baza-psycholohiv-ta-sotsialnyh-pedahohi/navchalno-metodychnimaterialy-dl-ya-psycholohiv/psychodiahnostychna-robota/>).

12. Взяти до уваги, що програми рекомендовані для використання в просвітницькій, корекційній роботі розміщені на вебсайті ДНУ «ІМЗО» https://docs.google.com/document/d/19dpxAbi_SdxfelZqxFX8QDgWVF-uIk1z/edit)

- сторінці Всеукраїнського конкурсу програм практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі», сайт ІМЗО <https://imzo.gov.ua/vseukrains-kyy-konkurs-avtors-kykh-prohram-praktychnykh-psycholohiv-i-sotsial-nykh-pedahohiv-novi-tekhnohii-u-noviy-shkoli/avtors-ki-prohramy/>,

- сайті ПАНО за посиланням <https://cutt.ly/MXY4Lgo>.

Перелік корекційно-розвиткових програм, типових освітніх програм, методичних рекомендацій, навчально-методичних посібників для роботи з дітьми з особливими освітніми потребами розміщено на вебсайті ДНУ «ІМЗО» (<https://imzo.gov.ua/osvita/zagalno-serednya-osvita/korektsiyni-programi/>).

13. Взяти до відома, що методичними розробками, які необхідні для атестації працівників психологічної служби при встановленні/підтвердженні раніше встановленого педагогічного звання «практичний психолог-методист» вважаються такі розробки:

- авторські програми практичних психологів і соціальних педагогів, які є переможцями та лауреатами II (обласного) етапу Всеукраїнського конкурсу «Нові технології у новій школі»;

- корекційно-розвиткові, просвітницькі, профілактичні індивідуальні та групові програми, що затверджені до використання в закладах освіти області Експертною комісією при НМКПС ПАНО.

14. Врахувати, що у 2022-2023 навчальному році Всеукраїнський конкурс для практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі» пройде у номінації «Профілактичні програми». Положення про конкурс та умови його проведення розміщені на сайті ІМЗО за покликанням <https://imzo.gov.ua/vseukrains-kyy-konkurs-avtors-kykh-prohram-praktychnykh-psykholohiv-i-sotsial-nykh-pedahohiv-novi-tekhnohii-u-noviy-shkoli/normatyvno-pravova-baza-konkursu/>. Інформація щодо обласного етапу Конкурсу розміщена сторінці НМКПС ПАНО за посиланням: <https://cutt.ly/jZnHeE>.

15. Використовувати матеріали сайтів:

- Міністерства освіти та науки України
<https://mon.gov.ua/ua/tag/psikhologichna-dopomoga> ,

- Інституту модернізації змісту освіти
<https://imzo.gov.ua/psychologichnyi-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voienynykh-diy> ,

- Полтавської академії неперервної освіти, навчально-методичний кабінет психологічної служби
<http://pano.pl.ua/pidrozdil/tseentr-praktychnoi-psykholohii-i-sotsialnoi-roboty>

- Психологічна служба системи освіти м. Кременчук
<https://psckr.blogspot.com/> ,

- Психологічна служба закладів освіти м. Кременчук
<https://www.facebook.com/groups/2241785679472726/>

