

# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021



Інститут інформаційних технологій і  
засобів навчання  
НАПН України  
Відділ компаративістики інформаційно-  
освітніх інновацій

## СТВОРЕННЯ БЕЗПЕЧНОГО НАВЧАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ЧЕРЕЗ ПРОГРАМУ «БЕЗПЕЧНИЙ ПРОСТІР»

Протягом 2015-2020 років дослідниками Центру психічного здоров'я та психосоціального супроводу Національного університету «Києво-Могилянська Академія» [1] у співпраці з експертами Національної академії педагогічних наук України та Інституту модернізації змісту освіти МОН України була розроблена і постійно вдосконалювалась комплексна програма психосоціальної підтримки дітей в закладах загальної середньої освіти «Безпечний Простір». Програма створена відповідно до запиту МОН України за фінансової підтримки міжнародних організацій ЮНІСЕФ (Україна), Карітас (Україна), Портікус (Porticus). Це багаторівнева модель психосоціальної підтримки в закладах загальної середньої освіти «Безпечний простір», що побудована на основі ряду доказових втручань на різних рівнях. Апробація програми відбувалась на Сході України поблизу лінії зіткнення протягом 2015 – 2020 рр. Ефективність окремих компонентів програми підтверджена низкою досліджень, зокрема їх застосування для надання психосоціальної допомоги учням, які постраждали внаслідок військового конфлікту. Колектив дослідників розробив низку науково-методичних матеріалів для педагогів і практичних психологів, що були рекомендовані до впровадження в системі інститутів післядипломної освіти НАПН України. Враховуючи ситуацію з пандемією COVID-19, навчально-методичні матеріали містять рекомендації щодо проведення занять з дітьми, тренінгів для батьків представлені в очному й

# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

дистанційному форматах. Розглянемо складові навчально-методичного забезпечення програми.

## Методичний посібник «Професійне зростання та емоційна підтримка педагогів» [2]

Це навчальна програма для викладачів загальноосвітніх закладів освіти з протидії емоційному вигоранню в освітньому процесі та набуття базових навичок і знань, які допомагають долати стрес на робочому місці.

Мета — надати практичні рекомендації педагогам (адміністрації шкіл) щодо протидії емоційному вигоранню в освітньому процесі, підтримувати одне одного і сприяти професійному зростанню.

Програма адресується педагогам, адміністрації закладів освіти, практичним психологам, соціальним педагогам. Програма складається з чотирьох кроків:

*Крок 1. Навчаємося долати стрес самостійно.*

На цьому етапі учасники дізнаються про роботу організму під час стресових ситуацій. Знайомляться з базовими знаннями з нейробіології щодо роботи мозку, реакцією організму та способами допомоги педагогу долати і відслідковувати самостійно власні реакції на стрес.

*Крок 2. Допомагаємо колезі.*

На цьому етапі учасники вчаться допомагати колегам у закладі освіти, зокрема — надавати якісний зворотний зв'язок та підтримку одне одному. Навчаються вести діалог і визначати рівень стресу в колеги та допомагають іншим долати наслідки стресу на робочому місці.

*Крок 3. Допомагаємо в групі колег. Ведення «Відкритих діалогів».*



# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

Третій етап передбачає організацію зустрічей педагогів для фахового обговорення складних ситуацій, які виникають на робочому місці, а також створення простору довіри та обміну досвідом. Учасники отримують знання й інструменти фасилітації та їх використання. «Відкриті діалоги» можуть стати альтернативною чи додатковою формою спілкування викладачів від звичних педрад.

*Крок 4. Супервізія та професійний коучинг.*

На цьому етапі педагоги можуть отримати індивідуальну консультацію або серію консультацій щодо складної ситуації з дітьми, батьками й іншими педагогами у фахівця з відповідною кваліфікацією. Кожен з учасників може самостійно обрати для себе етап і кроки, які будуть корисними в освітньому процесі для власного професійного зростання. Керівники та адміністрація закладу можуть організовувати відкриті бесіди чи семінари або запросити до навчального закладу супервізорів для педагогічних працівників. [2, с.10 -11].

## Навчально-методичний посібник «Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості в дітей в освітніх навчальних закладах» [3]



За задумом авторів, цей навчально-методичний посібник має стати ресурсом для педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти, допомагаючи в роботі з формуванням життєстійкості / стресостійкості в себе та дітей. Враховуючи широкий спектр актуальних питань сучасної освіти, висвітлених у посібнику, ці матеріали можна використовувати для створення окремих спеціальних курсів для вчителів та для розроблення навчальних програм для студентів у педагогічних вишах.

# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

Матеріали навчально-методичного посібника систематизовано в п'ятьох розділах:

у першому розділі *«Теоретичні підходи до зміцнення резилієнс у дітей, які пережили травму»* йдеться про загальні зарубіжні підходи до визначення поняття «резилієнс», яке у вітчизняній науковій літературі перекладається як життестійкість, стійкість до стресу; представлено історію розвитку концепції «резилієнс» в іноземних та українських наукових джерелах, йдеться про фактори розвитку та складники психологічного резилієнс у дітей; представлено модель комплексної програми психосоціальної допомоги дітям і педагогічним працівникам «Безпечний простір»;

у другому розділі *«Навчальні теми»* міститься навчально-теоретичний матеріал, присвячених таким темам: формування довіри та початок роботи; базове ставлення педагога до дитини, яка пережила травматичну подію; резилієнс і травма; підсилення впевненості дитини в собі та самоефективності; оптимізм та позитивний настрій; підтримка соціальних контактів і перша медична допомога; психологія прив'язаності; шляхи розвитку дитини; педагогіка групи; піклування педагога про себе; професійна супервізія та коучинг; булінг серед дітей; діти, батьки яких зловживають алкоголем і мають психічні розлади, ВІЛ / СНІД; домашнє насильство; діти з особливими потребами (інклюзія); комплексна сексуальна освіта; суїцид серед дітей і підлітків;

у третьому розділі *«Комплекс дій учасників освітнього процесу щодо превентивності, виявлення та реагування щодо булінгу»* міститься інформація про типові ознаки булінгу; загальні психологічні та поведінкові характеристики дитини, яка потерпає від булінгу; загальні психологічні та поведінкові характеристики дитини, яка здійснює булінг; систему профілактики і запобігань ситуацій булінгу в ЗЗСО; перелік заходів із запобігань булінгу в ЗЗСО; алгоритм дій керівників ЗЗСО під час булінгу; алгоритм дій практичного психолога під час булінгу; систему роботи з дитиною, яка постраждала від булінгу, та її батьками; систему роботи з

# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

дитиною, яка здійснила булінг, та її батьками; систему роботи з класним колективом, де стався випадок булінгу;

у четвертому розділі «Протокол допомоги дітям і підліткам, які мають суїцидальну поведінку» міститься інформація про зовнішні індикатори визначення ризику суїцидальної поведінки дітей та підлітків; базові настанови щодо допомоги в розмові з дитиною / підлітком; визначення рівня ризику скоєння суїциду; покроковий протокол ведення дитини / підлітка, які мають середній, високий та надвисокий ризик скоєння суїциду (20 кроків збереження безпеки);

у п'ятому розділі «Алгоритм з перенаправлення дитини до фахівця психологічної служби навчального закладу» йдеться про алгоритм дій вчителя, коли йому треба перенаправити дитину до психолога або іншого фахівця [3, с. 8 - 9].

## Навчально-методичний посібник «Безпечний простір. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів» [4]

У навчально-методичному посібнику представлена корекційно-розвиткова програма, метою якої є підвищення стійкості до переживання наслідків стресу дошкільнятами і школярами після психотравматичних подій. Суттєвою перевагою програми є корисність її застосування навіть через рік після травматичної події. Пропонована програма побудована як на науково обґрунтованих рекомендаціях, визнаних на міжнародному рівні, так і на практичному досвіді роботи авторів з дошкільнятами, школярами, їхніми батьками і вчителями, які перебували в зоні військового конфлікту. Посібник розроблений для практичних



# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

психологів і соціальних педагогів, які працюють з дітьми дошкільного, молодшого шкільного та підліткового віку, і допомагає опанувати практичну методику з формування безпечного середовища і стійкості до стресу.

У першій частині *«Загальні засади реалізації програми»* йдеться про поняття про стрес та стійкість до стресу в дітей дошкільного віку і школярів, науково-методичне обґрунтування і досвід застосування програми в Україні.

У другій частині *«Практичні заняття програми для дітей дошкільного віку та школярів»* міститься три модулі по сім занять, адаптованих для очної та дистанційної роботи.

*Заняття першого модуля «У надійних обіймах»* орієнтовані на дітей дошкільного віку і спрямовані на створення безпечного простору та посилення взаємодії між дітьми та батьками. Програма передбачає комплексну психосоціальну підтримку дитини та її родини в умовах кризи. Діти дошкільного віку перебувають у тісному зв'язку з батьками та ще не можуть самостійно розв'язати деякі питання, вони багато в чому залежать від рішення або підтримки батьків. Батьки для дитини такого віку є основою безпеки і базовим фігурами для задоволення потреб, зокрема в спілкуванні з друзями, тілесного контакту тощо. Тому зміст програми модуля передбачає участь батьків.

