

УДК 159.9

Номер держреєстрації 0120U104875

Інв. №

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної
роботи (УНМЦ практичної психології і соціальної роботи)
03045, м. Київ, провулок Віто-Литовський, б. 98-А;
тел./факс +38 (044) 252-70-11, e-mail: usap@ukr.net

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор УНМЦ практичної
психології і соціальної роботи,

доктор психологічних наук,

професор,

член-кореспондент НАПН України



В.Г. Панок

«__»

2021 р.

ЗВІТ

про науково-дослідну роботу

за договорами

від 23.10.2020 № 45/01.2020

та від 29.04.2021 № 52/01/2021

ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ ПАНДЕМІЇ COVID-19 У ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ СИСТЕМИ ОСВІТИ

грантова підтримка Національного фонду досліджень України
у межах конкурсу «Наука для безпеки людини та суспільства»

(заключний)

Керівник наукового дослідження:

доктор психологічних наук,

професор,


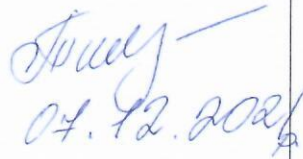





член-кореспондент НАПН України

В.Г. Панок

2021

Результати роботи розглянуто Вченою радою УНМЦ практичної психології і
соціальної роботи, протокол від 9 грудня 2021 р. № 11

СПИСОК АВТОРІВ

Директор УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України	 08.12.2021	В. Г. Панок (вступ, висновки)
Завідувач лабораторії прикладної психології освіти, кандидат педагогічних наук	 04.12.2021	І. І. Ткачук (розділ 1)
Старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти, кандидат психологічних наук	 06.12.2021	Р. А. Мороз (розділ 2)
Старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти, кандидат психологічних наук	 06.12.2021р.	Д. Д. Романовська (розділ 3)
Старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти, кандидат педагогічних наук	 08.12.2021р.	Т.Б. Гніда (реферат)
Науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти	 08.12.2021р.	В.М. Горленко (додаток А)
Науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти	 08.12.2021	Н.В. Сосновенко (розділ 4)

РЕФЕРАТ

Звіт про наукове дослідження: 118 с., 5 табл., 11 рис., 1 дод.

Об'єкт дослідження: процес подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти.

Предмет дослідження: зміст та відповідні засоби (методики, техніки і технології) діяльності працівників психологічної служби системи освіти з подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19.

Мета роботи: Розробити зміст та засоби діяльності працівників психологічної служби з подолання наслідків пандемії COVID-19. Розробити програми курсів підвищення кваліфікації працівників психологічної служби.

Методика дослідження складається з теоретичних та емпіричних методів. Теоретичні: теоретичний аналіз і узагальнення; моделювання процесів, що відбуваються у середовищі постраждалих; аналіз та узагальнення результатів експериментальних досліджень; узагальнення практики надання психосоціальної допомоги. Емпіричні: онлайн-анкетування; проведення фокусованих на проблемі групових інтерв'ю; контент-аналіз методик і технологій надання психосоціальної допомоги постраждалим; практична апробація розроблених методичних матеріалів

Результати дослідження та їх новизна

Вперше у вітчизняній практиці розроблена система засобів (методик, технік і технологій) для надання психологічної і соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19.

Удосконалено зміст і методи підвищення кваліфікації працівників психологічної служби щодо здійснення соціально-психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах COVID-19.

Дістали подальшого розвитку методи формування професійних компетенцій практичних психологів і соціальних педагогів.

Опис кінцевого продукту. У межах наукового дослідження розроблено та видано методичний посібник з матеріалами з організаційно-методичного забезпечення психосоціальної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19 та дві навчальні програми підвищення кваліфікації практичних психологів і соціальних педагогів щодо здійснення соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19.

Зазначені розробки призначені для: працівників психологічної служби системи освіти; викладачів обласних інститутів післядипломної педагогічної освіти.

ПАНДЕМІЯ; ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА; ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА; ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ; МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ; ПРАКТИЧНИЙ ПСИХОЛОГ; СОЦІАЛЬНИЙ ПЕДАГОГ.

ABSTRACT

Research report: 118 pages, 5 tables, 11 figures, 1 appendices.

Object of research: the process of overcoming the socio-psychological consequences of the COVID-19 pandemic in the activities of the psychological service of the education system.

Subject of research: content and relevant tools (methods, techniques and technologies) of the psychological service of the education system to overcome the socio-psychological consequences of the COVID-19 pandemic.

Purpose: To develop the content and means of activities of employees of the psychological service to overcome the consequences of the pandemic COVID-19. To develop programs of advanced training courses for employees of the psychological service.

The research methodology consists of theoretical and empirical methods. Theoretical methods: theoretical analysis and generalization; modeling of processes occurring in the environment of victims; analysis and generalization of the results of experimental research; generalization of the practice of providing psychosocial assistance. Empirical methods: online questionnaires; conducting problem-focused group interviews; content analysis of methods and technologies of providing psychosocial assistance to victims; practical approbation of the developed methodical materials.

The results and their novelty

For the first time in Ukrainian practice, a system of tools (methods, techniques and technologies) has been developed to provide psychological and socio-pedagogical assistance to educational process participants in the context of the COVID-19 pandemic.

The content and methods of professional development of employees of the psychological service for the implementation of social and psychological assistance to participants in the educational process in the conditions of COVID-19 were improved.

Methods of formation of professional competencies of practical psychologists and social pedagogues were further developed.

Description of the final product. As part of the research, the manual with materials on organizational and methodological support of psychosocial assistance to participants in the educational process in a pandemic COVID-19 and two training programs for practical psychologists and social educators on these topics were developed and published.

These developments are designed for: employees of the psychological service of the education system; teachers of regional institutes of postgraduate pedagogical education.

PANDEMIC; PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE; PSYCHOLOGICAL SERVICE; DISTANCE LEARNING; METHODOLOGICAL SUPPORT; PRACTICAL PSYCHOLOGIST; SOCIAL PEDAGOGUE.

ЗМІСТ

Вступ.....	6
1 Основні результати першого у 2020 році етапу наукового дослідження	9
2 Основні результати першого у 2021 році етапу наукового дослідження	41
3 Основні результати другого у 2021 році етапу наукового дослідження..	61
4 Масові науково-практичні заходи	97
Висновки.....	104
Перелік наукових праць виданих за темою дослідження	107
Додаток А Гайд фокус-групових інтерв'ю з педагогічними працівниками «Карантин як тригер психологічних та соціальних проблем».....	110

ВСТУП

Виконане наукове дослідження «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти» мало прикладний характер і виконувалось у відповідності до запитів та вимог практики надання соціально-педагогічної і психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19.

Актуальність дослідження зумовлена значним впливом наслідків пандемії на всю систему освіти, що в свою чергу, викликало багато соціальних, методичних і психологічних проблем, які вимагають негайного вирішення. Зокрема, учнівська молодь втрачає відчуття психологічної безпеки, страждаючи від вимушеної ізоляції, соціальної депривації, неякісного дистанційного навчання, дезорганізації, невпевненості у майбутньому та невизначеності щодо власного подальшого академічного розвитку, що негативно позначається на результатах навчання. Педагоги відчувають дискомфорт щодо можливості повноцінної реалізації своєї професійної ролі, втрачають здатність організовувати і контролювати процес навчання, потерпають від емоційної напруги і тривоги за здоров'я своїх близьких і своє власне. Батьки демонструють занепокоєння через посилену відповідальність за майбутнє своєї дитини, її академічну успішність, психологічний та інтелектуальний розвиток та неможливість правильно організувати дистанційне навчання. За нових умов і викликів змінилися вимоги до діяльності працівників психологічної служби актуалізувалась потреба у пошуку нових форм роботи, які б дали можливість в умовах пандемії надавати соціально-педагогічну підтримку всім учасникам освітнього процесу.

Мета дослідження: обґрунтувати зміст та розробити відповідні засоби (методики, техніки і технології) діяльності працівників психологічної служби системи освіти з подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19. Розробити програми дистанційних курсів підвищення

кваліфікації практичних психологів і соціальних педагогів з організаційно-методичного забезпечення психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 учням і педагогічним працівникам із залученням батьківської громадськості.

Ідея дослідження ґрунтувалась на передбаченні того, що ефективність діяльності працівників психологічної служби системи освіти з подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 зросте, за таких умов:

по-перше, у своїй роботі вони будуть використовувати інструментарій, розроблений і сертифікований на основі теоретичного аналізу та емпіричного вивчення проблеми подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19;

по-друге, знання у працівників психологічної служби про форми і методи психосоціальної допомоги постраждалим пандемії COVID-19 будуть повними і системними за умови проведення системної підготовки чи підвищення кваліфікації, що має бути підтверджено відповідним сертифікатом;

по-третє, підвищення кваліфікації працівників психологічної служби з цього напрямку має бути доступним, навіть в умовах соціальної ізоляції і

Завдання дослідження.

1. На основі теоретичного аналізу та емпіричного вивчення проблеми визначити найбільш важливі напрями психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 в умовах закладу освіти.

2. Розробити та апробувати систему засобів (методик, технік і технологій) подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти.

3. Розробити навчальні програми дистанційних курсів підвищення кваліфікації практичних психологів і соціальних педагогів з організаційно-методичного забезпечення психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 та здійснити їх експериментальну апробацію.

4. Підготувати до видання навчальні програми підвищення кваліфікації практичних психологів і соціальних педагогів та методичний посібник з матеріалами з організаційно-методичного забезпечення психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 у закладі освіти.

Практичною цінністю результатів дослідження є:

- підвищення якості надання соціально-педагогічної і психологічної допомоги всім учасникам освітнього процесу у подоланні соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 у закладах освіти;

- покращання рівня професіоналізму працівників психологічної служби системи освіти;

- підвищення рівня професійної підготовки практичних психологів і соціальних педагогів;

- покращання взаємовідносин між учасниками освітнього процесу в закладах освіти, зокрема подолання явищ дискримінації і стигматизації, зниження рівнів конфліктності, ізоляції і самоізоляції в учнівському колективі;

- підвищення рівнів життєстійкості (резилієнс) в учасників освітнього процесу, що має призвести в кінцевому рахунку до покращання результатів освітньої діяльності.

1. ОСНОВНІ РЕЗУЛЬТАТИ ПЕРШОГО У 2020 РОЦІ ЕТАПУ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Відповідно до Технічного завдання і Календарного плану виконання наукового дослідження на 2020 рік виконано такі роботи.

1. Здійснено аналіз психолого-педагогічної літератури з теми дослідження.

Протягом звітнього періоду здійснено огляд зарубіжних і вітчизняних наукових публікацій які стосуються емпіричних досліджень впливу пандемії COVID-19 на психічне здоров'я людей, огляд науково-методичної, методичної літератури, медіа та Інтернет-джерел щодо досвіду організації психологічної допомоги в умовах пандемії COVID-19 в Україні і світі та реферативний огляд досліджень вітчизняних авторів з теми дослідження. В цілому проаналізовано і описано більше 20 робіт зарубіжних та 7 робіт вітчизняних дослідників, 31 інтернет-ресурс.

Аналіз згаданих джерел показав, що протягом 10 місяців, починаючи від початку епідемії, було проведено сотні наукових досліджень щодо психологічного впливу коронавірусу на психіку людини. Було проведено соціально-психологічні дослідження вченими Китаю, Канади, Італії, Іспанії, Франції, України та інших країн щодо психологічного стану людей, їхніх проблем з психічним здоров'ям тощо, пов'язаними з виникненням смертельного вірусу, соціальною ізоляцією та невизначеністю подальших життєвих планів.

Дослідниками доведено, що новизна, непередбачуваність, невизначений перебіг невідомої хвороби, неспецифічність симптомів вірусу, висока смертність від важкого гострого респіраторного синдрому, викликаного COVID-19, вплив соціальної ізоляції та дистанціювання, різка та кардинальна зміна усталеного способу життя, економічний спад та зниження матеріального рівня життя, відсутність мобільності тощо сприяла підвищенню емоційного стресу, паніки, тривожних, депресивних та інших

станів як у людей, що раніше не мали розладів психічного здоров'я, так і у тих, хто вже мали психічні захворювання.

Визначено чинники, які пов'язані з більш низьким рівнем психологічного впливу, і кращим станом психічного здоров'я, які можна використовувати для розробки психологічних втручань для поліпшення психічного здоров'я уразливих груп під час епідемії COVID-19.

В публікаціях сформульовано рекомендації органам влади і місцевого самоврядування щодо необхідності зосередитись на ефективних методах поширення об'єктивних знань про COVID-19 серед населення, навчанні ефективним методам стримування, забезпечення доступності основних послуг, товарів та надання достатньої фінансової підтримки, зменшення користування недостовірними джерелами інформації, підвищенні рівня психологічної грамотності, протидії руйнування соціальної згуртованості та, навпаки, підвищення взаємопов'язаності та стійкості громад, рекомендувати роботодавцям здійснювати додаткову підтримку під час пандемії для жінок, що працюють, оскільки вони відчують підвищений психологічний стрес, ступінь зайнятості та обов'язків щодо догляду, а також рівень сприйняття ризику щодо членів сім'ї.

Проведені дослідження у різних країнах серед медиків, що лікують та здійснюють догляд за пацієнтами з COVID-19, дозволив зробити висновок, що пандемія COVID-19 сприяє розвитку професійного психологічного стресу, інших симптомів, погіршенню психічного здоров'я, психологічної адаптації та відновлення у медичних працівників. Дослідження виявили високий рівень розповсюдженості симптомів порушення психічного здоров'я серед медичних працівників.

Гендерний аналіз показав, що криза, пов'язана із пандемією COVID-19, має різні наслідки для жінок, чоловіків та підгруп в межах цих двох категорій: скорочення фінансування сфери соціального захисту, де в основному працюють жінки, призвело до подальшого зубожіння

найуразливіших верств населення. Через соціальну ізолюваність зріс рівень домашнього насильства, жертвами якого переважно є жінки та літні люди; зросло навантаження на жінок щодо виконання домашньої роботи та наглядової праці. Жінки також мають більший ризик захворіти на коронавірус, оскільки вони становлять переважну більшість медичних працівників та допоміжного персоналу, який надає допомогу хворим. Чоловіки зазнали негативного впливу від пандемії та карантинних заходів через скорочення економічної діяльності в сфері транспортних перевезень, нижчу спроможність до соціальної адаптації, оскільки болісніше переживають втрату роботи, зниження рівня доходів та соціального статусу; зростає депресія та асоціальна поведінка (домашнє насильство з боку чоловіків), вживання більшої кількості алкоголю та наркотиків.

Наукові дослідження, що були проведені в Україні, виявили, що причинами тривоги є професійні проблеми та фінансовий стан громадян, а найбільш актуальними та ефективними засобами опанування тривоги є позитивне мислення, фізична активність, їжа, взаємодія з природою, творчість, підтримка найближчого соціального оточення та спілкування з іншими; скидання напруги при недостатній підтримці, самозаспокоєння, переживання страху, використання ситуації та активні дії в ній, деконструкція «загрози», прогнозування, символічна репрезентація коронавірусу сприймається певним чином як зовнішня. Способами переживання тривоги є зовнішньо-орієнтований, гіпо-збудливий, внутрішньо-орієнтований,

Дослідження психологічних наслідків спалаху COVID-19 у сфері вищої освіти висвітлили труднощі й проблеми, пов'язані з переходом від офлайн- до онлайн-занять, що викликає додаткові матеріальні, дидактичні та організаційні проблеми, труднощі з організацією онлайн-іспитів та онлайн-оцінюванням, навчальні труднощі зарубіжних студентів у закладах вищої освіти, обмеження щодо подорожей студентів на міжнародні конференції, ускладнення, пов'язані з психічним здоров'ям та благополуччям студентів,

неможливістю повернутись у навчальні заклади студентів, які виїхали додому до початку карантину, запізнення закінчення навчання та проблеми початку кар'єри випускників, проблеми глобальної рецесії, спричинені кризою COVID-19.

Проте, вплив умов дистанційного навчання, соціальної ізоляції, змін умов життя в цілому на психічний розвиток дітей та підлітків, зміни парадигми навчання та виховання у закладах загальної середньої освіти системно та на належному науковому рівні не досліджувалися.

У відповідь на спалах COVID-19 світова психологічна професійна спільнота відреагувала динамічно та миттєво. Населенню і, перш за все, медикам, пропонувались онлайн-консультації, телефонне втручання, консультування через листування та Інтернет-застосунки.

Аналіз науково-методичної, методичної літератури, медіа та Інтернет-джерел дозволив виокремити певні напрями та форми дистанційної психологічної допомоги й підтримки під час пандемії COVID-19 в Україні. Створено велику кількість ресурсів онлайн-самопомоги: сайти, відеофільми, мультфільми, курси, посібники, гайди, постери, плакати, ліфлети, інфографіка, пам'ятки, кризове консультування (телефонне та онлайн), онлайн-групи за методом «рівний – рівному», онлайн-групи самопомоги тощо.

Попри вторгнення різноманіття онлайн-форм і методів надання психологічної та соціально-педагогічної допомоги, традиційно залишається затребуваним, розповсюдженим та найбільш ефективним офлайн-консультування.

Під час очних консультацій або онлайн-консультацій психологи та інші фахівці соціально-психологічних послуг під час пандемії COVID-19 в Україні надавали й продовжують надавати такі види консультацій та психологічної допомоги й підтримки:

- психологічні (кризові, планові, підтримуючі, профілактичні);

- інформаційні (щодо наявних послуг, перенаправлення тощо);
- з питань соціального, медичного, юридичного, педагогічного супроводу тощо.

Надання дистанційної допомоги онлайн відбувається у телефонному режимі, через соціальні мережі, месенджери Viber, Telegram, WhatsApp, Signal, Skype тощо, E-mail-листування чи переписка на сторінках сайтів, психологічних онлайн-кабінетів.

З початку карантину, у зв'язку з невідкладною проблемою збереження психічного й психологічного здоров'я населення виникла гостра необхідність у підготовлених фахівцях, здатних здійснювати психологічний супровід для тих, хто цього потребує, у відповідних до проблематики формах: від екстреної психологічної допомоги, кризових інтервенцій до здійснення глибинної психокорекції, психотерапії та психологічної реабілітації. Тому період пандемії COVID-19 характеризується ще й підвищеною мотивацією фахівців як до навчання моделям, технікам і технологіям надання психологічної допомоги, так і до проведення таке навчання.

Отже аналіз наукових першоджерел щодо підходів і методів надання психологічної допомоги постраждалим під час пандемії COVID-19 дозволив зробити висновок про те, що основним орієнтиром такої допомоги має бути здійснення самопомоги та самопідтримки завдяки системній і цілеспрямованій психоедукації, опануванню нових технік і засобів стабілізації емоційного стану і вирішення інших проблем а також збільшення резилієнтності особистості як профілактики виникнення гострих стресових розладів, опірності стресам.

2. Проаналізовано офіційні документи та матеріали групової, колективної та масової комунікації з теми дослідження.