*Директор КНМЦПС Леся Сирота
Методист КНМЦПС Людмила Зюман*

**Корисні посилання щодо допомоги та підтримки в ситуаціях
наси́льства, торгівлі людьми, складних життєвих обставин**

1. Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді: 0 800 500 225 або 116 111 (безкоштовно зі стаціонарного та мобільного телефонів, анонімно), Messenger @childhotline.ukraine, Instagram @childhotline_ua, Telegram @CHL116111.
2. Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації: 0 800 500 335 або 116 123 з мобільних або стаціонарних телефонів цілодобово (безкоштовно, анонімно, конфіденційно).
3. Поліція: 102.
4. Центр надання безоплатної правової допомоги: 0 800 213 103.
5. Анонімний онлайн-щоденник «Тільки нікому не кажи» дає можливість написати листа тому, з ким складно поділитися своїми переживаннями в реальному житті про булінг у школі, нерозділене кохання чи непорозуміння з батьками (<https://secrets.1plus1.ua/>).
6. Перша національна лінія довіри для попередження суїциду: 73 33.
7. Екстрена психологічна допомога при Кризовому Центрі медикопсихологічної допомоги: (068) 770 37 70, (099) 632 18 18, (093) 609 30 03.
8. «Лінія допомоги»: (067) 975 76 76, (066) 975 76 76, (093) 975 76 76.
9. Лінія психологічної допомоги для учасників АТО та членів їх сімей: 0 800 505 085.
10. Служба медико-психологічної допомоги та профілактики гострих кризових станів: (044) 456 17 02, (044) 456 17 25.
11. Національна урядова «гаряча лінія» для постраждалих від домашнього насильства – 15 47.
12. «Гаряча лінія» Уповноваженого Президента України з прав дитини: (044) 255 76 75.
13. Освітній омбудсмен України: (095) 143 87 26 (ez@eo.gov.ua, <https://eo.gov.ua/>).
14. «Гаряча лінія» психологічної допомоги та протидії насильству (<https://www.unicef.org/ukraine/stories/hot-lines>).
15. Національна «гаряча лінія» з питань наркозалежності та ЗПТ: 0 800 507 727.
16. Анонімні консультації на сайтах teensLIVE (від фахівців клінік, дружніх до молоді), supportME (від фахівців).
17. Уповноважений Президента України з прав дитини (044) 255 76 75.
18. Національна гаряча лінія з протидії торгівлі людьми та консультування мігрантів: 0-800-505-501 (безкоштовно зі стаціонарних телефонів), 527 (безкоштовно з номерів мобільних операторів України пн. – пт. з 10:00 до 21:00, сб. з 10:00 до 18:00).

19. Гаряча лінія Міністерства закордонних справ України для громадян України, які опинилися в надзвичайних ситуаціях за кордоном: (044) 238 16 57.
20. Департамент боротьби зі злочинами, що пов'язані з торгівлею людьми Національної поліції України: (044) 374 37 85 (пн. - сб. з 09:00 до 18:00).
21. Гаряча лінія емоційної підтримки Міжнародної організації з міграції: 0 800 211 444.
22. Гаряча лінія з профілактики суїцидів (<https://lifecycleukraine.com/>).

Контакти безкоштовної кризової психологічної допомоги

1. Гаряча лінія професійної підтримки «Стоп паніка» безкоштовний багатоканальний номер: 0800 50 18 92.
2. Платформа «Розкажи мені» (<https://tellme.com.ua/>).
3. Канал психологічної підтримки «ПОРУЧ» для підлітків та молоді (https://t.me/poruch_me).
4. Платформа СпівДія та СпівДія хаб функціонує напрям безкоштовної психологічної підтримки онлайн і офлайн (<https://airtable.com/shrfgyZ1ko5UYxR9r>).
5. Центр психологічної підтримки «Як ти?» (безкоштовно, у будь-який час доби) (<https://bit.ly/3QLUdwO>).
6. Міжнародний Комітет Червоного Хреста (МКЧХ), гаряча лінія, 0-800-300-155.
7. Довідник психологічної підтримки в умовах війни: як боротися з перевтомою, панікою, тривогою, апатією; як зберегти близькі стосунки та позбутися почуття провини (<https://bit.ly/3OzJm6Z>).
8. Телеграм-канал «Підтримай дитину» (<https://t.me/s/pidtrumauidutuny>).
9. Онлайн-платформа «Аврора»: консультування постраждалих від насильства, зокрема сексуального (<https://rozirvykolo.org/mental-support/>).
10. Безкоштовна психологічна підтримка для кожного, хто відчуває у цьому потребу: УкрЄдність (<https://ukr-ednist.com.ua/>).
11. Група психологічної підтримки «Разом» (<https://razom.live/>).
12. Гаряча лінія кризової допомоги та підтримки від Українського ветеранського фонду (УВФ): +38 (067) 400 46 60 (пн. - нд. з 10:00 до 20:00), сайт Фонду (<https://veteranfund.com.ua/>).