*Заняття другого модуля «На крилах підтримки»* зосереджені на роботі з учнями початкових класів (1–4) щодо створення безпечного підтримувального середовища в класі / школі для розвитку їхньої життєстійкості. Оскільки молодші школярі потребують додаткової уваги та допомоги дорослої людини для успішної адаптації в новому соціумі — класному колективі школи, завданням педагогічних працівників стає будівництво стосунків доброзичливості, налагоджування взаєморозуміння і підтримки як у стосунках педагога з дитиною, так і між дітьми. Цьому сприяють рухливі та релаксаційні ігри, розвиткові вправи для учнів. Протягом занять учні розвивають власні комунікативні навички, емоційно-вольову саморегуляцію, вчать самостійно відновлювати свій психоемоційний стан,

# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

звертатися по допомогу в разі надскладної ситуації та допомагати іншим. Для досягнення найкращого результату практичний психолог / соціальний педагог проводить додатково заняття з батьками учнів та педагогами початкової ланки школи.

Заняття третього модуля «Простір твоїх змін» орієнтовані на учнів 5–11 класів і передбачають створення практичним психологом безпечного підтримувального середовища з метою формування в підлітків стійкості до стресу та набуття навичок подолання наслідків складних життєвих ситуацій. У підвищенні стресостійкості важливе місце належить розумінню підлітком себе як особистості, усвідомленню власного місця в соціумі, сформованості навичок рефлексії, вмінню враховувати потреби та почуття оточення, опанування прийомів конструктивного розв'язання конфліктів та навичок саморегуляції. Зміст занять Програми передбачає проведення розвивальних та інтерактивних вправ, дискусій, ділових і рольових ігор, застосування арт-терапевтичних та релаксаційних технік. [4, с.9 -10].

У третій частині наведено рекомендації щодо форм і методів взаємодії з педагогічними працівниками та батьками.

## Програма тренінгів для батьків «Безпечний простір» [5]



Програма серії тренінгів спрямована на створення умов безпечного простору саме для батьків. Тренінги розроблені з урахуванням актуальних наукових досліджень і практичного досвіду, містять багато інформації та уможливають практичне опанування багатьох тем, важливих у вихованні дитини: розуміння поведінки, почуттів дітей та їхніх потреб, вміння говорити з дитиною з будь-яких питань, обізнаність щодо сексуальної освіти,

# ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

№ 6, 2021

розв'язання актуальних проблем насильства, булінгу і суїциду. Програма тренінгів представлена в очному й дистанційному форматах.

Розробники програми сподіваються, що використання та впровадження програми «Безпечний простір» стане значним внеском у покращення якості освіти, сприятиме створенню в закладах загальної середньої освіти безпечного середовища, підсилить можливості підвищення кваліфікації педагогічних кадрів та сприятиме впровадженню в повсякденну практику психосоціальної підтримки учнів і вчителів.

## Використані джерела:

1. Центр психічного здоров'я НаУКМА. URL: <https://kmarehab.com>
2. Богданов С.О., Залеська О.В., Федорець О.В., Ключко К.Є., Флярковська О.В. Професійне зростання та емоційна підтримка педагогів : навч.-метод. посіб. Київ : Пульсари. 2021. 54 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726816>
3. Богданов С.О., Гірник А.М., Іванюк І.В., Залеська О.В., Чернобровкіна В.А., Чернобровкін В.М., Ключко К.Є. (2021). Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч.-метод. посіб. Київ : Пульсари. 2021. 282 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726482>
4. Богданов С.О., Гніда Т.Б., Залеська О.В., Лунченко Н.В., Панок В.Г., Соловйова В.В. Безпечний простір. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів : навч.-метод. посіб. Київ : Пульсари. 2021. 368 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726885>
5. Антонова В.М., Залеська О.В., Соловйова В.В., Чепенко Л.М., Чернобровкіна В.А. Безпечний простір : програма тренінгів для батьків. Київ : Пульсари. 2021. 145 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726815>

Матеріал підготувала: Іванюк І.В., к.п.н., старший науковий співробітник



Адреса: Україна, 04060, м. Київ, вул. Максима Берлінського, 9  
тел./факс: (044) 440-47-03

<http://iitlt.gov.ua>

e-mail: [iitlt@iitlt.gov.ua](mailto:iitlt@iitlt.gov.ua)