В умовах децентралізації організація політики освітнього простору визначається органами місцевого самоврядування, які діють згідно з положеннями таких розпорядчих документів Кабінету Міністрів України,

Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України щодо запобігання поширенню коронавірусу COVID-19:

– Указ Президента України від 13.03.2020 р. №87/2020 «Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 13.03.2020 р. «Про невідкладні заходи щодо забезпечення національної безпеки в умовах спалаху гострої респіраторної хвороби COVID-19 спричиненої коронавірусом SARS-coV-2»;

– Закон України «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення» від 16.10.2020 р. № 4004-ХІІ;

– Закон України «Про захист населення від інфекційних хвороб» від 23.05.2020 р. № 1645-ІІІ;

– Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України, спрямованих на запобігання виникненню і поширенню коронавірусної хвороби (COVID-19)» від 10.12.2020 р. № 530-ІХ;

– Постанова Кабінету Міністрів України від 11.03.2020 р. № 211 «Про запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19»;

– Постанова Кабінету Міністрів України від 20.03.2020 р. №225 «Деякі питання закупівлі товарів, робіт і послуг, необхідних для здійснення заходів, спрямованих на запобігання виникненню та поширенню, локалізацію та ліквідацію спалахів, епідемій та пандемій коронавірусної хвороби (COVID-19) на території України»;

– Постанова Кабінету Міністрів України від 20.05.2020 р. №392 «Про встановлення карантину з метою запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19 спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2»;

– Постанова Кабінету Міністрів України від 22.07.2020 р. № 641 «Про встановлення карантину та запровадження посилених протиепідемічних заходів на території із значним поширенням гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2»;

– Постанова МОЗ України від 30.07.2020 р. № 42 «Про затвердження Тимчасових рекомендацій щодо протиепідемічних заходів у закладах освіти»;

– Постанова головного санітарного лікаря України МОЗ України від 22.08.2020 р. №50 «Про затвердження протиепідемічних заходів у закладах освіти на період карантину у зв'язку поширенням коронавірусної хвороби (COVID-19)»;

– Постанова головного санітарного лікаря України МОЗ від 22.09.2020 р. №55 «Про затвердження протиепідемічних заходів у закладах дошкільної освіти на період карантину у зв'язку поширенням коронавірусної хвороби (COVID-19)».

– Спільний лист МОН України та ЦК профспілки працівників освіти і науки України від 17.03.2020 р. №02/5-202 «Щодо умов та оплати праці працівників закладів освіти в умовах карантину»;

– Лист МОН України від 29.07.2020 р. №/9-406 «Про підготовку закладів освіти до нового навчального року та опалювального сезону в умовах адаптивного карантину та додатки до нього»;

– Лист МОН України від 28.08.2020 р. №1/9-490 «Щодо створення безпечних умов організації освітнього процесу 2020-2021 навчального року

– Лист МОН України від 05.08.2020 р. № 1/9-420 «Щодо організації роботи закладів загальної середньої освіти у 2020/2021 навчальному році»;

– Лист МОН України від 11.08.2020 р. № 1/9-430 «Щодо методичних рекомендацій про викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2020/2021 навчальному році»;

– Лист МОН України від 12.10.2020 р. № 1/9-575 «Про вжиття організаційних заходів із протидії розповсюдженню COVID-19»;

Міністерство освіти і науки України спільно з Міністерством охорони здоров'я України підготували та видали збірник, якій містить нормативні документи для роботи закладів освіти під час карантину та рекомендації

щодо впровадження змішаного навчання у закладах фахової вищої та передвищої освіти [URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/Zbirnyk%20normatyvka%20COVID-19/Zbirnyk.pdf>].

Органи місцевого самоврядування, враховуючи думки та запити учасників освітнього процесу, мають право самостійно вирішувати у якому режимі здійснюватиметься робота закладів освіти, що знаходяться у їх підпорядкуванні. У зв'язку із погіршенням епідемічної ситуації в країні, необхідністю швидкого реагування на виклики сучасності, органами місцевого самоврядування у різних областях також були затверджені нормативні документи, які регулюють роботу закладів освіти в умовах карантину.

В цілому проаналізовано Законів України – 3, постанов Кабінету Міністрів України і Міністерства охорони здоров'я України – 7, листів Міністерства освіти і науки України – 7, документів місцевих органів самоврядування – 8.

3. Дистанційно проведено фокусовані групові інтерв'ю з педагогічними працівниками Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької та Сумської областей щодо виявлення проблематики пов'язаної з наслідками пандемії COVID-19.

В період 02 – 26 листопада 2020 року виконавцями проекту було проведено 8 фокусованих групових інтерв'ю «Карантин як тригер психологічних та соціальних проблем» з педагогічними працівниками Вінницької, Миколаївської, Сумської, Харківської та Чернівецької областей, зокрема, в Чернівецькій області – 2 і 3 листопада, в Миколаївській області – 5 і 9 листопада, у Вінницькій – 10 листопада, в Харківській — 12 і 24 листопада, у Сумській — 18 листопада.

Метою проведення фокусованих групових інтерв'ю було виявлення найбільш актуальних психологічних і соціально-педагогічних проблем учнів, педагогів і батьків в умовах пандемії COVID-19.

Цільові аудиторії:

а) працівники психологічної служби, вчителі, представники адміністрації закладів освіти - основна.

б) учасники освітнього процесу (учні, батьки) – додаткова.

Завдання фокусованих групових інтерв'ю:

- визначити найбільш розповсюджені страхи, побоювання (міфи), що обумовлюють негативні емоційні стани у представників цільових груп (з чим доводиться працювати працівникам психологічної служби);

- виявити психологічні аспекти дистанційної комунікації: емоційні реакції, саморегуляція та форми зв'язку цільових груп (що викликало найбільші труднощі, до чого було пристосуватися не важко, дратує/хвилює досі);

- визначити рівень актуальності виявлених проблем («вага проблеми») методом ранжування від 1 до 10 (окремо для кожної цільової групи);

- ознайомитися із досвідом надання психологічної допомоги: динаміка, проблеми, очікування (тільки для працівників психологічної служби);

- визначити запити представників зазначених цільових груп і до практичного психолога і соціального педагога окремо.

- сформувати стратегії та методи роботи практичного психолога та соціального педагога у формуванні копінг-стратегій, стресостійкості, надання допомоги учасникам освітнього процесу.

Умови відбору респондентів були такі: респонденти мали бути експертами з досліджуваної проблеми (мати широку обізнаність у проблемі: досвід роботи з організації освітнього процесу, знання діяльності адміністрації, педколективу, учнівської громади і батьків; досвід спілкування з різними категоріями учасників освітнього процесу і т.п.).

Для проведення фокус-груп було розроблено гайд (додаток А).

Інформація про проведені фокусовані групові інтерв'ю висвітлювалась в соціальній мережі Facebook та на сайті психологічної служби Вінницької області, посилання на інформацію про заходи:

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1713176398857560/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1720795728095627/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1724268701081663/>

<https://vinps.vn.ua/?p=1232>

В ході засідань виявлено, що найбільш розповсюдженими серед учасників фокус-груп страхами, пов'язаними з пандемією були такі (за ступенем значущості): страх захворіти; страх ізоляції; страх хвороби та смерті близьких; залишитися без роботи; близького фізичного контакту та безпосереднього спілкування. З'ясувалося також, що учасники фокус-груп найчастіше стикаються з такими недостовірними даними (міфами) про пандемію та її вплив на людину: на коронавірусну хворобу не можна захворіти двічі; коронавірусної інфекції не існує; коронавірус, це всесвітня змова для знищення людства.

Аналіз результатів фокусованих групових інтерв'ю дозволив визначити спектр актуальних психологічних і соціально-педагогічних проблем учнів, педагогів і батьків в умовах пандемії COVID-19.

Проблеми педагогічних працівників:

- емоційне виснаження, зниження рівня емоційної рівноваги, надмірна втома;
- труднощі з організацією часу (робота, відпочинок, сімейні справи, власні діти);
- неможливість виконання повного обсягу запланованих завдань та професійних обов'язків;
- труднощі із залученням дітей до дистанційних занять, проблеми з дисципліною на уроках;

- страх заразитись і захворіти на COVID-19 (заразити членів сім'ї);
- проблеми, пов'язані з використанням ІКТ;
- порушення комунікації між учасниками виховного процесу;
- труднощі, пов'язані з тим, що важко дотримуватись всіх протиепідемічних вимог в закладі освіти (для того, щоб захистити учнів);
- зниження навчальної мотивації учнів;
- труднощі, пов'язані з власним здоров'ям (хворію чи перехворів/-ла на COVID-19, та здоров'я ще не відновилось);
- відсутність достовірних відомостей про COVID-19.

Проблеми учнів:

- невміння організувати свій час (навчання, відпочинок), відсутність самоконтролю;
- порушення комунікації з однокласниками та іншими учнями в школі;
- хвилювання старшокласників щодо складання ЗНО;
- зниження рівня дисципліни;
- зниження рівня знань та когнітивних функцій.
- боязнь заразитись і захворіти на COVID-19 (заразити членів сім'ї);

Проблеми батьків учнів:

- невміння організувати час дітей дома (навчання, відпочинок), відсутність контролю за навчанням дітей;
- роздратування, знервованість, агресія;
- боязнь заразитись і захворіти на COVID-19 (заразити членів сім'ї);
- труднощі, пов'язані з їх станом здоров'я чи станом здоров'я інших членів сім'ї (хворіють чи не повністю відновились після перенесеної хвороби);
- труднощі у диференціації інформації про COVID-19, отриманої з різних джерел.

Також визначено запити на роботу до працівників психологічної служби, пов'язані з наслідками пандемії, які найчастіше надходять від педагогів, учнів та батьків учнів.

Запити від педагогів.

Підвищення стресостійкості; гармонізація психологічного стану; зниження рівня тривоги та паніки; зниження рівня страху та емоційної напруги; заохочення та стимуляція активної діяльності, мотивація до навчання використання ІКТ; зниження рівня страху, профілактика дискримінації хворих на COVID-19; набуття навичок стресостійкості, визначення меж власного контролю; розвиток позитивного мислення; адаптація до карантинних умов; гармонізація психологічного здоров'я; управління гнівом; відновлення ресурсів особистості; профілактика та подолання емоційного та професійного вигорання; реадaptaція та адаптація до нових умов; просвіта, доступ до достовірної інформації; розробка алгоритму діяльності та адаптації роботи до актуальних умов.

Запити від учнів.

Профілактика дискримінації хворих на COVID-19; підвищення рівня розвитку пізнавальної сфери; залучення дітей до активних форм діяльності; зниження рівня тривоги та страху, емоційна стабілізація, просвіта та пояснення ситуації дітям; як пояснити ситуацію за допомогою гри, зменшення рівня тривожності; просвіта щодо захворювання, навчання правил гігієни, зниження рівня тривоги; стабілізація поведінки, організація часу та простору; підтримка рівня соціалізації та розвитку пізнавальних процесів; стабілізація емоційного стану; навички вирішення конфліктів; реадaptaція, адаптація до нових умов освітнього процесу; розвиток самостійності та критичного мислення, пізнання себе.

Запити від батьків учнів.

Особливості перебігу повторної адаптації у дітей; зміни у поведінці дітей (агресивність, тривожність тощо); профілактика страхів та тривожності;

формування саногенного мислення у дітей; попередження психоемоційної напруги в умовах дистанційного навчання; формування навчальної мотивації в умовах онлайн-навчання; профілактика залежності у дітей; адаптація новоприбулих дітей в умовах карантинних обмежень; значна кількість часу на виконання домашніх завдань в умовах дистанційного навчання.

Запити від працівників психологічної служби.

Профілактика дискримінації хворих на COVID-19; систематизація та краще планування роботи; оволодіння навичками інтеграції актуальних функцій в робочий процес; збільшення кількості альтернативних форм соціальних зв'язків; діалогічні зв'язки з дітьми та батьками; адаптація звичних форм роботи до нових умов, розширення та поглиблення знань, обмін досвідом.

Результати аналізу роботи фокус-груп були використані для розробки анкети для онлайн опитування педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти щодо наслідків пандемії COVID-19, а також для визначення найбільш важливих напрямів і системи засобів (методик, технік і технологій) подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти.

4. Опитування педагогічних працівників з різних областей України з метою визначення актуальних психологічних проблем, що виникли у учасників освітнього процесу внаслідок пандемії.

Протягом 19 – 26 листопада 2020 року проведено онлайн опитування педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти щодо наслідків пандемії COVID-19. Метою анкетування було визначення впливу пандемії і карантинних заходів на здійснення освітнього процесу в цілому та його учасників зокрема. Опитування було анонімним. Охоплення респондентів – 3209 осіб. Рівень – всеукраїнський. Анкета «Виявлення соціально-психологічних проблем, породжених пандемією COVID-19 у діяльності закладів освіти» (автор – В. Г. Панок) поширена таким чином:

Google Forms –

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe1OBeYDZ146T2xr5Wt1yvkgmRnyKxGdREZDDQOGQwtjwOlaQ/closedform>

Сторінка УНМЦ практичної психології і соціальної роботи у Facebook – <https://www.facebook.com/UNMCPSPSR>;

Загальнодоступна група «Психологічна служба системи освіти України» у Facebook – <https://www.facebook.com/groups/psyua> ;

Розсилка через електронну пошту на адреси обласних інститутів післядипломної педагогічної освіти.

Опис вибірки досліджуваних.

Кількість респондентів – 3209.

За віком досліджувані були розподілені на 5 категорій:

1. до 25 років включно – 389 респондентів або 12% від усіх опитаних;
2. від 25 до 35 років включно – 916 респондентів або 29%;
3. від 35 до 45 років включно – 912 респондентів, що складає 28%;
4. від 45 до 55 років включно – 674 респонденти, 21%;
5. від 55 і більше – 318 респондентів (10%). (див. рисунок 1. 1)

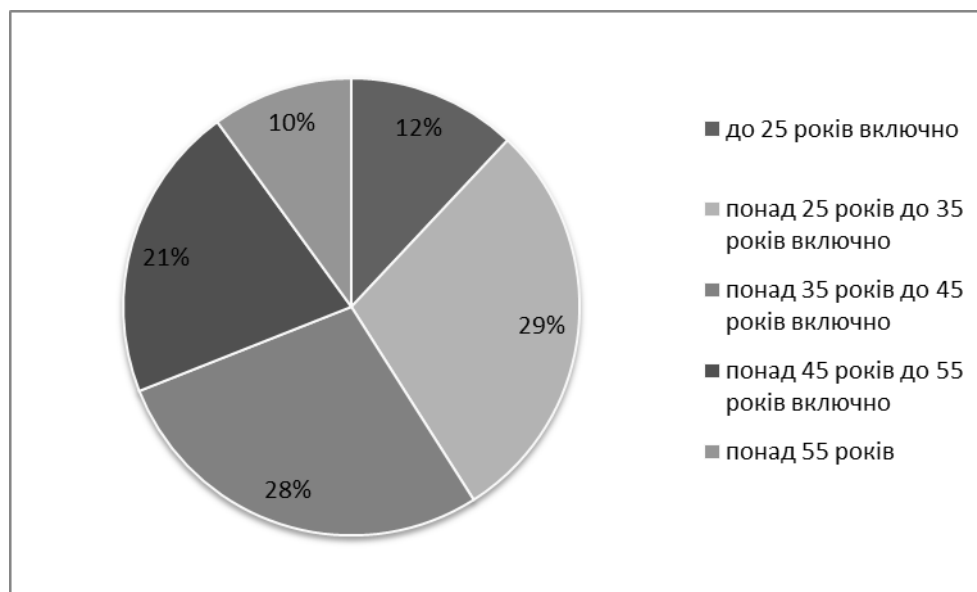


Рисунок 1. 1 – Розподіл респондентів за віком

За гендерною приналежністю: в опитуванні взяли участь 2956 осіб жіночої статі, що складає 92% усіх опитаних і 253 особи чоловічої статі, відповідно 8%. (Див. рисунок 1. 2)

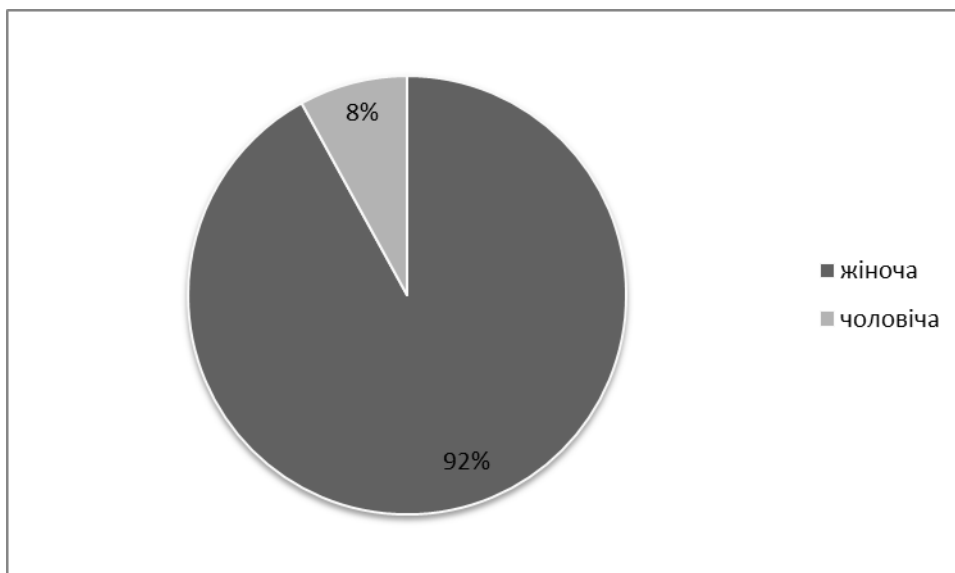


Рисунок 1.2 – Стать (гендер)

За місцем проживання було виокремлено дві категорії, а саме: село – 1765 респондентів (55%); місто – 1444 респонденти (45%). (див. Рисунок 1. 3)

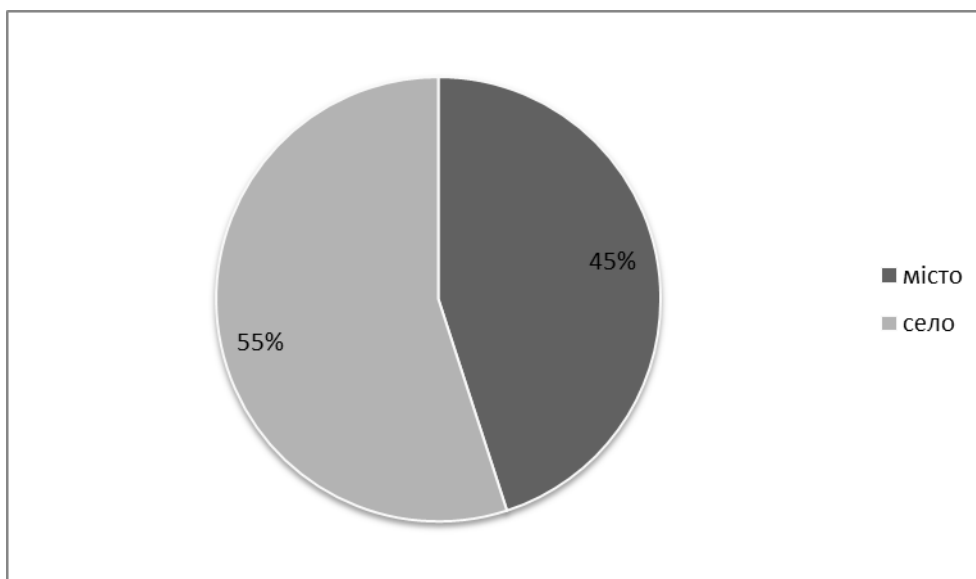


Рисунок 1. 3 – Місце проживання

За регіональною приналежністю (дані подано без урахування тимчасово окупованих територій (див. Таблиця 1.1).