Корисні посилання щодо допомоги у разі кібербулінгу

1. Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді за номерами: 0 800 500 225 або 116 111.
2. Поліція (кіберполіція) за номером 102 (повідомити про кібербулінг).
3. Чат-бот Stop Sexting <https://stop-sexting.in.ua/chatbot/> (якщо шантажують в Інтернеті і вимагають контент сексуального характеру).
4. Інтернет-платформа «Бийся як дівчина» (https://www.instagram.com/flg_ua/).
6. База даних жіночих організацій (<http://portal.uwf.org.ua/>).
7. Організація ЮрФем (доступна та якісна правова допомога в Україні) (<http://jurfem.com.ua/en/home-page-2/>).
8. Організація Teenenergizer – консультації за принципом «рівний-рівному» або з психологом безкоштовно і конфіденційно (<https://teenergizer.org/consultations>).

9. Урядова консультаційна лінія з питань безпеки дітей в Інтернеті: 15 45 (далі обрати «3»).

Додаток 2

Психологічна підтримка та формування стресостійкості учасників освітнього процесу

Посібники

- **Безпечний простір.** Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів : навч.-метод. посіб. Вид. 3-тє, доп., виправ. / Богданов С. О., Гніда Т. Б., Залеська О. В. Київ : Унів. Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2021. 368 с. <https://cutt.ly/pXYJGip>
- Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч. \$ метод. посіб. / Богданов С. О. та ін. ; заг. ред.: Чернобровкін В. М., Панок В. Г. — Київ : Унів. вид \$ во ПУЛЬСАРИ, 2017. — 208 с. https://lib.iitta.gov.ua/707663/1/Bohdanov2017_1.pdf
- Травматичні події: психологічна підтримка та самодопомога <https://rm.coe.int/traumatic-events-ukr-/1680a765d4>, https://www.coe.int/uk/web/kyiv/news-event/news/-/asset_publisher/m9nDZlgeFMpW/content/traumatic-events-psychological-support-and-self-care-toolkit?in
- Поради для батьків-вимушених переселенців : Метод. рекомендації. Київ, Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с. <https://lib.iitta.gov.ua/731444/?fbclid=IwAR3LUWin0Fcwyxtnkbbc5pbU7dr2vW-6IIYTyeBzJfkdQJkioTU9qZrBQq0>
- Коли світ на межі змін: стратегії адаптації. Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни. https://drive.google.com/file/d/1r0qbJVj-lXfSjLtvzvJDeicK5YFI6wZL/view?fbclid=IwAR1un_oPfDFeXXf91hCWUHYxHBIAWp63SabMjV-wHg5uQrYVEBAP8ovF83A
- Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи) ; за наук. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2021. 118 с. https://lib.iitta.gov.ua/729191/1/tehnologii3.pdf?fbclid=IwAR2V91nsR96z8HfkANlzRF9SQ9p1WhVkw-T1EOrhPXvJjybKew9_iy1Myzc
- Інсайти життєстійкості https://drive.google.com/file/d/1KMXBY5kUP-dpdEp-P5qXigzWt8cKxK_p/view?fbclid=IwAR3ay6NwxiUnFrWiJYQfWmXDjaOYCBTVIF4tEpOr51VkrLwdne-pC

Матеріали для використання в роботі працівників психологічної служби

- Психологічна допомога, сайт МОН України <https://mon.gov.ua/ua/tag/psikhologichna-dopomoga>;
- Матеріали для використання в роботі під час воєнних дій, сайт ІМЗО

<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykh-diy/>

- Інформаційна база професійного інструментарію фахівців психологічної служби у системі освіти України, сайт ІМЗО

<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/informatsijna-baza-psyholohiv-ta-sotsialnyh-pedahohiv/>

- Інформаційні ресурси по темі психологічної допомоги під час війни, сайт «Коло сім'ї»

https://k-s.org.ua/coping-war/?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=mi_vistojimo&utm_term=2022-07-13&fbclid=IwAR1LegYmXQUpnEcBH0Rp1cqMLQZ3e9ei1bAkhLDVIHLivG45-E9yaHH1JQM

- Фонд «Голоси дітей». Безкоштовна психологічна допомога для батьків і дітей: <https://voices.org/>

- Дія. Цифрова освіта. Національна онлайн-платформа для розвитку цифрової грамотності. Серіал для батьків «Безпека дітей в інтернеті»:
<https://osvita.diia.gov.ua/courses/serial-dlya-batkiv-onlayn-bezpeka-ditey>

- Stop Sexting Ukraine <https://stop-sexting.in.ua/>,
<https://www.youtube.com/Stop%20Sexting%20Ukraine>

- Інформування з проблем торгівлі людьми
<https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/protidiya-torgivli-lyudmi>

- База кращих практик психолого-педагогічного супроводу та підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнних дій і збройних конфліктів, надання соціальнопсихологічної допомоги постраждалим від насильства та торгівлі людьми
<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykh-diy/krashchi-praktyky-psykholo-ho-pedahohichnoho-suprovodu-ta-pidtrymky-uchasnykiv-osvitn-oho-protsesu-v-umovakh-voiennykh-diy-i-zbroynykh-konfliktiv-nadannia-sotsial-no-psykholohichnoi-dopomohy-postrazhda/>

- Інформування з питань запобігання та протидії домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні
<https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zapobigannya-ta-protidiyu-domashnomu-nasilstvu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini>

- Ресурс педагога, сайт НУШ <https://resursna-skrynia.nus.org.ua/>

- Ресурси психологічної підтримки, сайт «Спільно до навчання»
<https://osvitanow.org/psychological-support-for-children/>

- Психологічна підтримка для батьків, сайт «Спільно до навчання»
<https://osvitanow.org/psychological-support-for-parents/>

- Як повернути собі спокій: 20 коротких відео з практиками для дітей і дорослих, сай НУШ
<https://nus.org.ua/articles/stijkist-dlya-stijkyh-20-korotkyh-video-iz-praktykamy-dlya-ditej-i-doroslyh/>

- Психологічна підтримка та батьківство. Спільнотека, сайт Спільно: <https://spilnoteka.org/catalog/>
- Картки сили для дітей від Світлани Ройз (https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2022/08/Cards_web_compressed-2.pdf), сайт НУШ: <https://nus.org.ua/news/kartky-syly-dlya-ditej-zavantazhujte-j-cherez-gru-dopomagaj-e-dityam-stavaty-mitsnishymy/?fbclid=IwAR0Akyd51VXY-wgpLUspK9FxsprbR7rRlN5k9fBrfCpzBdW38Mk-tlPxQFs>
- Твоя сила. Практикум для дітей і дорослих. Автор Світлана Ройз: https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2022/05/Your_Power_praktikum_web.pdf, <https://nus.org.ua/news/22-praktyky-i-zhart-metafora-dlya-ditej-i-pidlitkiv-stvoryly-knyzhku-dlya-psyhologichnoyi-stijkosti/>
- Психологічна допомога, сайт Національної психологічної асоціації: <https://www.npa-ua.org/wearestrong?fbclid=IwAR2DrJeuFHPDUjmxQENYLywTvkSdmIrVS0k0kWXDNueckuyKcSM-qPfsi2o>
- Кращі практики психолого-педагогічного супроводу та підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнних дій і збройних конфліктів, КЗ ДНМЦ ПС від 15.04.2022 No 01/03-69: https://drive.google.com/file/d/1SAKmKOo3NTcJv_JJIByZthIGP_LiCk-T/view?fbclid=IwAR0mXEB5pyqBuS5oGYIY91w_V24q0rEvOPoESX3s7aVtMD_igmWczLhzND8
- Кращі практики психолого-педагогічного супроводу та підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнних дій і збройних конфліктів, м. Кропивницький https://docs.google.com/document/d/1uabrTTfrYi4kcrhkNr-yENwqDyx4DJG3/edit?fbclid=IwAR3oEaw38PH96dnOAqJqYK8CmgouJkASXLzkm_hCKL8
- Інформаційно-освітня протиалкогольна програма «Сімейна розмова» <https://lib.iitta.gov.ua/711575/1/Posibnyk%20panton.pdf>
- Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти. Навчально-методичний посібник/ Андрєєнкова В.Л., Байдик В.В., Войцях Т.В., Калашник О.А. та ін. – К.: ФОП Нічога С.О. – 2020. – 196 с. https://www.unicef.org/ukraine/sites/unicef.org.ukraine/files/2020-07/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B4%D1%96%D1%8F%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D1%81%D1%82%D0%B2%D1%83_0.pdf
- Nazarevich-Art: <https://nazarevich-art.com/blogpage/>