Таблиця 1 – Кількість опитаних по областях

п/п	Область	К-ть респондентів
1	2	3
1	Вінницька	233
2	Волинська	4
3	Дніпропетровська	13
4	Донецька	15
5	Житомирська	24
6	Закарпатська	23
7	Запорізька	5
8	Івано-Франківська	39
9	Київська	44
10	Кіровоградська	6
11	Луганська	3
12	Львівська	6
13	Миколаївська	234
14	Одеська	5
15	Полтавська	3
16	Рівненська	6
17	Сумська	25
18	Тернопільська	7
19	Харківська	42
20	Херсонська	3
21	Хмельницька	25

22	Черкаська	3
23	Чернівецька	2386
24	Чернігівська	55
	Всього:	3209

Узагальнення результатів опитування педагогічних працівників щодо їх оцінки впливу пандемії COVID-19 на учасників освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти дозволило дослідникам зробити *такі висновки*.

Серед джерел інформації про шляхи передачі і профілактики інфікування на COVID-19 найбільшою довірою у педагогічних працівників користуються соціальні мережі – 65,3%, разом з тим мінімальний прояв довіри складає 16,9%. Офіційні джерела інформації посіли друге місце – 64,6% опитаних. При цьому повністю довіряють майже 21%. Неофіційним джерелам (друзі, знайомі) висловили довіру 51,9% опитаних. Телебаченню в цілому довіряють 50,2%, з них 10,2% довіряють повністю. Повністю або частково не довіряють телебаченню 31,4% опитаних.

Самооцінка рівня інформованості учасників освітнього процесу про шляхи передачі і профілактики інфікування на COVID-19 є доволі високою: 94,6% – педагогічні працівники, 88,3% – учні (за оцінкою педагогів), 86,8% – батьки (за оцінкою педагогів).

Труднощі і страхи педагогічних працівників що були викликані пандемією розподілились за ступенем значущості таким чином :

- «Боюсь заразитись і захворіти на COVID-19 (заразити членів сім'ї)» – 78,2%. При цьому максимальну оцінку (10 балів) поставило 40,9% від усіх опитаних, а 9,3% заявили, що їм подібні страхи не притаманні;

- проблеми, пов'язані з використанням ІКТ (відсутність компетенцій) – 53,2%, 31% заявили, що мають незначні труднощі і 15,7% вважають себе повністю компетентними;

- труднощі із залученням дітей до дистанційних занять відмітили 73% педагогів (12,8% відмітили її максимальним балом).

- «Важко дотримуватись всіх протиепідемічних вимог в закладі освіти (для того, щоб захистити учнів)» – 69,5%, що викликало ускладнення в професійній діяльності;

- труднощі з організацією часу (робота, відпочинок, сімейні справи, власні діти) – 60,7% відповіли, що це для них є суттєвою проблемою, при цьому майже 18% оцінили її найвищим балом;

- неможливість виконання повного обсягу запланованих завдань та професійних обов'язків – 59,6% опитаних, з них максимальний бал відзначило 12,3%;

- емоційне виснаження, зниження рівня емоційної рівноваги, надмірна втома. 58,7% відзначили цю проблему як суттєву, з них майже 18% – як дуже суттєву;

- зниження навчальної мотивації учнів – 58,1% опитаних, з них 13,5% оцінили цю проблему максимально;

- порушення комунікації з батьками щодо контролю за якістю знань учнів відмітили 51,1% опитаних, з них 8,7% позначили її максимальною оцінкою;

- труднощі з дисципліною учнів на уроках – 47,9% опитаних заявили, що мають ускладнення з дисципліною учнів;

- труднощі, пов'язані з власним здоров'ям (хворію чи перехворів/-ла на COVID-19, та здоров'я ще не відновилось). 31,2% педагогів вважають цю проблему актуальною для себе, а 8,9% оцінили її як дуже актуальну. 30,4% опитаних заперечили для себе існування такої проблеми.

Оцінка педагогами ступеню актуальності проблем здобувачів освіти, що пов'язані з пандемією (за ступенем значущості).

- хвилювання старшокласників щодо складання ЗНО респонденти оцінили таким чином: 59,1% – високий, 26,1% – середній, 14,8% – низький;

- невміння організувати свій час (навчання, відпочинок), відсутність самоконтролю: 52% – високий рівень, 32% – середній, 16% – низький;

- зниження рівня знань та когнітивних функцій якості явної проблеми назвали 46,5% опитаних, 36,7% називають цю проблему помітною, 16,8% вважають незначною;

- порушення комунікації з однокласниками та іншими учнями в школі: 44,3% – високий рівень, 33% – середній, 22,7% – низький;

- зниження рівня дисципліни здобувачів освіти – 37% вважають, що пандемія суттєвим чином вплинула на дисципліну учнів, 35,4% визнають деякий вплив; 27,6% вважають, що на дисципліну учнів карантинні заходи суттєво не вплинули;

- боязнь заразитись і захворіти на COVID-19 (заразити членів сім'ї) – 33,4% – високий рівень, 36,6% – середній, 29,9% – низький. Отже, страхи зараження в учнів, на думку педагогів, виражені приблизно порівну.

Оцінка педагогами ступеню актуальності проблем батьків учнів, що пов'язані з пандемією (за ступенем значущості).

- невміння батьками організувати дітей вдома під час дистанційного навчання (навчання, відпочинок) вказали 72,3% респондентів;

- батьки бояться заразитись і захворіти на COVID-19 чи заразити членів сім'ї зазначили 71,1% респондентів;

- батьки відчувають роздратування, знервованість, агресію заявили більше половини респондентів, а саме 64,7%;

- труднощі батьків, які пов'язані з їх станом здоров'я чи станом здоров'я інших членів сім'ї (хворіють чи не повністю відновились після перенесеної хвороби). Думки педагогів розділились: 47,5% – відчувають певні труднощі, 45,9% – не мають їх.

Аналіз даних свідчить, що на сьогодні спостерігається тенденція емоційного напруження батьків, на думку педагогів, яке спричинене невмінням критично сприймати інформацію щодо особливостей перебігу

хвороби. Відмітимо, що на даний момент існує ще досить багато невідпрацьованих питань організації навчання в дистанційних умовах, комунікації, можливостей забезпечення психологічного супроводу усіх учасників освітнього процесу.

Емоційний стан учасників освітнього процесу може бути охарактеризований як такий, де переважають негативні емоції і настрої – тривога, страх, роздратування, агресія і т.п. У багатьох відмічено ознаки емоційного вигорання, астеничні реакції, симптоми дистресу.

Одержані результати були використані для розроблення системи засобів (методик, технік і технологій) подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти.

За результатами опитування підготовлена аналітична записка «Психологічний стан учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19» для інформування МОН України і НАПН України (лист УНМЦ практичної психології і соціальної роботи № 108 від 12.12.2020 р.).

5. Узагальнення та аналіз отриманої інформації, визначення найбільш важливих напрямів психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 в умовах закладу освіти

Результати аналізу наукової літератури щодо підходів і методів надання психологічної допомоги під час пандемії COVID-19 та результати здійсненого емпіричного вивчення психологічних проблем, що виникли у учасників освітнього процесу внаслідок пандемії COVID-19 дозволили визначити такі чотири взаємопов'язаних і взаємодоповнюючих напрями, за якими має здійснюватись процес психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 в умовах закладу освіти:

- формування в учасників освітнього процесу усвідомленого розуміння змісту основних понять та компонентів психічного здоров'я, основних положень «резилієнс» (стресостійкості);

- підвищення обізнаності педагогічних працівників, практичних психологів, соціальних педагогів щодо розпізнання ознак психологічного стресу та емоційної нестабільності;

- застосування ефективних технологій гармонізації психічного здоров'я, розвитку життєстійкості, відновних практик в умовах пандемії COVID-19;

- сприяння оволодінню педагогічними працівниками методами самопомоги та самопіклування в стресових умовах, правилами психопрофілактики емоційного та професійного вигорання.

6. Розроблена система засобів (методик, технік і технологій) подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти.

Відповідно до визначених напрямів психологічної допомоги учасникам освітнього процесу була розроблена система засобів (методик, технік і технологій) подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти, яка містить два складника.

Перший складник, це методичний комплекс для забезпечення реалізації визначених напрямів психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії.

Другий - перелік методик, технік і технологій для роботи за запитами від педагогів, учнів, батьків учнів а також з працівниками психологічної служби. Зазначимо, що перелік найбільш поширених запитів від учасників освітнього процесу сформовано за результатами проведення фокус-груп.

Розкриємо зміст першого складника розробленої системи засобів подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти.

Напрямок 1. Формування в учасників освітнього процесу усвідомленого розуміння змісту основних понять та компонентів психологічного здоров'я, основних положень «резилієнс».

Для реалізації згаданого напрямку головним методом є психоедукація, рекомендується також застосовувати такі методики, техніки і технології:

1. Шкала самотності та соціальної ізоляції (Loneliness Scale) (дозволяє швидко оцінити суб'єктивне відчуття самотності та соціальної ізоляції).

2. PHQ-4 – Опитувальник здоров'я пацієнта (виявлення депресії та тривожності).

3. GSE – Шкала загальної само ефективності (для оцінки загального сприйняття самоефективності з метою передбачення успішності подолання життєвих перешкод, а також адаптації після переживання стресових подій).

4. Тренінги життєстійкості (засоби посттравмівної реабілітації, сприяють пошуку нових сенсів життя).

Напрямок 2. Підвищення обізнаності педагогічних працівників, практичних психологів, соціальних педагогів щодо розпізнання ознак психологічного стресу.

Для реалізації згаданого напрямку головним методом є психоедукація, рекомендується також застосовувати такі методики, техніки і технології.

1. Методика «Антистрес-алгоритм в екстремальних ситуаціях» (вправи на стабілізацію психоемоційного стану, що забезпечить об'єктивнішу оцінку ситуації і здолати пасивний стан, а також на створення учасниками для себе нових конкретних завдань, виходячи з наявної ситуації).

2. Тест нервово-психічної адаптації (визначає стан нервово-психічної адаптованості/дезаптованості).

3. Індивідуальне психологічне консультування (індивідуальне консультування є ефективним методом як діагностики, так і подолання стресового стану. Використовується п'ятикрокова модель консультативного інтерв'ю за Айві).

4. Психологічні поради батькам:

- як зберегти психічне здоров'я дітей в період карантину;
- дистанційне навчання: в чому проблема;

- як налагодити довірливі стосунки з дітьми.

5. Шкала тест-опитувальник депресії Бека (з 15 років) (дозволяє виявити набір найбільш значущих симптомів депресії).

Напрямок 3. Ефективні технології гармонізації психологічного здоров'я та розвитку життєстійкості, застосування відновних практик.

Для реалізації згаданого напрямку рекомендується застосовувати такі методики, техніки і технології.

1. Технологія Basic-PH (дозволяє людині визначити власну унікальну комбінацію ресурсів для подолання кризи).

2. Техніки, спрямовані на зміни у повсякденному житті (вправи на концентрацію і на відволікання, накопичення енергії, «будильник-нагадування», техніка захисту і фізична діяльність).

3. Вправи на релаксацію (тілесно-орієнтовані техніки) (допомогають розслабитись та заспокоїтись):

- вправа «Розрядка гніву і агресії»;
- вправа «Напруга і розслаблення рук»;
- вправа «Заземлення».

4. Дихальні вправи:

- вправа «Дихання по колу»;
- вправа «Метелик».

5. Технологія самонавіювання.

6. Арт-терапевтичні технології:

- тематичні малюнки (малюнок самого себе, малюнок своєї сім'ї, малюнок людини взагалі, малюнок «Будинок, дерево, людина», монотипія «Метелик»);

- вправи арт-терапії з кольорами;
- вправи арт-терапії з карлючками;
- вправа арт-терапії з глиною, воском, тістом або пластиліном;

7. Техніки розвитку емоційної компетентності:

- малюнок «Почуття» (розвиток навичок регуляції негативних емоцій та усвідомлення особливостей переживання почуттів);
- вправа «Зустріч з внутрішньою дитиною» (формування навичок позитивного самоприйняття за допомогою техніки візуалізації);
- ідеомоторне тренування, (полягає у свідомому активному уявленні техніки рухів).

Напрямок 4. Сприяння оволодінню педагогічними працівниками методами самопомоги та самопіклування в стресових умовах, правилами психопрофілактики емоційного та професійного вигорання.

Для реалізації згаданого напряму головним методом є психоедукація, рекомендується також застосовувати такі методики, техніки і технології.

1. Методика «Почуття: як вони називаються і якого вони кольору?» (адаптована Д. Д. Романовською відповідно до особливостей освітнього процесу та життєдіяльності під час пандемії COVID-19).

2. Картки почуттів. Методика дослідження емоційно-почуттєвих станів особистості.

3. Діагностика провідних комунікаційних каналів за інтегративною моделлю – BASIC Ph (М. Лааду).

4. Шкала диференціальних емоцій (Differential Emotions Scale –DES, К.Ізард, 1972). Діагностика психоемоційного стану, стресового розладу

Представимо другий складник розробленої системи засобів подолання наслідків пандемії COVID-19 — перелік методик, технік і технологій для роботи за запитами від педагогів, учнів, батьків учнів а також з працівниками психологічної служби. Згаданий перелік представлений у таблицях 1.2, 1. 3, 1. 4 і 1. 5.

Таблиця 1.2 — Перелік методик для роботи з педагогами.

Запит	Методики, техніки, технології
-------	-------------------------------

Підвищення стресостійкості	Тренінгові програми «Пізнай себе і ти пізнаєш світ», «Шлях до самопізнання» Підвищення стресостійкості педагогів
Гармонізація психологічного стану	Методика «Психологічне здоров'я під час COVID 19», просвітні заняття «Як не піддаватися паніці під час пандемії», вправи «Впізнай за голосом», «Паровозик», «День Народження», набори карток «Світ навколо мене» та «Памагайко»
Зниження рівня тривоги та паніки	Вправи «Глибокий вдих», «Як змінити хід думок», «Чарівний магазин», «Антистрес-алгоритм в екстремальних ситуаціях», просвітницьке заняття «Профілактика стресових розладів у педагогів»
Зниження рівня страху та емоційної напруги	Тренінгові заняття «Дозвольмо собі бути здоровими і щасливими»
Заохочення та стимуляція активної діяльності, мотивація до навчання використання ІКТ	Навчальна практика-тренінг «Засоби дистанційної освіти», онлайн курси по роботі в zoom, classroom
Зниження рівня страху, профілактика дискримінації хворих на COVID-19	Консультація «Виходимо з карантину безпечно»
Набуття навичок стресостійкості, визначення меж власного контролю	Вправи «Повітряна кулька», «Стисни кулаки», «Дихання по колу»
Розвиток позитивного мислення	Техніки «Знайти позитив», «Що я втратив і що залишилося?» «Вікно Джогарі»
Адаптація до карантинних умов	Вправа «Маленькі дослідники», «Гаряче-холодно», «Казка про страх», робота з малюнком, піском
Гармонізація психологічного здоров'я	«Антистрес-алгоритм в екстремальних ситуаціях», технологія Basic-PH
Управління гнівом	Вправи «Розрядка гніву і агресії», «Заземлення», «Метелик», малюнок «Почуття»

Відновлення ресурсів особистості	Технологія самонавіювання, вправи «Що дає вам енергію і що забирає?» «Письмове завдання про себе»
Профілактика та подолання емоційного та професійного вигорання	Тренінги профілактики емоційного вигорання, методики «Діагностика рівня емоційного вигорання» В.В. Бойка, «Визначення психічного «вигорання» О.О. Рукавішнікова. «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина — людина», «Оцінка власного потенціалу «вигорання», «Дослідження синдрому «вигорання»
Реадаптація та адаптація до нових умов	«Динаміка психоемоційних станів на карантині», «Цінність життя», методики «Асоціативний кущ», «Дерево передбачень», «Риб'яча кістка», «Дерево», «Лист до себе», "Мій дім, мій простір", "Кошик сміття", "Коло захисту»
Просвіта, доступ до достовірної інформації	Офіційна інформація, яку публікують на сайті МОЗ
Розробка алгоритму діяльності та адаптації роботи до актуальних умов	Рекомендації на тему «Самоменеджмент», «Від теорії до практики: долаємо кризу в іграх», «Блокнот успіхів»

Таблиця 1. 3 — Перелік методик для роботи з учнями.

Запит	Методики, техніки, технології
Профілактика дискримінації хворих на COVID-19	Дитячі книжки «Робі та Злюка в Короні», «Мій герой – це ти»
Підвищення рівня розвитку пізнавальної сфери	Вправи «Де чия тінь?», «Що змінилося?», «Чого не вистачає на малюнку?», сайт «Садочок вдома»
Залучення дітей до активних форм діяльності	Ключ Алієва, ігри-естафети «Перетягни канат», «Хто швидше», «Як у цирку», «Краще за цукерку»

Зниження рівня тривоги та страху, емоційна стабілізація, просвіта та пояснення ситуації дітям	Дитячі книжки «Робі та Злюка в Короні», «Мій герой – це ти», вправи «Прогулянка наосліп», «Відгадай, кого я боюся», «Розправся з намальованим страхом», «Мені не страшно», «Казка про страх», модифікація тесту тривожності Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен, методика «Страхи в будиночках»
Як пояснити ситуацію за допомогою гри, зменшення рівня тривожності	Гра «Розкажи Петрику, як за собою доглядати», «Де живуть емоції», «Кольорові емоції», «Черепаха», «Долонька-промінь»
Просвіта щодо захворювання, навчання правил гігієни, зниження рівня тривоги	Вправи «Що дає вам енергію і що забирає?», «Як справи у школі?», «Бінго – гра для знайомства», «Карта стосунків з оточенням»
Стабілізація поведінки, організація часу та простору	Музикотерапія, казкотерапія, заняття за програмою «Любіть життя: зростаєте здоровими і щасливими», казкотерапія, вправи «Метелик», «Заземлення», «Розрядка гніву»
Підтримка рівня соціалізації та розвитку пізнавальних процесів	Вправи «Дерево життя», «Стратегії подолання перешкод», вправи з використанням карток серії «Креатив», вправи «Проблема, потреба, ресурс», «Мої особистісні ресурси», «Соціальна мережа підтримки», «Кола довіри», «Лінія життя», «Піраміда життя», «Мій ідеальний день», «Внутрішні помічники», «Куц троянд», «Важливі уроки життя»
Стабілізація емоційного стану	Програма «Чарівний світ емоцій», вправи «Картки почуттів»
Навички вирішення конфліктів	Корекційно-розвивальні заняття для учнів 7-10 кл. «Жити у світі, де є стрес», методика виявлення стилю поведінки в конфліктній ситуації Томаса-Кілмана, вправи «Айсберг», «Вирішуємо конфлікт», «Вчимося слухати і розуміти почуття співрозмовника/співрозмовниці»
Реадаптація, адаптація до нових умов	«З радістю у садок», методика на виявлення

освітнього процесу	дитячих страхів О. І Захарова і М. Панфілова, асоціативний тест «Подорож», казки-тести Луїзи Дюсс
Розвиток самостійності та критичного мислення, пізнання себе	Методика «Обери потрібне обличчя», «Опиши малюнок», «Розповідь за малюнком», «Придумаємо казочку», «Опиши свою улюблену іграшку»

Таблиця 1. 4 — Перелік методик для роботи з батьками учнів.