Психологічна підтримка учасників освітнього процесу під час війни

1. Курс підвищення кваліфікації для освітян «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час і після завершення воєнних

дій»

<https://hryoutest.in.ua/courses/programapidvishchennya-kvalifikaciji-psihiologichnoji-pidtrimki-dlya-osvityan-tabatkiv>.

2. Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій»

<https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-pershapsihologichna-dopomoga-algoritm-dij>

3. Для підтримки дітей, особливо з ООП створено телеграм канал «Підтримай дитину» <https://t.me/pidtrumaidutuny> , для підтримки дорослих «Подбай про себе» <https://t.me/PodbayProSebe> .

Публікації:

- Як пережити горе та втрату – поради психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-perezhiti-gore-ta-vtratu-poradi-psihiologiv>

- «Підтримай дитину»: захисники і захисниці України читають казки та вірші
<https://mon.gov.ua/ua/news/pidtrimaj-ditinu-zahisniki-i-zahisniciukrayini-chitayut-kaзки-ta-virshi>

- Контроль емоційного стану під час війни – пояснення психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/kontrol-emocijnogo-stanu-pid-chas-vijni-poyasnennya-psihiologiv>

- Як контролювати емоційний стан під час воєнного стану? – поради психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-kontrolyuvati-emocijniy-stanpid-chas-voyennogo-stanu-poradi-psihiologiv>

- Поради команди «Підтримай дитину»: як допомогти дітям з ООП опанувати нову навичку
<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-komandipidtrimaj-ditinu-yak-dopomogti-dityam-z-ooop-opanuvati-novu-navichku>

- Ефективні поради від емоційного вигорання під час війни
<https://mon.gov.ua/ua/news/efektivni-poradi-vid-emocijnogo-vigorannyapid-chas-vijni>

- Посттравматичний стресовий розлад в умовах війни: роз'яснення психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/posttravmatichnij-stresovij-rozladv-umovah-vijni-roz'yasnennya-psihiologiv>

- Симптоми посттравматичного стресового розладу в умовах війни
<https://mon.gov.ua/ua/news/simptomi-posttravmatichnogo-stresovogorozladu-v-umovah-vijni>

- Діагностика ПТСР в умовах війни: поради психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/diagnostika-ptsr-v-umovah-vijni-poradipsihiologiv>

- Посттравматичний стресовий розлад в умовах воєнних дій: методи лікування
<https://mon.gov.ua/ua/news/posttravmatichnij-stresovij-rozlad-vumovah-voyennih-dij-metodi-likuvannya>
 - Поради психологів проекту «Підтримай дитину» для освітян та батьків, які займаються з дітьми із ООП
<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-psihologiv-proyektu-pidtrimaj-ditinudlya-osvityan-ta-batkiv-yaki-zajmayutsya-z-ditmi-iz-ooop>
 - Як говорити з учнями на складні теми? Поради для педагогів від психологів проекту «Підтримай дитину»
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-govoriti-z-uchnyami-na-skladni-temiporadi-dlya-pedagogiv-vid-psihologiv-proyektu-pidtrimaj-ditinu>
 - Психологи проекту «Підтримай дитину» пояснюють, чому дітям часом важко спілкуватися
<https://mon.gov.ua/ua/news/psihologiproyektu-pidtrimaj-ditinu-poyasnyuyut-chomu-dityam-chasom-vazhkospilkuvatisya>
 - Як підтримати дитину, яка переживає посттравматичний стрес: поради для батьків
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-pidtrimati-ditinuyaka-perezhivaye-posttravmatichnij-stres-poradi-dlya-batkiv>
 - Як виникає та впливає злість на стан людини під час війни?
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-vinikaye-ta-vplivaye-zlist-na-stan-lyudinipid-chas-vijni>
 - Чек-лист на канікули: 8 кроків для організації ранкового простору дитини
<https://mon.gov.ua/ua/news/chek-list-na-kanikuli-8-kroktiv-dlyaorganizaciyi-rankovo-go-prostoru-ditini>
 - Підтримай дитину: типові реакції дитини 12-18 років під час травматичних подій
<https://mon.gov.ua/ua/news/pidtrimaj-ditinu-tipovireakciyi-ditini-12-18-rokiv-pid-chas-travmatichnih-podij>
4. Анімаційний ролик «Як говорити з дитиною про війну. 7 порад від психологів»
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-govoriti-z-ditinoyu-pro-vijnu-7-porad-vid-psihologiv-u-mezhah-proyektu-pidtrimajditinu>
5. Вебінари:
- 1) для фахівців інклюзивно-ресурсних центрів «Психологічна травма: основні відомості та першочергові кроки»
<https://mon.gov.ua/ua/news/osnovni-vidomosti-ta-pershochergovi-krokipid-chas-psihologichnih-travm-vidbuvsya-seminar-dlya-fahivciv-irc>
 - 2) вебінар-практикум для освітян «Техніки роботи зі стресом та тривогою для дорослих та дітей»

<https://mon.gov.ua/ua/news/11-travnya-vebinarpraktikum-dlya-osvityan-tehniki-robot-i-zi-stresom-ta-trivogoyu-dlyadoroslih-ta-ditej>

3) для поліцейських підрозділів ювенальної превенції Національної поліції України та державних службовців МВС «Психологічна травма в дітей шкільного віку: причини, ознаки, наслідки»

<https://www.facebook.com/UAMON/videos/549314236943351/>

6. Спільно з ЮНІСЕФ:

1) Поради від експертів ЮНІСЕФ: “Як підтримати дітей у стресових ситуаціях”

<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-vid-ekspertiv-yunisef-yakpidtrimati-ditej-u-stresovih-situacijah>

2) Групи психологічної підтримки вчителів у межах проєкту «Поруч»
<https://mon.gov.ua/ua/news/startuye-nabir-na-grupipsihologichnoyi-pidtrimki-vchiteli-v-u-mezhah-proyektu-poruch>

3) Поради експертів ЮНІСЕФ: як говорити з дітьми про смерть близької людини

<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-ekspertiv-yunisef-yak-govoritiz-ditmi-pro-smert-blizkoyi-lyudini>

4) Як доглядати за дитиною під час війни і вимушеного переміщення: поради від експертів ЮНІСЕФ

<https://mon.gov.ua/ua/news/yakdoglyadati-za-ditinoyu-pid-chas-vijni-i-vimushenogo-peremishennyaporadi-vid-ekspertiv-yunisef>

5) ЮНІСЕФ запускає індивідуальні психологічні консультації для дітей і батьків

<https://mon.gov.ua/ua/news/yunisef-zapuskaye-individualnipsihologichni-konsultaciyi-dlya-ditej-i-batkiv>

7. Спільно з #stop_sexтинг

1) Актуальні матеріали щодо психологічної підтримки та захисту дітей від сексуального насильства в інтернеті