Запит	Методики, техніки, технології
Особливості перебігу повторної адаптації у дітей	Пам'ятки для батьків щодо особливостей перебігу повторної адаптації у дітей
Зміни у поведінці дітей (агресивність, тривожність тощо)	Тренінг з розвитку батьківської ефективності
Профілактика страхів та тривожності	Тренінг з оволодіння навичками саморегуляції психоемоційного стану
Формування саногенного мислення у дітей	Тренінги з оволодіння навичками формування стресостійкості у дітей, інфомедійної грамотності
Попередження психоемоційної напруги в умовах дистанційного навчання	Заняття з розвитку стресостійкості
Формування навчальної мотивації в умовах онлайн-навчання	Пам'ятки для батьків щодо особливостей формування навчальної мотивації в умовах онлайн-навчання
Профілактика залежності у дітей	Пам'ятки для батьків щодо попередження залежності у дітей
Адаптація новоприбулих дітей в умовах карантинних обмежень	Пам'ятки для батьків щодо адаптації новоприбулих
Значна кількість часу на виконання домашніх завдань в умовах дистанційного навчання	Тренінг з тайм-менеджменту

Таблиця 1. 5 — Перелік методик для роботи з працівниками психологічної служби.

Запит	Методики, техніки, технології
Профілактика дискримінації хворих на COVID-19	Тренінг емоційної стабільності (С.Л. Рубінштейн), вправа «Спасибі моєму тілу»
Систематизація та краще планування роботи	Консультації на тему «Як залишатися фахівцем в стресогених ситуаціях», аналіз випадків, кейс-метод
Оволодіння навичками інтеграції актуальних функцій в робочий процес	Вправа БРПП, вправа «Нові функції», семінар «Розвиток толерантності до невизначеності»
Збільшення кількості альтернативних форм соціальних зв'язків	Вправи «Зоровий контакт», «Хто ця людина»
Діалогічні зв'язки з дітьми та батьками	«Картки для бесіди», «Карта стосунків з оточенням», «Як змінилося моє життя», «Вікно толерантності»
Адаптація звичних форм роботи до нових умов, розширення та поглиблення знань, обмін досвідом	Вправа «Павутинка», «Від теорії до практики: долаємо кризу в іграх», «Блокнот успіхів»,

7. Проведено вебіари, з працівниками психологічної служби Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької та Сумської областей, з метою обговорення розробленої системи засобів.

За результатами розроблення системи засобів (методик, технік і технологій) у листопаді на 2020 р. виконавцями дослідження було організовано та проведено 4 вебіари, учасниками яких були працівники психологічної служби. На вебіарах обговорювалась запропонована система засобів і окремі її елементи: методики, техніки, технології.

1. Вебінар «Організація діяльності працівників психологічної служби в умовах карантинних обмежень. Віртуальний кабінет практичного психолога, соціального педагога, як засіб підвищення психологічної культури учасників освітнього процесу», м. Миколаїв, 02.11.2020 р. Організатори заходу: УНМЦ практичної психології та соціальної роботи та Миколаївський ОППО. Учасники заходу: працівники психологічної служби

Миколаївської області, у заході взяло участь 44 учасника. Метою вебінару було: розвиток професійної майстерності працівників психологічної служби щодо організації ефективного соціально-психологічного супроводу освітньої діяльності за допомогою вебресурсів.

2. Вебінар «Форми і методи роботи працівників психологічної служби системи освіти з дітьми, які мають труднощі у навчанні під час локдауну та пандемії COVID-19» 28.11.2020 р. Учасники заходу: практичні психологи, соціальні педагоги Миколаївської, Донецької, Вінницької, Запорізької, Херсонської, Харківської, Сумської та Чернівецької областей (38 учасників). Під час вебінару обговорювались проблеми зниження навчальних можливостей дітей і підлітків а також форми і методи роботи працівників психологічної служби системи освіти з дітьми.

3. Вебінар «Психологічна підтримка педагогічних працівників в умовах пандемії COVID-19» 9.11.2020 р. Учасниками вебінару були практичні психологи, соціальні педагоги та педагогічні працівники Львівської, Вінницької, Чернівецької та Миколаївської областей (25 осіб). Під час обговорення висвітлені питання профілактики та подолання емоційного та професійного вигорання педагогічних працівників в умовах пандемії.

4. Вебінар для практичних психологів, соціальних педагогів закладів освіти Сумської області «Особливості психологічного та соціально-педагогічного супроводу освітнього процесу в умовах дистанційного навчання», м. Суми, 13.11.2020 р. Кількість учасників – 40 осіб. У ході вебінару висвітлено питання особливостей організації роботи в умовах карантинних обмежень, особливу увагу було приділено використанню інтернет-ресурсів для надання психологічної підтримки учням, батькам та педагогам, здійснення консультативної та просвітницької роботи з учасниками освітнього процесу.

8. Здійснення експериментальної апробації окремих методик і технік психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії.

Апробація окремих методик і технік з розробленої системи психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії здійснювалась працівниками психологічної служби Чернівецької, Миколаївської, та Харківської областей. Її перебіг і результати обговорювались на конференції, вебінарах, веб-нарадах, круглих столах (дивись розділ 2 Масові науково-практичні заходи та зв'язки з громадськістю, таблиці 1.2, 1.3, 1.4, 1.5).

9. Проведення веб-нарад та круглих столів з працівниками психологічної служби системи освіти України, з метою обговорення результатів апробації розробленої системи засобів.

За результатами апробації розробленої системи засобів (методик, технік і технологій) було проведено два круглі столи і три веб-наради з працівниками психологічної служби Чернівецької, Миколаївської, та Харківської областей. За результатами обговорення в систему внесено корективи.

1. Круглий стіл «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби закладів освіти», м. Чернівці, 04.11.2020 р. Модератор зустрічі: Романовська Д. Д. Учасники: 45 практичних психологів та соціальних педагогів. На круглому столі було обговорено ефективні методики, ігри та вправи для подолання тих проблем та труднощів, які виникають у дітей, педагогів, працівників психологічної служби та батьків у зв'язку з пандемією COVID-19.

Посилання на інформацію про захід у мережі Facebook:
<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1715051375336729/>

2. Круглий стіл «Форми і методи роботи працівників психологічної служби системи освіти з дітьми, які мають труднощі у навчанні під час локдауну та пандемії COVID-19» м. Миколаїв, 27.11.2020 р. Учасники: практичні психологи, соціальні педагоги, педагогічні працівники Миколаївської області. У заході взяло участь 34 учасника. Метою круглого столу було: обговорити труднощі в роботі практичних психологів закладів

освіти під час пандемії COVID-19, виявити та узагальнити ефективні методики і технології надання психологічної допомоги учасникам освітнього процесу. З метою сприяння професійного зростання та профілактики емоційного вигорання працівників психологічної служби запровадити систему проведення групових онлайн-супервізій, а для педагогічних працівників – груп взаємопідтримки та взаємодопомоги. Посилання на інформацію про захід у мережі Facebook:

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1738910676284132/>

Веб-наради:

3. Веб-нарада з працівниками психологічної служби Чернівецької області, з метою обговорення перебігу і результатів апробації методик і технік з розробленої системи психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 16. 11.2020р.

4. Веб-нарада з працівниками психологічної служби Миколаївської області, з метою обговорення перебігу і результатів апробації методик і технік з розробленої системи психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19, 23. 11.2020р.

4. Веб-нарада з працівниками психологічної служби Харківської області, з метою обговорення перебігу і результатів апробації методик і технік з розробленої системи психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19, 30. 11.2020р.

6. Супервізія для працівників психологічної служби, м. Миколаїв, 4-5.12.2020 р. Під час супервізії психологи, які виносили свої кейси на обговорення, в атмосфері доброзичливості та безпеки, отримали емоційну підтримку від супервізора та групи, змогли знайти відповіді на запитання, що виникли при виконанні професійних обов'язків.

2. ОСНОВНІ РЕЗУЛЬТАТИ ПЕРШОГО У 2021 РОЦІ ЕТАПУ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Відповідно до Технічного завдання і Календарного плану виконання наукового дослідження першого у 2021 році етапу виконано такі роботи.

1. Розроблена навчальна програма дистанційних курсів підвищення кваліфікації практичних психологів з організаційно-методичного забезпечення психологічної допомоги постраждалим внаслідок пандемії

Мета програми полягає у вдосконаленні загальних та професійних компетентностей практичних психологів закладів освіти, підвищенні методичного та практичного рівнів професійної компетентності, сприянні особистісного зростання в умовах соціальних трансформацій, підготовка їх до здійснення психологічної допомоги учасникам освітнього процесу щодо подолання наслідків пандемії COVID-19.

Відповідно до професійного стандарту «Практичний психолог у закладах освіти» програмою передбачено розвиток, удосконалення та формування наступних *ключових компетентностей*:

Загальні:

Соціальна компетентність – здатність до конструктивного спілкування з учасниками освітнього процесу, критичної оцінки соціальних подій і явищ, ефективно взаємодіяти в умовах дистанційного та змішаного навчання.

Цифрова компетентність – здатність використовувати сучасні інформаційно-комунікаційні технології, інтернет-ресурси при виконанні професійної діяльності.

Етична компетентність – здатність усвідомлювати свої професійні можливості та діяти в межах професійної компетентності, дотримуватись деонтологічних принципів надання психологічної допомоги.

Професійні:

- здатність виявляти актуальний стан психологічного благополуччя та психічного здоров'я учасників освітнього процесу, визначати соціально-психологічні наслідки пандемії COVID-19, дистанційного навчання, тривалої соціальної ізоляції;
- здатність інтерпретувати результати психологічної діагностики, робити висновки та прогнози, формувати та надавати рекомендації учасникам освітнього процесу;
- здатність визначати структуру, зміст, види, методи психологічної допомоги, профілактики, просвіти, діагностики відповідно до запиту та/або виявленої потреби в такій допомозі учасникам освітнього процесу, що постраждали внаслідок пандемії COVID-19;
- здатність планувати, реалізовувати та визначати ефективність психологічної допомоги (психологічного консультування, психологічного супроводу, розвитку) прогнозувати (проєктувати) вплив психологічної допомоги на результати навчання здобувача освіти, професійної діяльності педагогічних (науково-педагогічних) працівників та рівень психологічної безпеки освітнього середовища;
- здатність створювати алгоритми професійної діяльності з постраждалими від пандемії COVID-19, застосовувати методи збереження/відновлення психічного здоров'я учасників освітнього процесу.

Важливими завданнями для реалізації мети програми та вдосконалення компетенцій практичних психологів є:

- ознайомлення слухачів з основними засадами надання психологічної допомоги учасникам освітнього процесу щодо організації та здійснення психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії;
- формування усвідомленого розуміння змісту основних понять та компонентів збереження та відновлення психічного здоров'я;

- удосконалення здатності обирати та практично застосовувати методи психологічної просвіти, профілактики, діагностики та допомоги щодо подолання наслідків пандемії COVID-19;
- оволодіти методами самопомоги та самопіклування в стресових умовах, правилами психопрофілактики емоційного та професійного вигорання;
- сформувати дієвий алгоритм психологічної допомоги учасникам освітнього процесу щодо збереження/відновлення психологічного здоров'я в умовах пандемії, стабілізації психоемоційного стану.

Програма складається з двох модулів: науково-теоретичного та практико-методологічного. Вивчення кожної теми науково-теоретичного модулю завершується питаннями для самоперевірки та тестовими питаннями для самоконтролю. Проходження кожної теми практико-методологічного модулю супроводжується практичним відпрацюванням психодіагностичних методик, психопрофілактичних та психокорекційних технік, методик надання психологічної допомоги та самопомоги з наданням творчого звіту щодо виконання тестів, методик та технік. Результатом успішного проходження курсів підвищення кваліфікації є виконання всіх передбачених програмою завдань.

Підсумковим контролем якісного засвоєння знань, формування нових умінь та удосконалення професійних навичок є розробка та презентація власної індивідуальної творчої роботи «Алгоритм професійної діяльності практичного психолога щодо подолання наслідків пандемії COVID-19».

По завершенню та за умови якісного виконання всіх передбачених програмою завдань (кожне завдання оцінюється 20 балів) та індивідуальної творчої роботи (оцінюється 40 балів) учасники курсів підвищення кваліфікації отримують документ про підвищення кваліфікації (свідоцтво або сертифікат).

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна (за необхідності – очна або очно-заочна).

Обсяг програми: 30 годин (1 ЄКТС).

По закінченню проходження курсів підвищення кваліфікації слухачі мають оволодіти певними:

знаннями щодо:

- результатів останніх досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених з психологічних проблем пандемії COVID-19;
- механізмів протидії негативному інформаційному впливу в період пандемії;
- етичних принципів надання психологічної допомоги в умовах дистанційного навчання;
- змісту понять «психічне, психологічне здоров'я», «психологічне благополуччя» та феноменів стресостійкості, життєстійкості та резилієнтності;
- основних симптомів та симптомокомплексів тривожності, панічних та депресивних станів, страхів, невротичних розладів тощо;
- сучасних вітчизняних і зарубіжних методик надання психологічної допомоги та самопомоги щодо подолання негативних наслідків пандемії COVID-19;
- основних проявів емоційного та професійного вигорання у педагогічних працівників в період пандемії COVID-19;
- методик організації та проведення з педагогічними працівниками груп емоційного відреагування та груп професійного спілкування;

вміннями та навичками:

- діагностувати ознаки стресу, депресивних та тривожних станів в учасників освітнього процесу та добирати відповідні методи й техніки надання психологічної допомоги, розвитку резилієнтності, життєстійкості;

- розуміти переживання та потреби дітей і батьків, які перебувають у стресових умовах, зумовлених пандемією;
- спостереження та виокремлення проявів емоційного вигорання та психоемоційного виснаження в учасників освітнього процесу;
- надавати первинну та вторинну психологічну допомогу учасникам освітнього процесу в ситуаціях горя, втрати;
- організовувати та проводити з педагогічними працівниками групи емоційного відреагування та групи професійного спілкування;
- використовувати навички самопомоги при стресі та дотримуватись правил психогігієни;
- здійснювати профілактику емоційного вигорання у педагогічних працівників, застосовувати експрес-методи відреагування та рефлексії;
- надавати допомогу здобувачам освіти та їх батькам у вирішенні питань подолання наслідків самоізоляції, стресу, конфлікту;

мати настанови щодо:

- ролі особистості педагога, батьків у роботі з дітьми, які переживають стрес або знаходяться у стані соціальної депривації;
- ролі батьків, сім'ї та найближчого соціального оточення у збереженні психічного здоров'я дітей та підлітків;
- посилення складової збереження/відновлення психічного здоров'я, розвитку життєстійкості усіх учасників освітнього процесу;
- професійного та особистісного самовдосконалення щодо методів надання соціально-психологічної допомоги всім учасникам освітнього процесу в умовах пандемії.

Програму укладено згідно з п. 2 ст. 59 ЗУ «Про освіту» та відповідно до п. 10 постанови КМУ від 21 серпня 2019 року № 800 (із змінами і доповненнями, внесеними постановою КМУ від 27 грудня 2019 року № 1133) і Типової освітньої програми організації і проведення підвищення кваліфікації керівних кадрів закладів освіти відповідно до вимог Концепції

«Нова українська школа» (наказ МОН від 13.12.2018 р. № 1392).

2. Проведено веб-наради з практичними психологами Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької областей, з метою обговорення змісту розробленої програми

В період 14 травня – 16 червня 2021 року виконавцями проєкту було проведено 6 веб-нарад з практичними психологами Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької областей, зокрема, в Чернівецькій області – 14 травня і 3 червня, в Харківській області – 18 травня і 15 червня, у Вінницькій – 26 травня, в Миколаївській – 31 травня.

Мета веб-нарад – обговорення розробленої навчальної програми підвищення кваліфікації практичних психологів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти»

Завдання:

- ознайомити практичних психологів з розробленою програмою;
- обговорити зміст програми;
- визначити важливі теми з питань психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19, які мають бути висвітленими на курсах підвищення кваліфікації;
- виявити очікування практичних психологів щодо програми в цілому.

Умови відбору учасників веб-нарад були такі: учасники мали бути експертами з досліджуваної проблеми (мати широку обізнаність у проблемі: досвід психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19, знання проблем, пов'язаних з пандемією, які виникають у адміністрації закладу освіти, педколективу, учнівської громади і батьків і т.п.).

Учасники попередньо були ознайомлені з програмою курсу.

Також, для підготовки учасників до обговорення, була розроблена анкета, у якій пропонувалось оцінити за п'ятибальною шкалою важливість

рекомендованих тем до зазначеної програми курсу підвищення кваліфікації практичних психологів та створена Google Форма опитування (посилання на анкету : https://docs.google.com/forms/d/1Dvsq7sH3NUg8G5mGD_kLPeVvex6cT5mCcgDcPQ7owkQ/edit.)

У веб-нарадах загалом взяли участь 104 особи.

За місцем роботи учасники веб-нарад розподілились таким чином: 79 учасників (76%) працюють у закладах загальної середньої освіти, 25 учасників (24%) – у закладах дошкільної освіти (див. рисунок 2.1).

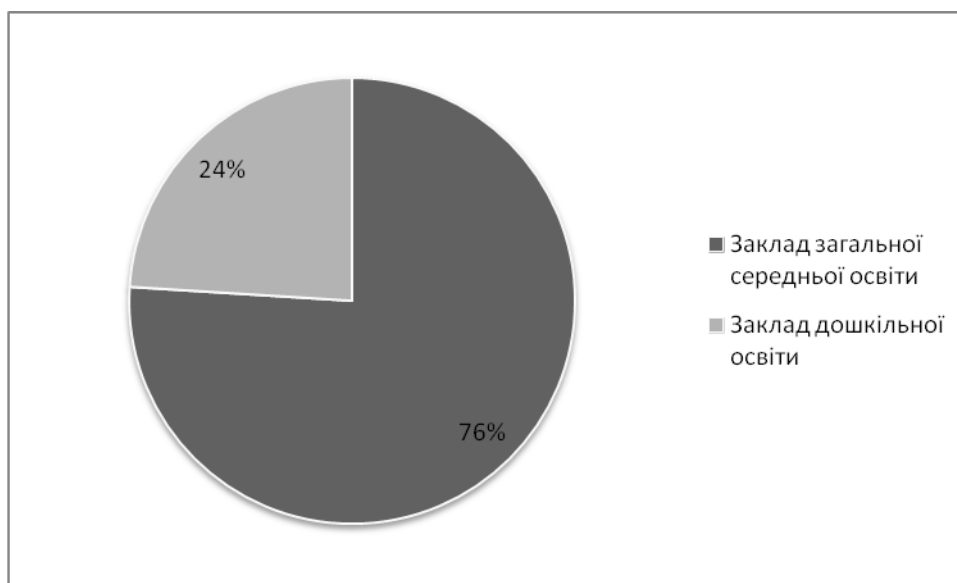


Рисунок 2. 1 – Розподіл учасників веб-нарад за місцем роботи (заклад освіти)

За стажем педагогічної роботи учасники розподілені на 4 категорії: до 5 років –30 учасників (29%); 6-10 років –24 учасника (23%); 11-20 років –30 учасників (29%); понад 20 років –20 учасників (19%) (див. рисунок 2.2).

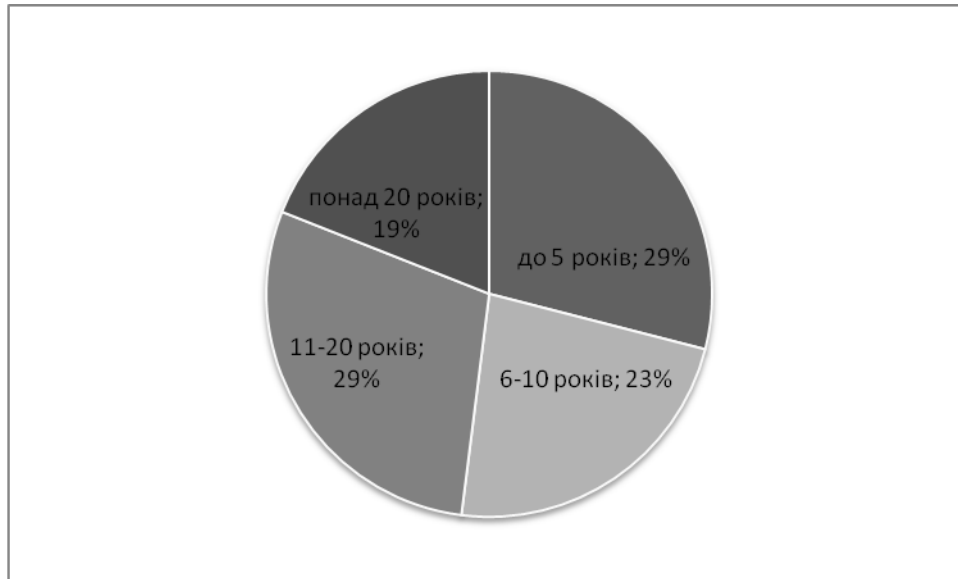


Рисунок 2. 2 – Розподіл учасників веб-нарад за стажем педагогічної роботи

За віком учасників були розподілені на 4 категорії: до 25 років включно – 11учасників або 11%; 26-40 років – 52 учасника (50%); 41-55 років –37 учасників (35%); 56 і більше 4 учасника (4%) (див. рисунок 2. 3).

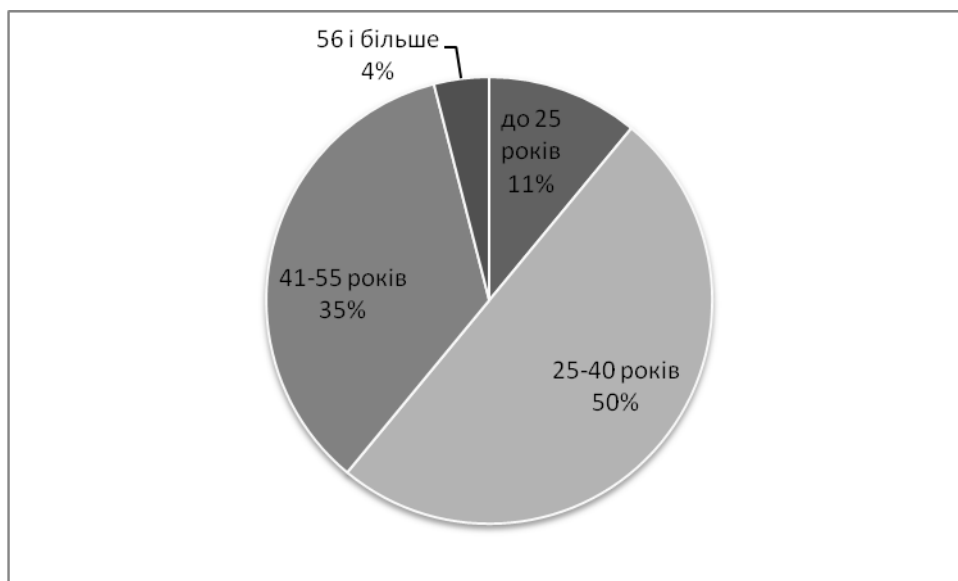


Рисунок 2. 3 – Розподіл учасників веб-нарад за віком

В ході обговорень всі учасники веб-нарад, схвально оцінили програму в цілому, в усіх групах учасники погодились з тим, що зміст програми охоплює важливі аспекти підготовки практичних психологів до здійснення психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії. Також було внесено деякі пропозиції і зауваження до програми. За результатами веб-нарад були внесені відповідні зміни у програму.

Інформація про проведені веб-наради висвітлювалась на сторінці «Психологічна служба системи освіти» в соціальній мережі Facebook (станом на 24 серпня 2021 року 8, 5 тисячі учасників) посилання на інформацію про заходи:

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1872676179574247/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1885163341658864/>

3. Проведення супервізій практичних психологів і соціальних педагогів з метою професійної підтримки та виявлення факторів, які знижують ефективність їх роботи в умовах пандемії COVID-19

В період 3 травня – 12 червня 2021 року (03.05.2021 р., 06.05.2021 р., 08.05.2021 р., 14.05.2021 р., 29.05.2021 р., 12.06.2021 р.) виконавицею проєкту Мороз Р. А. були проведені супервізії з працівниками психологічної служби.

Проведені супервізії з практичними психологами, соціальними педагогами закладів дошкільної, середньої та професійно-технічної освіти дозволили виявити певні труднощі в їх професійній діяльності в період пандемії COVID-19, а саме:

- ускладнення проведення достовірних психодіагностичних обстежень із здобувачами освіти, оскільки при проведенні онлайн-діагностики неможливо визначити рівень розуміння інструкції піддослідним, надати певні роз'яснення щодо незрозумілого запитання, спостерігати за зосередженням учня та уникнення подразників різного роду при проведенні

обстеження тощо;

- труднощі у наданні психологічної допомоги засобами офлайн-консультування та проведення індивідуальної та групової психокорекції з причин карантину; дистанційне консультування суттєво знижує ефективність наданої допомоги, унеможлиблює спостереження за вегетативними реакціями, невербалікою клієнта тощо, що є певною мірою зворотний зв'язком щодо результативності роботи;

- збільшився рівень напруги та конфліктності всередині педагогічних колективів, з можливих причин перенавантаження у педпрацівників, в результаті чого необхідно планувати певні заходи щодо емоційного відреагування протягом всього навчального року (балінтовські групи, групи емоційного відреагування, професійного спілкування тощо);

- недостатній рівень знань працівників психологічної служби щодо інформаційно-комунікаційних технологій;

- пандемія COVID-19 травмувала все суспільство, тим чи іншим чином, і тому глибина проблематики та звернень за психологічною допомогою до практичного психолога збільшилась (смертельні несподівані втрати внаслідок захворювання; постковідні психоемоційні та психофізіологічні ускладнення; зростання рівня конфліктності у взаємодії як в педколективах, так і внутрішньосімейної; кібербулінг, інфодемія, перенесення життєвого простору дітей та підлітків в онлайн, що призводить до втрати навичок взаємодії, певної асоціальності та дезадаптації значної кількості дітей та підлітків та ін.). Отримані висновки обговорювались на робочих нарадах виконавців проєкту і відповідні доповнення були внесені у програму підвищення кваліфікації для практичних психологів і у програму підвищення кваліфікації для соціальних педагогів.

4. Розроблено навчальну програму дистанційних курсів підвищення кваліфікації соціальних педагогів з організаційно-

методичного забезпечення психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19

Метою програми курсів підвищення кваліфікації є розвиток загальних та професійних компетентностей соціальних педагогів закладів освіти, підготовка їх до здійснення соціально-педагогічного патронату, соціальної допомоги та соціальної підтримки учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19.

Завдання програми.

1. Ознайомлення слухачів з методологічними і психолого-педагогічними основами соціально-педагогічного патронату учасників освітнього процесу в умовах пандемії.

2. Удосконалення здатності слухачів здійснювати самоаналіз та самооцінку власного досвіду роботи з питань налагодження ефективної комунікації під час соціальної ізоляції, організації нових форм соціальної взаємодії в закладі освіти.

3. Підвищення рівня володіння технологіями впровадження ненасильницького спілкування, медіації, розвитку в учасників освітнього процесу навичок критичного мислення.

3. Розвиток громадянської, емоційно-етичної, соціальної компетентностей слухачів курсів.

4. Розвиток здатності створювати та підтримувати безпечне та інклюзивне освітнє середовище, вільне від будь-яких проявів насильства у закладі освіти в умовах карантину.

5. Підвищення рівня володіння інтерактивними методами, засобами електронної комунікації та цифровими технологіями в просвітницько-профілактичній роботі соціального педагога;

6. Розвиток здатності в умовах карантину забезпечувати додаткову підтримку дітям з особливими освітніми потребами та дітям, що постраждали від насильства, з дотриманням вимог до захисту персональних

даних та засад кібербезпеки.

У результаті успішного проходження курсів підвищення кваліфікації слухачі мають набути та поглибити ключові та професійні компетентності.

Ключові компетентності

Громадянська компетентність – здатність діяти як відповідальний громадян і повною мірою брати участь у соціальному житті країни.

Соціальна компетентність – здатність до конструктивного спілкування у різних середовищах, ефективної взаємодії в моно- та мультидисциплінарних командах, ефективної взаємодії з різними категоріями осіб, критичного оцінювання соціальних подій і явищ, налагодження та підтримки ефективної міжособистісної взаємодії з метою надання професійної допомоги.

Інформаційна компетентність – здатність до пошуку, опрацювання, аналізу, систематизації та використання інформації з різних джерел

Етична компетентність – здатність виконувати свою професійну діяльність з урахуванням етичних принципів і вимог, забезпечувати конфіденційність особистої інформації.

Особиста і навчальна компетентність – здатність справлятися з невизначеністю, вчитися, підтримувати фізичне та емоційне благополуччя, співпереживати і конструктивно вирішувати конфлікти.

Цифрова компетентність – критичне і відповідальне використання та взаємодія з інформаційно-комунікаційними технологіями (ІКТ) для професійної діяльності та участі у житті суспільства.

Професійні компетентності соціального педагога:

- здатність застосовувати на практиці законодавчі та нормативно-правові акти з соціально-педагогічного патронату сімей, що опинились в складних життєвих обставинах внаслідок кризових ситуацій (пандемії, соціального дистанціювання, карантинних заходів тощо);

- здатність цілеспрямованого перенаправлення осіб, які потребують соціального захисту до відповідних суб'єктів, що надають соціальні послуги на державному, регіональному, місцевому рівнях, розуміти принцип їх взаємодії та використовувати під час соціально-педагогічного патронату;

- здатність здійснювати консультування осіб, які потребують соціального патронату в умовах пандемії та організовувати заходи соціально-педагогічного супроводу соціально вразливих категорій, в тому числі і у взаємодії з іншими організаціями та установами;

- здатність до оцінки процесу та результатів здійснення соціально-педагогічного патронату, соціальної допомоги та соціальної підтримки особам, які постраждали від насильства в сім'ї/торгівлі людьми/стихійного лиха/катастрофи/військових дій/пандемії та перебувають на обліку у зв'язку із складними життєвими обставинами в умовах пандемії;

- здатність до аналізу соціального та фізичного середовища, системи соціальних служб, установ, організацій на державному, регіональному та місцевому рівнях, їх засоби інформації населення про соціальні послуги в умовах пандемії;

- здатність до координації зусиль та налагодження взаємодії різних організацій соціальної сфери органів місцевого самоуправління в інтересах учасників освітнього процесу;

- здатність до розробки, апробації та втілення соціально-педагогічних проектів і технологій, оцінювання їх ефективності в умовах пандемії.

Очікувані результати навчання за програмою

Знання щодо:

– останніх досліджень вітчизняних і зарубіжних вчених щодо соціальних, педагогічних і психологічних проблем пов'язаних з пандемією та вакцинацією;

– нормативно-правової бази роботи закладів освіти в період пандемії COVID-19;

- соціально-правового захисту учасників освітнього процесу в умовах пандемії;

- достовірних джерел інформації з питань, пов'язаних з пандемію COVID-19, механізмів розпізнавання та протистояння інформаційним впливам;

- основних проблем учасників освітнього процесу, пов'язаних з карантинними обмеженнями та дистанційним та змішаним навчанням.

Вміння та навички:

- надавати допомогу учасникам освітнього процесу в організації спілкування, взаємодії в умовах соціальної ізоляції;

- проводити роботу зі створення безпечного освітнього середовища у закладі освіти, профілактики конфліктів між учасниками освітнього процесу, в умовах дистанційного та змішаного навчання;

- проводити в закладі освіти роботу із запобігання та протидії булінгу та проявам насильства стосовно учасників освітнього процесу в умовах карантину;

- надавати допомогу здобувачам освіти у вирішенні питань доступу до соціальних, медичних та правоохоронних послуг на рівні закладу освіти та громади;

- організувати волонтерську діяльність здобувачів освіти, соціальну допомогу і соціальну підтримку за моделлю «рівний-рівному»;

- здійснювати соціально-педагогічний патронат вразливих груп населення в умовах пандемії COVID – 19;

- надавати допомогу учасникам освітнього процесу у реадaptaції та ресоціалізації після дистанційного навчання

- володіти сучасними технологіями онлайн консультування та просвіти в умовах пандемії, використовувати у роботі технічні можливості сучасних цифрових ресурсів, платформ та форми методичної роботи соціального педагога в онлайн форматі.

Настанови щодо:

- необхідності створення та підтримки безпечного та інклюзивного освітнього середовища, вільного від будь-яких проявів насильства у закладі освіти в умовах пандемії;
- важливої ролі партнерської взаємодії між закладом освіти і сім'ями учнів, як однієї з необхідних організаційно-педагогічних умов ефективної соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії;
- необхідності включення в індивідуальну програму професійного розвитку соціального педагога навчання технологіям соціально-педагогічного патронату, соціальної допомоги та соціальної підтримки учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID – 19.

Зміст навчальної програми

Змістовий модуль 1. Організаційний модуль спрямований на знайомство слухачів курсів та налаштування на навчальну діяльність.

Змістовий модуль 2. Науково-теоретичний модуль спрямований на висвітлення загальних питань пандемії COVID-19 складається з наукової, нормативно-правової та інформаційної частин. Вивчення тем завершується питаннями для самоперевірки та тестовими питаннями для самоконтролю.

Змістовий модуль 3. Практичний модуль орієнтований на вивчення професійних питань, що пов'язані із наслідками пандемії COVID-19. Вивчення тем супроводжується практичним відпрацюванням методик, технік та технологій профілактичної, консультативної та проєктної діяльності соціального педагога. Теми модулю завершується питаннями для самоперевірки та самоконтролю.

Результатом успішного проходження курсів підвищення кваліфікації є виконання всіх передбачених програмою завдань.

Форми реалізації програми.

Програма розрахована на дистанційну форму підвищення кваліфікації з

можливістю проведення онлайн і офлайн занять в синхронному та асинхронному режимі. За умови проведення онлайн формату занять пропонуємо формувати групи кількістю слухачів до 35 осіб.

Застосування конкретних інформаційно-комунікаційних систем (електронних освітніх платформ), комунікаційних онлайн сервісів та інструментів, за допомогою яких організовується освітній процес під час дистанційного навчання, залежить від технічних можливостей закладу освіти і компетентності викладача.

Платформи, рекомендовані для проведення онлайн занять за програмою:

Moodle — навчальна платформа призначена для об'єднання педагогів, адміністраторів і учнів (студентів) в одну надійну, безпечну та інтегровану систему для створення персоналізованого навчального середовища.

Google Classroom — безкоштовний вебсервіс, створений Google для навчальних закладів з метою спрощення створення, поширення і класифікації завдань безпаперовим шляхом. Рекомендована мета сервісу — прискорити процес поширення файлів між педагогами та здобувачами освіти.

Zoom — програма для організації відеоконференцій, яка надає сервіс відеотелефонії, що дозволяє підключати одночасно до 100 пристроїв безкоштовно, з 40-хвилинним обмеженням для безкоштовних акаунтів. Користувачі мають змогу підвищити рівень обслуговування, використовуючи один з тарифних планів, з максимальною кількістю підключень до 500 осіб одночасно, без обмежень по часу.

Також, за бажанням викладача, інші електронні освітні ресурси.

Терміни навчання

Навчальна програма передбачає дистанційний курс (30 год.) та складається з трьох модулів. За успішного виконання програми учаснику видається відповідний документ (свідоцтво або сертифікат).

Структура програми

Повний курс – 1 кредит ЄКТС (30 годин) за програмою підвищення кваліфікації соціальних педагогів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 в закладі освіти».

Онлайн/дистанційне настановче заняття - 1 година.

Онлайн/дистанційне навчальні заняття - 26 годин.

Підсумкове заняття - 1 година.

Підсумкова тематична дискусія - 2 години.

Самостійна робота (дистанційна) - за потребою.

Система контролю/оцінювання

– поточний контроль (тестування, експрес-контроль за матеріалами лекцій);

– підсумкове тестування - 100 б. (тестові завдання для слухачів курсів: 1 рівень - тестові запитання з правильною відповіддю; 2 рівень - запитання з кількома варіантами відповіді; 3 рівень - творче завдання - аналіз метод кейсів);

– саморефлексія на тематичні дискусії.

5. Проведено веб-наради з соціальними педагогами Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької областей, з метою обговорення змісту програми підвищення кваліфікації соціальних педагогів

Веб-наради з соціальними педагогами проводились в період з 6 травня по 16 червня 2021 року (6 травня у Чернівецькій області, 18 травня і 15 червня у Харківській, 26 травня у Вінницькій, 31 травня у Миколаївській і 15 червня, у Вінницькій – 26 травня, в Миколаївській – 31 травня.

Мета веб-нарад – обговорення розробленої навчальної програми підвищення кваліфікації соціальних педагогів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти».

Завдання:

- ознайомити соціальних педагогів з розробленою програмою;
- обговорити зміст зазначеної програми;
- визначити важливі теми з питань соціально-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19, які мають бути висвітленими на курсах підвищення кваліфікації;
- виявити очікування соціальних педагогів щодо згаданої програми в цілому.

Було здійснено таку підготовку до веб-нарад:

- учасники попередньо були ознайомлені з програмою курсу;
- була розроблена анкета, у якій пропонувалось оцінити важливість рекомендованих тем до програми курсу підвищення кваліфікації соціальних педагогів та створена Google Форма опитування (посилання на анкету https://docs.google.com/forms/d/1f5XYQ-gbM7tgLl_jWn-avBe9cDxFMY9wKaomw-M0ySY/edit)

У веб-нарадах загалом взяли участь 56 осіб.

За місцем роботи учасники веб-нарад розподілились таким чином: 47 учасників (88%) працюють у закладах загальної середньої освіти; 3 учасника (6%) – у закладах вищої освіти; 2 учасника (4%) – у закладах дошкільної освіти; 1 учасник (2%) – у закладі професійно-технічної освіти (див. рисунок 4).