<https://mon.gov.ua/ua/news/aktualni-materiali-shodo-psihologichnoyipidtrimki-ta-zahistu-ditej-vid-seksualnogo-nasilstva-v-interneti>

8. Інші матеріали:

1) Поради з надання першої психологічної допомоги людям, які пережили кризову подію

<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-z-nadannyapershoyi-psihologichnoyi-dopomogi-ludyam-yaki-perezgili-krizovupodiyu>

2) Посібник «Розмови про війну» для батьків і опікунів дітей
<https://mon.gov.ua/ua/news/asociaciya-psihologiv-portugaliyi-prezentuvalaposibnik-rozmovi-pro-vijnu-dlya-batkiv-i-opikuniv-ditej>

3) Поради від експертів ЮНІСЕФ: «Правила підтримки дитини під час евакуації»

<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-vid-ekspertiv-yunisefpravila-pidtrimki-ditini-pid-c-has-evakuaciyi>

4) Інтерактивні групи психологічної підтримки для вчителів
<https://mon.gov.ua/ua/news/dlya-ukrayinskih-uchiteliv-stvoryatinteraktivni-grupi-psi-hologichnoyi-pidtrimki>

5) «Час поговорити»: в Україні запустили унікальну програму для психологічної підтримки в міні-групах
<https://mon.gov.ua/ua/news/chaspogovoriti-v-ukrayini-zapustili-unikalnu-programu-d-lya-psi-hologichnoyidtrimki-v-mini-grupah>

6) 25 травня – презентація буклета з управління тривогою
<https://mon.gov.ua/ua/news/25-travnnya-prezentaciya-bukleta-z-upravlinnyatrivogoyu>

7) 4 липня – презентація посібника для освітян про адаптацію до умов воєнного часу
<https://mon.gov.ua/ua/news/4-lipnya-prezentaciyaposibnika-dlya-osvityan-pro-adapta-ci-yu-do-umov-voyennogo-chasu>

12) Курс «Як підтримати дитину під час війни?»
<https://mon.gov.ua/ua/news/stvoreno-kurs-yak-pidtrimati-ditinu-pid-chasvijni>

9. Інформаційний комікс для дітей у воєнний стан – збірка інформаційних порад для дітей та їхніх близьких
<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-vid-zahisnika-ukrayini-mon-rozrobiloinformacijni-j-komiks-dlya-ditej-u-voyennij-stan>

1) Поради для дітей та їхніх близьких у межах інформаційного коміксу під час воєнного стану в нашій державі.
<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-vid-zahisnika-ukrayini-mon-rozrobiloinformacijni-j-komiks-dlya-ditej-u-voyennij-stan>

2) У межах інформаційного коміксу для дітей у воєнний стан захисник України знайомить читачів із пілотом
<https://mon.gov.ua/ua/news/zahisnik-ukrayini-znajomit-ditej-iz-pilotommon-prodovz-huye-informacijni-j-komiks-dlya-ditej-u-voyennij-stan>

3) У межах інформаційного коміксу захисник України знайомить дітлахів із новим героєм – рятувальником.
<https://mon.gov.ua/ua/news/informacijni-j-komiks-dlya-ditej-u-voyennijstan-zahisnik-ukrayini-znajomit-malechu-z-ryatuvalnikami>

4) Знайомить з капітаном українського флоту ЗСУ <https://bit.ly/3MVyvns>

5) Знайомить дітей із лікарями
<https://mon.gov.ua/ua/news/informacijni-jkomiks-dlya-ditej-u-voyennij-stan-zahisnik-ukrayini-znajomit-ditej-izlikaryami>

6) Актуальна інформація оборонної сфери, про ЗСУ та реальну боротьбу за правду, мир і свободу України
<https://mon.gov.ua/ua/news/informacijni-j-komiks-vid-mon-uvoyennij-stan-zahisnik-u-krayini-prodovzhuye-pidtrimuvati-ditej>