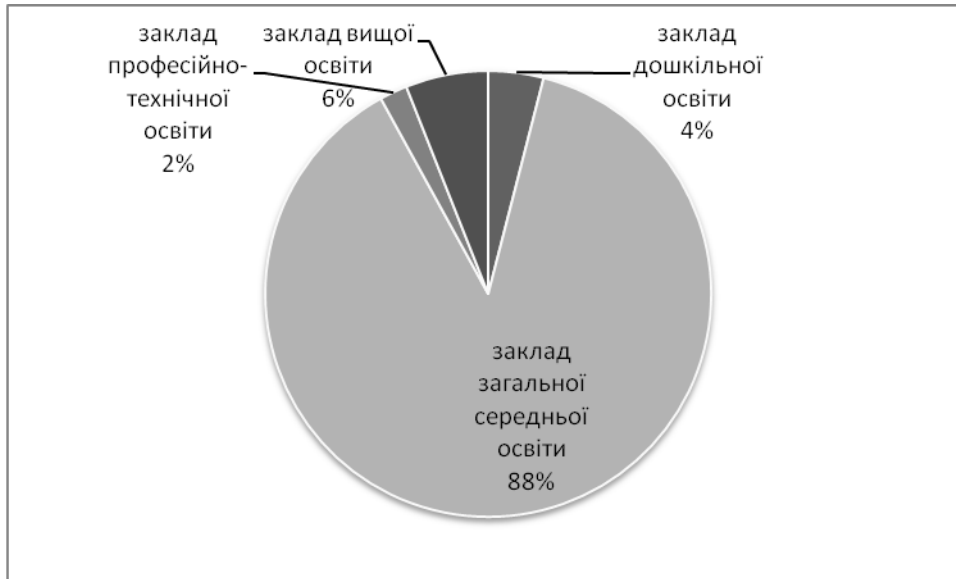


Рисунок 4 – Розподіл учасників веб-нарад для соціальних педагогів за місцем роботи (заклад освіти)

За стажем педагогічної роботи учасники розподілені на 4 категорії: до 5 років – 22 учасника (41%); 6-10 років – 11 учасників (20%); 11-20 років – 17 учасників (32%); понад 20 років – 4 учасника (7%) (див. Рисунок 5).



Рисунок 5 – Розподіл учасників веб-нарад за стажем педагогічної роботи

За віком учасників були розподілені на 4 категорії: до 25 років включно – 8 учасників або 15%; 26-40 років – 35 учасника (64%); 41-55 років – 8 учасників (15%); 56 і більше 3 учасника (6%) (див. Рисунок 6).

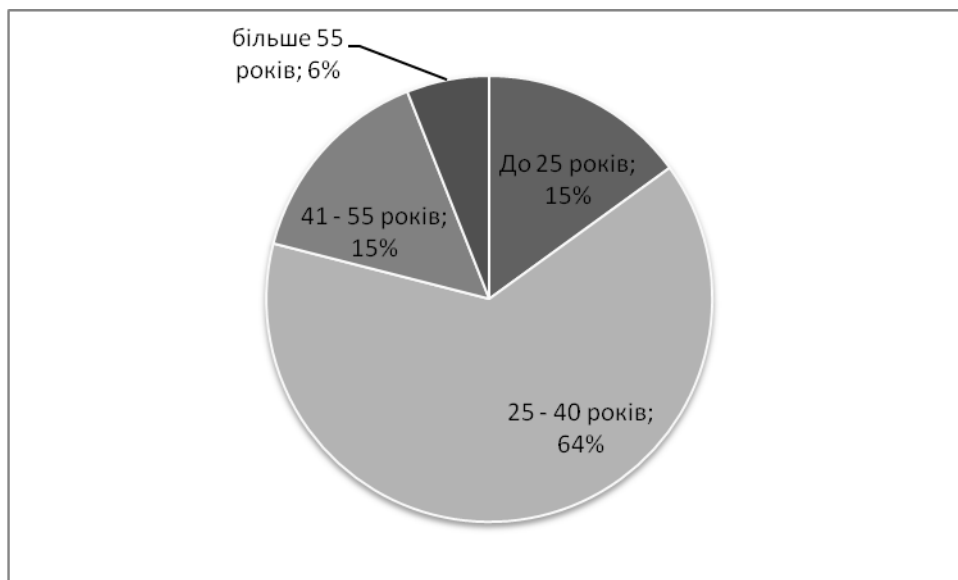


Рисунок 6 – Розподіл учасників веб-нарад за віком

В ході обговорень всі учасники веб-нарад, схвально оцінили програму в цілому, в усіх групах учасники погодились з тим, що зміст програми охоплює важливі аспекти підготовки соціальних педагогів до здійснення соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії. За результатами веб-нарад були внесені відповідні зміни у програму. Інформація про проведені веб-наради висвітлювалась на сторінці «Психологічна служба системи освіти» в соціальній мережі Facebook:

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1874030586105473/>

3. ОСНОВНІ РЕЗУЛЬТАТИ ДРУГОГО У 2021 РОЦІ ЕТАПУ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Відповідно до Технічного завдання і Календарного плану виконання наукового дослідження другого у 2021 році етапу виконано такі роботи.

1. Здійснена апробація навчальних програм дистанційних курсів підвищення кваліфікації для практичних психологів і для соціальних педагогів

Апробація навчальної програми підвищення кваліфікації практичних психологів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти» та навчальної програми підвищення кваліфікації соціальних педагогів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти» здійснювалась у вересні-жовтні 2021 р. та базі таких закладів післядипломної педагогічної освіти:

- Луганський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти;
- Комунальний заклад Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти»;
- Комунальний заклад «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти»;
- Комунальний заклад «Інститут післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області».

За результатами апробації навчальних програм підвищення кваліфікації працівників психологічної служби викладачам інститутів післядипломної педагогічної освіти було запропоновано оцінити програми за 8 критеріями. Шкала оцінювання становила від 1 до 5 балів. Були визначені наступні критерії оцінки:

- a) відповідність змістового наповнення програми чинним нормативно-правовим актам у сфері освіти;
- b) оптимальність обсягу змістового наповнення програми;

с) достатність змістового наповнення для реалізації мети і вирішення завдань програми;

д) доцільність і збалансованість/оптимальне співвідношення теоретичного і практичного матеріалу;

е) відповідність змістового наповнення програми сучасним науковим концепціям, сучасному рівню знань, точний і коректний виклад загальноприйнятої наукової термінології;

ф) достовірність інформації (наявність посилань на достовірні джерела інформації);

г) системність, логічність, послідовність викладу навчальної інформації.

За всіма критеріями оцінювання викладачами інститутів було виставлено максимальний бал.

Результати оцінювання викладачами інститутів післядипломної педагогічної освіти змістового наповнення навчальних програм підвищення кваліфікації практичних психологів і соціальних педагогів представлено на рисунках 3.1 і 3.2

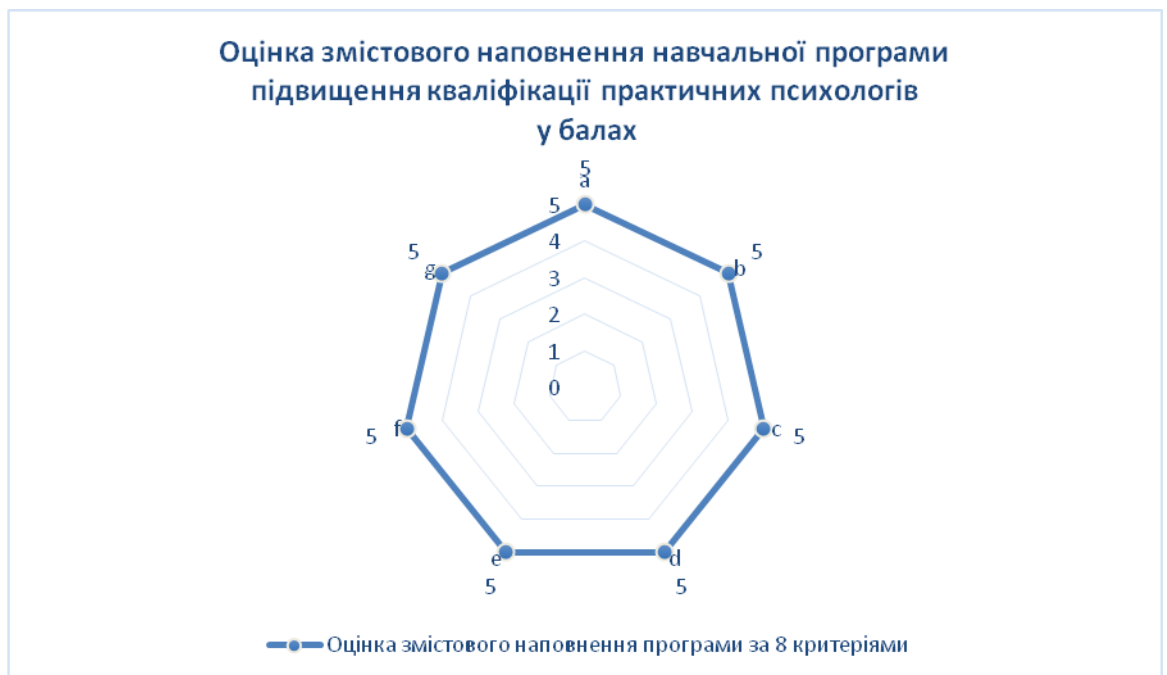


Рисунок 3.1 – Оцінка змістового наповнення навчальної програми підвищення кваліфікації практичних психологів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти»



Рисунок 3.2 – Оцінка змістового наповнення навчальної програми підвищення кваліфікації соціальних педагогів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти»

Навчальні програми були позитивно оцінені, визнана доцільність їх використання для підвищення кваліфікації практичних психологів і соціальних педагогів закладів освіти різних типів і форм власності та консультантів центрів професійного розвитку педагогічних працівників.

За результатами апробації згаданими закладами освіти були підготовлені висновки, які обговорювались і були затверджені на засіданнях кафедр.

Висновки за результатами апробації навчальної програми підвищення кваліфікації *практичних психологів* були затверджені на засіданнях нижчеперелічених кафедр:

– кафедра практичної психології Комунального закладу Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» (протокол №10 від 27.10.2021);

– кафедра педагогіки, психології та теорії управлінні освітою Комунального закладу «Інститут післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області» (протокол №8 від 15.11.2021);

– кафедра управління освітою Луганського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (протокол №11 від 17.11.2021);

– кафедра психології Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» (протокол №6 від 29.11.2021).

Висновки за результатами апробації навчальної програми підвищення кваліфікації *соціальних педагогів* були затверджені на засіданнях таких кафедр:

– кафедра практичної психології Комунального закладу Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» (протокол №10 від 27.10.2021);

– кафедра педагогіки, спеціальної освіти та менеджменту Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» (протокол №4 від 01.11.2021);

– кафедра педагогіки, психології та теорії управлінні освітою Комунального закладу «Інститут післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області» (протокол №8 від 15.11.2021);

– кафедра управління освітою Луганського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (протокол №11 від 17.11.2021).

2. Проведено веб-наради з працівниками психологічної служби, з метою обговорення результатів апробації зазначених програм

Протягом вересня-листопада 2021 року виконавцями дослідження проведено 7 веб-нарад щодо узагальнення результатів апробації та обговорення навчальних програм підвищення кваліфікації соціальних педагогів та практичних психологів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти» серед практичних психологів, соціальних педагогів закладів дошкільної, загальної середньої та фахової передвищої освіти України (Київська, Харківська, Сумська, Херсонська, Миколаївська, Чернівецька, Івано-Франківська, Львівська та ін. області).

Зокрема, 23 вересня проведено веб-нараду з соціальними педагогами, практичними психологами, керівниками служб порозуміння закладів загальної середньої освіти Сумської області (32 особи).

21 жовтня (15.00-16.20) – з соціальними педагогами закладів загальної середньої та професійної (професійно-технічної) освіти Чернівецької області (21учасник).

21 жовтня (16.30-17.50) – з практичними психологами закладів дошкільної, загальної середньої, фахової передвищої освіти Чернівецької області (22 учасники).

2 листопада – з соціальними педагогами закладів загальної середньої освіти Харківської області (15 учасників).

11 листопада 2021 р.– з практичними психологами загальноосвітніх, дошкільних та позашкільних навчальних закладів Київської, Черкаської, Херсонської, Чернігівської, Рівненської, Луганської областей (18 учасників).

11 листопада 2021 р.– з практичними психологами загальноосвітніх, дошкільних та позашкільних навчальних закладів Київської, Черкаської, Херсонської, Чернігівської, Рівненської, Луганської областей (15 учасників).

Інформація про проведені веб-наради висвітлювалась на сторінці «Психологічна служба системи освіти» в соціальній мережі Facebook (станом

на 8 грудня 2021 року 8,8 тисяч учасників) посилання на інформацію про заходи:

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1995543023954228/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/1996387930536404/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/2003642323144298/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/2019579324883931/>

<https://www.facebook.com/groups/psyua/permalink/2021934997981697/>

Під час обговорень структури, змісту та тематичного наповнення програм учасники веб-нарад висловлювали свої думки, міркування, враження щодо доцільності включення одних тем чи недостатність окреслення інших.

Учасники однозначно підтримали необхідність включення в програми теми: висвітлення психологічного і соціального супроводу подолання проявів і наслідків пандемії; узагальнення вітчизняного та зарубіжного досвіду надання психологічної і соціальної підтримки населення під час карантину; практика волонтерської діяльності в умовах пандемії; обговорення особливостей сучасних інтернет-послуг: надання дистанційної фахової психологічної допомоги і підтримки; розвиток дистанційної освіти та індивідуальних психологічних онлайн-консультацій.

Сильними сторонами в програмах підвищення кваліфікації практичних психологів, соціальних педагогів, на думку учасників, є їх практичне спрямування, можливість слухачам оволодіти чи розширити репертуар практичного інструментарію для надання психологічної допомоги. Практичне відпрацювання запропонованих технік, методик та технологій під час онлайн-навчання в протизагуг повністю самостійному опрацюванню технік за літературою дасть змогу учасникам сформувати адекватні уявлення та навички щодо складних та небезпечних без навчання під супроводом технологій (до таких відносяться техніки тілесно-орієнтованої терапії).

Також учасники відзначили логічну послідовність викладу навчального матеріалу та співвідношення теоретичного та практичного змістовного наповнення в них.

З питання вибору найважливішої теми думки учасників розділилися: частина учасників обговорення зацікавились результатами досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених щодо психологічних наслідків пандемії COVID-19, вважаючи, що сучасні наукові дані стануть вагомими засадами для просвітницьких заходів з педпрацівниками та батьками щодо мотивування до вакцинації, дотримання суворих протиепідемічних заходів, зменшення стигматизації та соціальної стереотипізації, розповсюдження фейкової інформації тощо. Інша ж частина висловились на користь важливості оволодіння практичними техніками й інструментами для саморегуляції, підвищення стресостійкості та зняття психоемоційного напруження у учасників освітнього процесу. Аргументами щодо посилення акцентів на практичну спрямованість є значне погіршення емоційного стану педагогічних працівників закладів освіти, їх психоемоційне виснаження вже на другий місяць після початку навчального року, ускладнення проведення психокорекційної роботи з дітьми та підлітками в умовах пандемії COVID-19, внаслідок чого необхідні більш швидкодіючі, фокусовані на вирішення конкретних проблем та менш енерговитратні психокорекційні інструменти. Тому вони наголосили на важливості таких тем: «Загострення проблеми емоційного та професійного вигорання у педагогічних працівників в період пандемії COVID-19: методи самодіагностики, самопомоги та самопіклування», «Психічне здоров'я та психологічне благополуччя учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19: технології та методи збереження/відновлення життєстійкості, стабілізації емоційного стану», «Методики організації та проведення з педагогічними працівниками груп емоційного відреагування (балінтовських груп) та груп професійного

спілкування. Застосування ефективних експрес-методів відреагування та рефлексії педагогічного досвіду».

Практичні психологи під час веб-нарад ділились спостереженнями щодо збільшення серед підлітків проявів кібербулінгу, ігрової залежності, підвищення інтересу до фейкової інформації, сайтів з небезпечним для незрілої психіки змістом. Збільшення активності в Інтернеті може призвести дітей до потенційно шкідливої інформації.

Учасники відзначили власну неосвідченість щодо таких понять у напрямку інфодемії та розпізнавання й протистояння інформаційним впливам, як: вибухове зростання недостовірної інформації та інформаційний шум; медіапсихологічні феномени карантинного життя (тривожний інформаційний вир, пересиченість медіапотоками, поляризація і консервація негативного спілкування); емоційно насичений та емоційно забарвлений контент («смертельна хвороба», «ризик зараження»), «вірусність» повідомлень, медійний бум тощо. Учасники підтвердили, що від інформаційного перенасичення, виснаження, групової поляризації та консервації негативних емоцій в інтернет-спілкуванні страждають усі учасники навчального процесу – учні, педпрацівники. Батьки й адміністрація навчальних закладів. А масові емоційні реакції на соціальні події, недостовірну інформацію щодо пандемії та впровадження усіляких карантинних заходів відбиваються у великій більшості під час дистанційного навчання на уроках. Тому учасники обговорення програм рекомендували тему «Інформаційний впливи в період пандемії. Інфодемія COVID-19: механізми протидії» зробити обов'язковою не тільки для впровадження на курсах підвищення кваліфікації соціальних педагогів, практичних психологів, але й усіх педагогічних працівників закладів середньої освіти.

Незважаючи на доступність до інформації щодо механізмів виникнення та перебігу стресу практичні психологи, соціальні педагоги висловили велике бажання опанувати методи запобігання виникненню та подоланню особистих

проблем у педагогів та батьків, пов'язаних з замкненим простором під час карантину; переведенням поза бажанням на дистанційну роботу з новими і незвичними навантаженнями; втрата роботи; транспортні проблеми; проблеми з вакцинацією; черги у громадських закладах через необхідність зберігати дистанцію, тощо. Учасники акцентували увагу, що, за їх спостереженнями та результатами досвіду роботи, найбільшими чинниками стресу під час пандемії COVID-19 виявилися тривалість карантину; страх інфекції; фрустрація та нудьга; неадекватна інформація; неадекватність (нестача) базових запасів; стигматизація; конфлікти; фінансові втрати; обмеження спілкування віч-на-віч тощо.

Питаннями першочергового значення для практичних психологів є діагностика стресу, тривожності, панічних, депресивних станів, страхів, невротичних проявів тощо. Практичні психологи висловили побажання щодо розробки, апробації та валідизації електронних варіантів психодіагностичних методик, що використовуються фахівцями психологічної служби під час супроводу навчального процесу.

Крім того, фахівці під час обговорення наголошували на необхідності оволодіння новими техніками самопомоги, самопіклування в складних стресових, емоціогенних ситуаціях для збереження психічного здоров'я здобувачів освіти та педагогічних працівників, а також самих практичних психологів та соціальних педагогів, які активно надають допомогу учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19. Так, було б цікаво оволодіти Інтегративною моделлю гнучкості до стресів «BASIC PH» (Mudi Lahad), техніками когнітивно-поведінкової психотерапії третьої хвили, що спрямовані на швидку допомогу при тривожних станах, панічних атаках, іраціональних страхах, селфхарм, розладах харчової поведінки у підлітків, технологією майдфулнес, техніками швидкого та повільного відновлення психоемоційного стану, технології ненасильницького спілкування, медіаційних практик, формування саногенного мислення та ін.

За майже два роки існування в світі пандемії COVID-19 відбулась зміна культурних та змістових концепцій спілкування, тому класним керівникам та педагогам доводиться приділяти більше уваги організації спілкування, взаємодії та соціалізації учнів в умовах соціальної ізоляції. Учасники обговорення висловили зацікавленість темою, що відноситься до практичного модулю навчальної програми для соціальних педагогів «Адаптація та модернізація системи неформальних комунікацій у закладі освіти в умовах пандемії COVID-19», зокрема, навчання новим правилам соціальної взаємодії в освітньому процесі та поза його межами; соціальні групи та неформальні об'єднання підлітків та молоді; безпечні/небезпечні групи і квести у соціальних мережах для дітей. Крім того, варто звернути увагу педпрацівників на співвідношення онлайн і офлайн комунікацій у спілкуванні підлітків у ковідний та постковідний періоди.

Усі учасники веб-нарад зазначили, що вони, обираючи серед інших тематичних програм, мають бажання пройти навчання саме за програмою «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти». Одна з учасниць веб-наради 11 листопада висловила щодо програми підвищення кваліфікації практичних психологів: «Ситуація, що склалася сьогодні навколо пандемії і подолання її наслідків потребує запровадження системних методів допомоги всім учасникам освітнього процесу. Саме тому навчальна програма підвищення кваліфікації для практичних психологів «Подолання наслідків пандемії COVID-19 в закладі освіти» є вкрай актуальною й корисною. Особливо важливим на сьогодні є психологічний супровід педагогів, бо вони є самою вразливою категорією яка відчуває тиск з боку адміністрації, батьківської громади й ситуації в цілому. Перевантаження підготовкою до дистанційних уроків, їх проведенням, відповідальністю за якість навчання (про яку дуже важко говорити в умовах онлайн навчання) має важкі наслідки як для фізичного так і для психічного здоров'я

педагогічних працівників. Програма також є цінною з огляду на те, що методики, запропоновані в ній можна адаптувати для психологічної допомоги освітянам з інших проблемних питань».

В процесі обговорення учасникам пропонувалось оцінити від «0» до «10» (де «0» – найнижчий бал, «10» – найвищий бал) програми за такими критеріями: достатність змістового наповнення програми для забезпечення підготовки працівників психологічної служби до психологічного та соціально-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах пандемії; доцільність вивчення запропонованих тем програми для підвищення кваліфікації зі згаданої теми; оптимальність співвідношення теоретичного і практичного матеріалу в програмі; чи вдалою є послідовність викладу навчальної інформації.

Навчальну програму підвищення кваліфікації практичних психологів було оцінено таким чином:

1) достатність змістового наповнення програми для забезпечення підготовки практичних психологів до психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах пандемії – 9,7;

2) доцільність вивчення запропонованих тем програми для підвищення кваліфікації зі згаданої теми – 9,9;

3) оптимальність співвідношення теоретичного і практичного матеріалу в програмі – 9,5;

4) чи вдалою є послідовність викладу навчальної інформації – 9,8.

Навчальну програму підвищення кваліфікації соціальних педагогів було оцінено так:

1) достатність змістового наповнення програми для забезпечення підготовки практичних психологів до психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах пандемії – 9,4;

2) доцільність вивчення запропонованих тем програми для підвищення кваліфікації зі згаданої теми – 9,4;

3) оптимальність співвідношення теоретичного і практичного матеріалу в програмі – 9,8;

4) чи вдалою є послідовність викладу навчальної інформації – 9,6.

Для ілюстрації навчальних програм підвищення кваліфікації модератори веб-нарад – автори-розробники навчальних програм – пропонували під час обговорення випробувати на собі вправи та техніки, що включені у програми. Після проведення одна з учасниць надіслала зворотний зв'язок: «Методика «Техніка подвійного фокусу уваги» є доволі дієвою й дійсно допомагає долати стресові ситуації. Її цінність полягає в тому, що людина набуває компетентностей самопомоги. Може бути корисною у подоланні стресових станів, наприклад, випускникам під час підготовки й здачі ДПА й ЗНО, педагогам і для того, щоб впоратися з психічним напруженням в умовах дистанційного навчання».

Отже, в ході обговорень всі учасники веб-нарад зазначили, що представлені програми є, актуальними, значущими та унікальними, оскільки спрямовані на формування і розвиток вкрай необхідних сьогодні вмінь здійснювати соціально-педагогічну та психологічну допомогу в умовах дистанційного навчання, ізоляції та загальної зміни парадигми функціонування психологічної служби в системі освіти.

Було відзначено, що усі запропоновані теми важливі для підвищення кваліфікації працівників психологічної служби з зазначеної проблеми, особливо корисними були названі такі теми: психічне здоров'я та психологічне благополуччя учасників освітнього процесу, психологічна допомога в ситуації втрати, інфодемія, онлайн-технології роботи, стрес і чинники стресу, соціально-педагогічний патронаж осіб, що постраждали від пандемії.

Також учасники наголосили, що сильною стороною програм є їхня практична наповненість техніками, технологіями, методиками роботи.

Пропозиції учасників були враховані при підготовці програм до друку.

3. Організовано і проведено міжнародну конференцію в межах якої висвітлені результати здійсненої науково-дослідної роботи

5 жовтня 2021 року в рамках Національних заходів до Всесвітнього дня психічного здоров'я в Україні відбулась міжнародна конференція *«Психічне здоров'я: нові виклики для українського сьогодення»*.

Одним з організаторів заходу виступив УНМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України у співпраці з такими державними установами і громадськими організаціями: Дивізіон Психічного Здоров'я, Національна Психологічна Асоціація України; Міжнародна Платформа Психічного Здоров'я Mental Health: Global Challenges; Міжнародний сектор: Міжнародний Молодіжний Рух «Teenergizer»; Європейська Федерація Психологічних Студентських Асоціацій; Mental Health Albania; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України; Служба у справах дітей та сім'ї КМДА; Громадський сектор: Дивізіон Стресу, Національна Психологічна Асоціація України; Студентський Дивізіон Національна Психологічна Асоціація України; ГО «Особливі».

В конференції взяли участь наукові та науково-педагогічні працівники, керівники, педагоги та працівники психологічної служби закладів освіти, а також особи, які мають особистий інтерес до практичної психології.

Загалом, у заході взяли участь в якості слухачів понад 1500 осіб.

Під час конференції учасники набули знань з актуальних питань психологічної науки й практики, ознайомились із надбаннями колег з різних регіонів України та зарубіжних країн, таких як Австрія, Японія та ін. Слухачі мали змогу поставити свої питання провідним науковцям та експертам.

Робота конференції здійснювалась за такими тематичними секціями:

1. Психічне здоров'я та благополуччя сучасного(ої) українця(ки).
2. Психічне здоров'я та благополуччя сучасного українського психолога.

3. Державні ініціативи щодо розбудови психічного здоров'я та благополуччя українців.

4. Як сучасна молодь сприймає державні ініціативи щодо розбудови психічного здоров'я та благополуччя українців.

5. Подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти.

6. «Палітра» психологічних методів догляду за власним психічним здоров'ям.

Співробітники УНМЦ практичної психології і соціальної роботи провели секцію *«Подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти»*.

Виконавці проєкту виступили з такими доповідями.

В. Панок у своєму виступі *«Соціально-психологічні проблеми педагогів в умовах пандемії COVID-19»* представив результати дослідження соціально-психологічних проблем, які виникли у педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти в умовах пандемії. Воно було організовано та проведено науковими співробітниками Українського НМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України.

Освітня галузь, можливо, найбільше від інших постраждала від пандемії COVID-19, про те соціально-психологічні наслідки карантину досі залишаються маловивченими.

Дослідження проводилось в ході виконання наукової теми *«Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти»* на замовлення Національного фонду досліджень України.

В опитуванні взяло участь 3209 педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти з усіх регіонів України, 45% - з міст, 55% - сільської місцевості, 92% жінок, 8% чоловіків.

Серед отриманих результатів особливу увагу дослідники звернули на труднощі і страхи педагогічних працівників що були викликані пандемією.

Страхи та складнощі професійної діяльності розподілились за ступенем значущості наступним чином.

1. Страх заразитись і захворіти (заразити членів сім'ї) притаманний 78,2% опитаних. При цьому в максимальній мірі цей страх відчують 40,9% від усіх опитаних. Про те, 9,3% заявили, що їм подібні страхи не притаманні.

2. Проблеми, пов'язані з використанням ІКТ у навчальній діяльності, (відсутність компетенцій) – 53,2%. Тобто 22,2% мають значні труднощі, а 31% заявили, що мають незначні труднощі. Тільки 15,7% вважають себе повністю компетентними.

3. Труднощі із залученням дітей до дистанційних занять відмітили 73% педагогів. Для 12,8% опитаних це – головна проблема.

4. «Важко дотримуватись всіх протиепідемічних вимог в закладі освіти для того, щоб захистити учнів» - 69,5% заявили, що саме це одна з найважливіших проблем професійної діяльності.

5. Труднощі з розподілом часу (робота, відпочинок, сімейні справи, власні діти) – 60,7% відповіли, що це для них є суттєвою проблемою, при цьому майже 18% оцінили її найвищим балом.

6. Емоційне виснаження, зниження рівня емоційної рівноваги, надмірна втома. 58,7% відзначили цю проблему як суттєву, з них майже 18% - як дуже суттєву.

7. Порушення комунікації з батьками щодо контролю за якістю знань учнів відмітили 51,1% опитаних, з них 8,7% позначили її максимальною оцінкою.

8. Труднощі, пов'язані з власним здоров'ям (хворію чи перехворів/-ла на COVID-19, та здоров'я ще не відновилось). 31,2% педагогів вважають цю проблему актуальною для себе, а 8,9% оцінили її як дуже актуальну. 30,4% опитаних заперечили для себе існування такої проблеми.

У роботі працівників психологічної служби системи освіти найбільш актуальними стають наступні напрями: профілактика серед вчителів і учнів

ковід-булінгу, дискримінації інфікованих, або тих, хто перехворів на COVID-19, робота з негативними емоційними станами учасників освітнього процесу та підвищення стресостійкості педагогів і учнів, робота з депресивними станами, профілактика конфліктів, організація у закладі освіти груп допомоги і самопомоги серед учнів, батьків і педагогічних працівників, надання соціально-педагогічної допомоги дітям і сім'ям, які знаходяться у складній життєвій ситуації, формування позитивних життєвих перспектив.

І. Ткачук у своєму виступі «Психологічні проблеми учнів та їхніх батьків в умовах дистанційного навчання» повідомила про таке. .

Перехід на дистанційне/змішане навчання зумовив такі ускладнення для учнів.

- Послаблення (або навіть відсутність) зовнішнього контролю за здійсненням навчальної діяльності.
- Необхідність самоорганізуватися і планувати режим навчальної роботи і відпочинку.
- Обмеження соціальних контактів з однолітками.
- Гіподинамія, монотонія, одноманітність інтер'єру приміщення, нудьга.

За результатами онлайн опитування педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти «Виявлення соціально-психологічних проблем, породжених пандемією COVID-19 у діяльності закладів освіти» (листопад 2020р.) з'ясовано, що *основними проблемами учнів є такі* (проблеми проранжовано за ступенем значущості):

1. Хвилювання старшокласників щодо складання ЗНО: 59,1% - високий, 26,1% - середній, 14,8% - низький рівні.
2. Невміння організувати свій час (навчання, відпочинок), відсутність

самоконтролю: 52% - високий рівень, 32% - середній, 16% - низький.

3. Зниження рівня знань у якості актуальної проблеми назвали 46,5% опитаних, 36,7% називають цю проблему помітною, 16,8% вважають незначною.

4. Порухення комунікації з однокласниками та іншими учнями в школі: 44,3% - високий рівень, 33% – середній, 22,7% - низький.

5. Зниження рівня дисципліни здобувачів освіти - 37% вважають, що пандемія суттєвим чином вплинула на дисципліну учнів, 35,4% визнають деякий вплив; 27,6% вважають, що на дисципліну учнів карантинні заходи суттєво не вплинули.

6. Боязнь заразитись і захворіти на COVID-19 (заразити членів сім'ї) притаманна учням, на думку педагогів – 33,4% - високий рівень, 36,6% - середній, 29,9% - низький. Отже, страхи зараження в учнів, на думку педагогів, виражені приблизно порівну.

Основні проблемами батьків учнів, що пов'язані з пандемією (за ступенем значущості).

1. Невміння батьками організувати дітей вдома під час дистанційного навчання (навчання, відпочинку) вказали 72,3% респондентів.

2. Батьки бояться заразитись і захворіти на COVID-19 чи заразити членів сім'ї зазначили 71,1% респондентів.

3. Батьки відчують роздратування, знервованість, агресію заявили більше половини респондентів, а саме 64,7%.

4. Труднощі батьків, які пов'язані з їх станом здоров'я чи станом здоров'я інших членів сім'ї (хворіють чи не повністю відновились після перенесеної хвороби). Думки педагогів розділились: 47,5% – відзначають певні труднощі у батьків, 45,9% – заявили, що батьки не мають труднощів.

Аналіз отриманих даних свідчить, що емоційний стан учнів та їхніх батьків може бути охарактеризований як такий, де переважають негативні емоції і настрої – тривога, страх, роздратування, агресія і т.п. У багатьох були

відмічені астеничні реакції, симптоми дистресу. (Посилання на презентацію до виступу: <https://www.facebook.com/NationalPsychologicalAssociatMentalHealthDivision/posts/265206135612486>).

У своєму виступі *Р.Мороз «Моделі кризового втручання в умовах пандемії COVID-19»* зазначила таке.

Тема кризової інтервенції, кризової психотерапії, психотерапії травми особливо зазвучала серед фахівців соціономічних професій з часів Майдану та набувала все більшої актуальності, причинами чого було і є на сьогоднішній день військові дії на території України. Тому значна кількість психологів, в тому числі і працюючих в закладах освіти України, була готова до першої психологічної допомоги, кризової психотерапії та кризового консультування тим, хто потребує такої допомоги.

На сьогоднішній день існує велике розмаїття технік, методик, технологій, протоколів, що застосовуються в кризовому консультуванні. Але кризова інтервенція, на відміну від кризового консультування і тривалої психотерапії, – це робота, спрямована на вираження сильних емоцій і інтенсивних почуттів, актуалізованих конкретною проблемою (ситуацією). Проте при використанні певних психологічних інструментів необхідно пам'ятати, що головна мета надання психологічної допомоги в цілому полягає в зниженні навантаження деструктивного впливу на особистість. Інколи навіть достатньо нічого особливого не робити, просто знаходитись поряд з людиною та створювати умови захищеності, коли вона може розраховувати на підтримку доброзичливо налаштованої людини.

Розповіла про моделі кризового втручання: модель рівноваги/дисбалансу; когнітивна модель; модель психосоціальної трансформації; модель екологічного розвитку.

Розкрила моделі кризової інтервенції, які поєднують завдання: спрямованість на стабілізацію симптомів дистресу, пом'якшення симптомів, відновлення адаптивного етапу функціонування та полегшення доступу до подальшої підтримки постраждалої особи.

(Посилання на презентацію до виступу: <https://www.facebook.com/NationalPsychologicalAssociatMentalHealthDivision/posts/265222752277491>).

«Збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19 засобами практичної психології» - тема виступу Д. Романовської.

Пандемія COVID-19 стала проблемою, яка зачепила фактично усі категорії населення різних країн світу. Питання, що пов'язані з цією пандемією, хвилюють як пересічних людей, так і лідерів держав, науковців, лікарів тощо. Дана тема хвилює і фахівців психологічної служби системи освіти України, що піклуються про психічного здоров'я учасників освітнього процесу в закладах дошкільної, загальної середньої, професійно-технічної, фахової передвищої та вищої освіти. На початку пандемії практичні психологи, соціальні педагоги закладів освіти виявилися недостатньо професійно готовими здійснювати заходи соціально-психологічної допомоги педагогам, здобувачам освіти та їх батькам щодо збереження психічного здоров'я в кризових умовах.

Представила результати наукового дослідження «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти» та окреслила стратегію роботи практичних психологів закладів освіти щодо збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах сьогодення.

В рамках виконання наукового дослідження у листопаді-грудні 2020 року було проведено дослідження з визначення соціально-психологічних

проблем, які виникли в учасників освітнього процесу під час карантину в працівників психологічної служби закладів освіти Чернівецької області (1290 респондентів).

За результатами фокусованого інтерв'ю, онлайн-опитування було визначено, що у значної частини опитаних (83,3%) спостерігалось значне підвищення рівня особистісної тривоги, пов'язаного з ситуацією пандемії на початку карантину у березні 2020, серед них високий рівень зазначили 52,5%. На момент проведення дослідження (листопад 2020) опитані визначили, що частково адаптувалися до ситуації, і підвищений рівень тривоги виявився притаманним вже 71,5%, при чому високий рівень залишився у 15,9% респондентів, середній – 55,6%, а низький, в свою чергу, 29,5%.

Стан тривоги у людини часто породжується або підживлюється страхами. Під час проведення фокус-груп фахівці психологічної служби закладів освіти вказали наступні страхи, які виникали в учасників освітнього процесу, і з якими найчастіше доводилось їм працювати у 2020: страх інфікуватися вірусом COVID-19 – (93,4%); страх хвороби та смерті близьких (68,9%); страх втратити роботу та можливість фінансово забезпечувати власну сім'ю (53,4%).

В результаті дослідження було визначено наступні негативні впливи на психічне здоров'я здобувачів освіти у Чернівецькій області, обумовлені пандемією (*рейтинговий порядок*): тривога, боязнь людей, що захворіли; зниження навчальної мотивації, байдужість до навчання; залежність від гаджетів; страх інфікуватися, нав'язливе користування антисептичними засобами для рук; не розуміння та страх перед дорослими в масках (у дошкільників); соціальна дезадаптації.

Результати дозволяють зробити висновок про домінування зниження навчальної мотивації здобувачів освіти, з них 13,5% респондентів зазначили максимальний прояв ознаки(10 б.). Разом з тим 2,6% респондентів зазначили

наймінімальніший прояв зниження навчальної мотивації учнів, що не створює проблеми для особистого та професійного життя респондентів.

Також було визначено негативні наслідки пандемії, які спостерігаються у педагогів (*рейтинговий порядок*): стан постійної напруги (хвилювання, тривожність, роздратованість); зниження рівня емоційної рівноваги, емоційне виснаження, надмірна втома; депривація живого спілкування; страх інфікування COVID-19 та смерті; булінг інфікованих.

Негативні наслідки пандемії в контексті психічного здоров'я спостерігаються й у батьків (*рейтинговий порядок*): нестача часу для занять з дітьми; відсутність розуміння, що робити з такою великою кількістю часу разом з дітьми; роздратування та напруженні стосунки з родиною та дітьми, зокрема; байдужість до дитини; страх втратити роботу та здатність забезпечувати власну сім'ю; невміння або небажання бути «вчителями» для своєї дитини, нездатність пояснювати навчальні матеріали зрозумілою для дитини мовою; страх, що дитина «принесе» вірус; високий рівень стресу, тривоги; паніка.

В рамках проведеного дослідження практичними психологами закладів освіти Чернівецької області було визначено основні детермінанти збереження психічного здоров'я та психологічного благополуччя, на які необхідно звернути особливу увагу фахівцям в роботі з учасниками освітнього процесу:

- розуміння змісту поняття «психічного здоров'я», його складових (7 компонентів), методів його збереження та відновлення;
- позитивне мислення (саногенне мислення);
- показник стресостійкості (толерантність до стресових факторів);
- навички емоційної саморегуляції (емоційна стійкість);
- показники соціальної адаптованості;
- наявність навичок першої психологічної допомоги та самопомога в стресових станах;

- наявність установки на звернення за допомогою до практичних психологів, психологів, психотерапевтів (за потребою).

За результатами дослідження було визначено основні стратегічні напрямки роботи практичного психолога освітнього процесу в умовах сьогодення:

- психоедукацію педагогів, батьків, здобувачів освіти з питання збереження власного психічного здоров'я та забезпечення соціально-психологічного благополуччя здобувачів освіти в освітньому просторі;
- оволодіння психологічними технологіями для стабілізації власного емоційного стану, запобігання емоційного виснаження;
- розвиток життєстійкості, стресостійкості учасників освітнього процесу;
- психологічну допомогу щодо відновлення відчуття соціально-психологічного благополуччя, гармонізації внутрішнього стану та міжособистісних стосунків учасників освітнього процесу;
- розвиток психологічної компетентності педагогів, психологічної культури батьків та здобувачів освіти (аутопсихологічна складова, емоційний інтелект, рефлексивне мислення). (Посилання на презентацію до виступу: <https://www.facebook.com/NationalPsychologicalAssociatMentalHealthDivision/posts/265214932278273>).

Під час виступу *«Інфодемія: шляхи розпізнавання та протистояння інформаційним впливам під час пандемії»* Т. Гніда проаналізувала поняття інфодемії та окреслила шляхи розпізнавання неправдивої інформації, розповіла як виявити можливі напрями протистояння інформаційним впливам, онлайн шахрайству та маніпуляції у часи пандемії. Представила огляд закордонних і вітчизняних наукових публікацій, методичних та інформаційних джерел з теми дослідження, аналіз онлайн курсів та медіаресурсів з проблематики пов'язаної з інформаційними впливами під час

пандемії COVID-19, вебнаради з працівниками психологічної служби Харківської області.

Сучасне інформаційне оточення, у якому співпрацюють учитель, учень а його батьки, потребує від кожного учасника бути медіаграмотним. Для вільної орієнтації у віртуальному просторі всім учасникам освітнього процесу варто вчитися структурувати великі потоки інформації, дотримуючись правил безпечної поведінки і в мережі, і в реальному житті.

Шляхами запобігання поширенню дезінформації є наступні:

1. витримування паузи. Люди поширюють історії, які провокують емоції (злість, страх, засмучення, радість), набагато частіше, ніж новини, написані нейтральною мовою. Саме людська емоційність робить інформацію вірусною, нею відразу людина хоче поділитися. Пауза допомагає вгамувати емоції та проаналізувати ситуацію.

2. Перевірка джерела інформації, в тому числі досліджень, зображень, геолокацій. Кожен факт варто перевірити окремо.

Упередженість. Люди діляться інформацією тому, що вона відповідає їх картині світу, світоглядові і стають вразливими до дезінформації, коли вона підтверджує їх уявлення. (Посилання на презентацію до виступу:

<https://www.facebook.com/NationalPsychologicalAssociatMentalHealthDivision/posts/265218712277895>).

Н. Сосновенко у своєму виступі «*Робота практичного психолога з профілактики насильства серед учнів у період карантину*» повідомила про таке.

Проблема насильство над дітьми завжди існувала і, напевно, буде існувати надалі. Сьогодні розповсюджені такі його наслідки, як смерть дітей від голоду, під час бомбардувань і обстрілу, вбивство під час сварок подружжя. Також зустрічаються такі форми насильства, як торгівля дітьми,

жебракство, економічна експлуатація, проституція, ігнорування потреб та інтересів тощо.

Закриття освітніх закладів, дистанційне навчання через COVID-19 докорінно змінило форму психологічного супроводу здобувачів освіти. Вимушена ізоляція загострила і так непросту проблему насильства. Одним з головних завдань практичного психолога, відповідно до Положення про психологічну службу в системі освіти України, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 22.05.2018 № 509, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 31 липня 2018 р. за № 885/32337, є сприяння створенню умов безпечного освітнього середовища, а саме попередження випадків насильства та надання допомоги тим, хто безпосередньо опинився в ситуації насильства, булінгу.

Держава в останній час приділяє особливу увагу питанням захисту дітей від жорстокості, різних форм насильства та булінгу. Нормативно-правове забезпечення підкріплено такими документами:

– «Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі» схваленою Указом Президента України від 25 травня 2020 року № 195/2020.

– Конвенція ООН про права дитини

– Закон України «Про охорону дитинства».

– Закон України «Про освіту» Державна соціальна програма «Національний план дій щодо реалізації Конвенції ООН про права дитини» на період до 2021 року.

– Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу».

– Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству».

– Розпорядження КМУ від від 23 червня 2021 р. № 756-р «Про затвердження плану дій з реалізації Національної стратегії у сфері прав людини на 2021–2023 роки»

– «Положення про психологічну службу у системі освіти України» від 22.05.2018 р. № 509 Зареєстровано в Міністерстві юстиції України 31.07 2018 року за №885/32337

Саме діти є найуразливішою і найнезахищенішою частиною суспільства. Саме внаслідок дій або бездіяльності дорослих діти потерпають від насильства з боку членів їх сімей. Поняття «насильство над дітьми» широке і містить різні види поведінки батьків та опікунів, інших родичів, вчителів, вихователів, будь-яких осіб, які старші або сильніші. Як зазначають науковці, діти, що зазнали різного роду насильства, самі в подальшому можуть або проявляти агресивність без видимої на то причини, або навпаки, не можуть себе захистити. І в тому, і в іншому випадку порушується контакт, спілкування з однолітками.

Безумовно під час встановленого законодавством карантину фахівці психологічної служби продовжують діяльність, спрямовану на забезпечення реалізації головної мети і завдань психологічної служби – збереження та зміцнення психічного й фізичного здоров'я; сприяння забезпеченню психологічної безпеки, надання психологічної і соціально-педагогічної допомоги всім учасникам освітнього процесу, реалізуючи її з огляду на специфіку закладу освіти, особливості й можливості здобувачів освіти. В сучасних умовах організації освітнього процесу, а саме у період карантину роль працівника психологічної служби в закладах освіти суттєво зростає.

Сьогодні ми набуваємо нового досвіду дистанційної реалізації основних завдань психологічної служби в умовах нестандартної ситуації в країні.

Варто зауважити, що практичні психологи закладів освіти з метою профілактики насильства серед учасників освітнього процесу в умовах карантину можуть ефективно працювати дистанційно, а саме:

- повідомляти про проведення психологічних тренінгів, вебінарів, семінарів, конференцій, навчальних проектів, які відбуваються онлайн;
- розміщення просвітницької інформації для батьків на сайті закладу, або на офіційній сторінках у соціальних мережах (профілактика насильства в сім'ї, корисні поради щодо організації домашніх занять з дітьми та змістовного спільного проведення дозвілля тощо).

В період карантину доцільно забезпечувати підвищення рівня психологічних знань педагогічних працівників, зокрема:

- психоедукація батьків, педагогічних працівників з профілактики насильства (тематичних або за запитом);
- рекомендувати вправи з психогімнастики, кінезіології, рухливі, розвивальні ігри тощо, з метою зниження рівня тривожності дітей;
- створити перелік літератури та художніх фільмів (мультфільми) з профілактики насильства для спільного перегляду батьків і підлітків (дітей);
- рекомендувати батькам, педагогам книги щодо підвищення рівня їх педагогічної компетенції з профілактики насильства.

В рамках виконання теми дослідження протягом листопада 2020 року нами було проведено групові фокус-інтерв'ю з педагогічними працівниками освітніх закладів щодо наслідків пандемії COVID-19 для педагогічних працівників закладів. Метою було визначення впливу пандемії і карантинних заходів на здійснення освітнього процесу в цілому та його учасників зокрема. Опитування було анонімним. Охоплення респондентів – 3209 осіб. Рівень – всеукраїнський.

Практичні психологи, соціальні педагоги, вчителі зазначили, що питання насильства є досить актуальним, особливо під час дистанційного

навчання. В результаті проведеної роботи було розроблено програми підвищення кваліфікації для практичних психологів та соціальних педагогів.

Перш за все у виявленні фактів домашнього насильства велику роль відіграє спостережливість педагогічних працівників закладу освіти, уважне ставлення до здобувачів освіти і спроможність вчасно помітити тривожні симптоми у поведінці та настроях дітей. (Посилання на презентацію до виступу:

<https://www.facebook.com/NationalPsychologicalAssociatMentalHealthDivision/posts/265210692278697>

В. Горленко виступила з темою *«Вплив дистанційної роботи на психічне здоров'я педагогів»*.

Пандемія COVID-19 стала викликом для усіх сфер життєдіяльності суспільства. За даними ЮНЕСКО (UNESCO, 2020), сфера освіти зазнала суттєвих змін: перерване навчання; стрес для вчительства; непідготовленість батьків до дистанційної домашньої освіти; проблеми, пов'язані зі створенням, підтримкою і вдосконаленням дистанційного навчання; погіршення догляду за дітьми; зростання випадків виключення із закладу освіти; збільшення рівня насильства та експлуатації; соціальна ізоляція; труднощі з вимірюванням та перевіркою засвоєння знань. Сьогоднішню ситуацію характеризує організація освітнього процесу у дистанційній формі із залученням інформаційно-комунікаційних технологій на тривалий термін. До цього часу педагоги України стикалися тільки з короткотривалим зупиненням освітнього процесу (карантинні заходи під час епідемій ГРИПу) і мали змогу надолужити освітні програми в післякарантинний період. Така ситуація суттєво впливає на емоційний стан педагогів, їх відношення до своєї професійної діяльності.

З метою визначення впливу пандемії і карантинних заходів на здійснення освітнього процесу в цілому та його учасників зокрема

Українським науково-методичним центром практичної психології і соціальної роботи протягом 19 – 26 листопада 2020 року проведено онлайн опитування педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти. Для опитування застосовувалася анкета «Виявлення соціально-психологічних проблем, породжених пандемією COVID-19 у діяльності закладів освіти» розроблена В. Г. Панком.

В дослідженні взяли участь 3209 педагогів з усіх областей України (місцеві жителі – 45%; сільські – 55%). За віком досліджувані були розподілені на 5 категорій: до 25 років включно – 12% від усіх опитаних; від 25 до 35 років включно – 29%; від 35 до 45 років включно – 28%; від 45 до 55 років включно – 21%; від 55 і більше – 10%. За гендерною приналежністю переважну більшість становили особи жіночої статі (92% усіх опитаних). Респондентам було запропоновано оцінити наявність проблеми за допомогою шкалювання, де «0» — відсутність ознаки; 1 – мінімальне значення ознаки; 10 – максимальне значення ознаки. Для загального представлення результатів відповіді можна згрупувати у 4 групи: 0 балів – «відсутність ознак» – проблем немає; 1-4 бали – переважає відсутність зазначених проблем (від 1 бал – дуже рідко виникають проблеми до 4 бали – проблеми виникають часто). 5-6 балів – відчуваються зазначені проблеми, але здатний здійснювати професійну діяльність. 7-10 балів – переважає наявність проблем (від 7 балів – відчуваю проблеми що істотно впливають на здійснення проведення освітнього процесу до 10 балів – постійно відчуваю зазначені проблеми, що унеможлиблює або майже унеможлиблює здійснення освітнього процесу в карантинних умовах подолання пандемії).

Серед питань, які ставилася респондентам, та ілюструють прояви ускладнень у професійному житті педагогів через дистанційну роботу виокремимо такі: – проблеми, пов'язані з використанням ІКТ (відсутність компетенцій); – порушення комунікації між педагогами та батьками щодо контролю за якістю знань учнів; – неможливість виконання повного обсягу

запланованих завдань та професійних обов'язків. – труднощі із залученням дітей до дистанційних занять; – труднощі з дисципліною учнів на уроках; – зниження навчальної мотивації учнів; – труднощі з організацією часу (робота, відпочинок, сімейні справи, власні діти). А також пропонувалося оцінити власний емоційний стан (відчуття надмірної втоми, емоційного виснаження, зниження рівня емоційної рівноваги)

Так, за результатами опитування, педагоги визначили вираженість особистих і професійних проблем таким чином: – труднощі із залученням дітей до дистанційних занять – відмітили 73% педагогів; – для 60,7% респондентів суттєвою проблемою стали – труднощі з організацією часу (робота, відпочинок, сімейні справи, власні діти); – на неможливість виконання повного обсягу запланованих завдань та професійних обов'язків вказало – 59,6% опитаних; – на проблеми, пов'язані з недостатньою інформаційно-комунікаційною компетентністю звернули увагу – 53,2% респондентів; – порушення комунікації між педагогами та батьками щодо контролю за якістю знань учнів відмітили – 51,1% опитаних; – 47,9% опитаних заявили – що мають ускладнення з дисципліною учнів.

Самооцінювання емоційного стану респондентів представлено на рис.

1. Емоційне виснаження, зниження рівня емоційної рівноваги, надмірну втому як суттєву проблему, що позначається на виконанні професійних обов'язків, відзначили – 58,7% опитаних.

На даному етапі ускладнення у здійсненні професійної діяльності в умовах дистанційної роботи виникають незалежно від етапу професійного розвитку педагога, його віку, місця роботи, територіальної приналежності. Наростання негативних явищ у професійній діяльності позначається на психічному здоров'ї педагогів, а саме: емоційному стані.

Тези виступів на конференції виконавців проєкту опубліковані.

4. Підготовлено до друку та видано дві навчальні програм підвищення кваліфікації працівників психологічної служби та

навчально-методичний посібник «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти»

За результатами апробації у програми: «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчальна програма підвищення кваліфікації *практичних психологів*» та «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчальна програма підвищення кваліфікації *соціальних педагогів*» внесено корективи. Програми підготовлено до друку і видано

З метою методичного забезпечення зазначених програм підвищення кваліфікації працівників психологічної служби виконавцями дослідження підготовлено і видано посібник: *Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчально-методичний посібник* / авт. кол: В. Г. Панок, І. І. Ткачук, Д. Д. Романовська, Р. А. Мороз, Т. Б. Гніда, В. М. Горленко, Н. В. Сосновенко; за наук. ред. В.Г. Панка. Київ : ДІА, 2021. 224 с. ISBN 978-617-7785-40-7

У посібнику висвітлено актуальні соціально-психологічні проблеми учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19, подано конкретні методики психологічної діагностики психоемоційного стану учасників шкільного колективу, практичні методики надання соціально-педагогічної допомоги учням, вчителям і батькам. Посібник містить інформацію про методи, методики і технології роботи працівників психологічної служби в умовах пандемії

Посібник складається із вступу, трьох розділів, дев'яти підрозділів і додатку.

Перший розділ – *Пандемія COVID-19 і соціально-психологічні проблеми учасників освітнього процесу.*

Підрозділ 1.1. Соціальні, педагогічні та психологічні проблеми учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19: огляд вітчизняних досліджень (автор В. М. Горленко).

У підрозділі здійснено аналіз публікацій вітчизняних вчених з таких питань: особливості організації освітнього процесу в умовах змішаного і дистанційного навчання; психоемоційний стан населення України, зокрема, учасників освітнього процесу; надання психологічної допомоги населенню країни, зокрема учасникам освітнього процесу; діяльність психологічної служби системи освіти в умовах пандемії.

Підрозділ 1.2. Інформаційні впливи в умовах пандемії: інфомедія та протистояння негативним впливам (автор Т. Б. Гніда).

У підрозділі розглянуто питання навчання практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти основам інфомедійної культури, безпеки та грамоти на відповідних курсах підвищення кваліфікації та побудови якісної практичної роботи з протистояння негативним інформаційним впливам учнями та їх батьками. Наводяться зразки спростування міфів, аналізується комплект складників живильного середовища для інформаційних вірусів, узагальнено шляхи протистояння маніпуляціям в інформаційному просторі та шляхи запобігання поширенню дезінформації.

Підрозділ 1.3. Соціально-психологічні проблеми учасників освітнього процесу: результати емпіричного дослідження (автор В. Г. Панок).

У представлені результати здійсненого у листопаді 2020 року виконавцями проєкту онлайн опитування педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти з метою визначення впливу пандемії і карантинних заходів на здійснення освітнього процесу в цілому та його учасників зокрема.

Другий розділ – *Методики психодіагностики стану учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19.*

Підрозділ 2.1. Методи емпіричного дослідження стану учасників освітнього процесу в умовах пандемії (автор Р. А. Мороз).

У підрозділі описано наслідки впливу пандемії COVID-19 на психічний стані усіх учасників навчального процесу – дітей, підлітків, їх батьків та

педагогічних працівників. Визначено, що на тлі природних для підліткового та юнацького віку психофізіологічних змін комунікативна та емоційна депривація, стрес від невизначеності, зміна парадигми навчання та життя в цілому може призводити до психоемоційних та поведінкових порушень. Від надмірного робочого навантаження, проблем міжособистісного спілкування з колегами батьками учнів, недостатньої інформаційно-технічної підготовки тощо потерпають педагогічні працівники, тому діяльність працівників психологічної служби в Україні в умовах пандемії COVID-19 має бути спрямована виконання завдань, пов'язаних з соціально-психологічною адаптацією до нових умов навчання та життя в цілому. В підрозділі подано також перелік методів та методик для визначення психічного стану учасників освітнього процесу в період пандемії COVID-19, з посиланнями на джерела.

Підрозділ 2.2. Блок діагностичних методик дослідження психоемоційного стану здобувачів освіти, батьків і педагогів (автор Д. Д. Романовська).

У підрозділі представлено створений автором орієнтований комплекс психодіагностичного інструментарію для різних вікових категорій, починаючи з дошкільного віку, для батьків і педагогів, який складається з 18 діагностичних методик: тест «Чарівна країна почуттів» (Т.Д.Зінкевич-Євстигнєєва); вивчення емоційного стану (за Оленою Кучеровою); методика «Лінеограма» (за Оленою Соколовою); методика «Незакінчені речення»; методика «Визначення особистісної адаптованості школярів» (А. В. Фурман); шкала самотності та соціальної ізоляції (Loneliness Scale); PHQ-4 – Опитувальник здоров'я пацієнта (4 запитання для виявлення депресії та тривожності); GSE – Шкала загальної самоефективності; тест нервово-психічної адаптації (НПА); тест САН «Самопочуття. Активність. Настрій»; методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка; шкала тест опитувальник депресії (А. Т. Бек); методика дослідження емоційно-почуттєвих станів особистості (Е.О. Помиткін); діагностика провідних

комунікаційних каналів за інтегративною моделлю – BASIC Ph (М. Лааду); шкала диференціальних емоцій (Differential Emotions Scale –DES, К.Ізард); методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності (Д. Расела, М. Фергюсона); методика діагностики рівня соціальної фрустрованості (В.В. Бойко); методика діагностики емоційного вигорання (В.В. Бойко).

Третій розділ. *Практичні методики надання соціально-психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії.*

Підрозділ 3.1. Методики надання психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в період пандемії (автор Р. А. Мороз).

розкриває принципи та напрями роботи фахівців психологічної служби з психологічними наслідками пандемії COVID-19 – втому, розгубленістю, виснажістю, тривожними, панічними, депресивними, в окремих випадках, посттравматичними стресовими станами, COVID-дискримінацією, кібербулінгом тощо. Розділ ознайомлює з такими новітніми технологіями відновлення психофізіологічного стану людини в посткризовий період, що базуються на наукових основах психофізіології, нейробиології, соціально-психологічної реабілітації, як дуальна модель роботи горя, майндфулнес-терапія, наведено приклад техніки когнітивно-поведінкової терапії щодо подолання тривожних та панічних станів.

Підрозділ 3.2. Профілактика та відновлення психологічного благополуччя учасників освітнього процесу (автор Д. Д. Романовська).

У підрозділі представлено визначення основних понять, необхідних для осмислення працівниками психологічної служби та використання у просвітницько-профілактичній роботі в школі. Проаналізовано різні підходи науковців психологів щодо розуміння поняття психічне здоров'я, психологічне й духовне здоров'я, психологічне благополуччя, емоційна рівновага, гармонія. Запропоновано психологічні рекомендації для досягнення емоційної рівноваги та опанування новими траєкторіями емоційного реагування. Також запропоновано методичний кейс фахового

інструментарію для застосування фахівцями психологічної служби у профілактиці та відновленні емоційного стану та психологічного благополуччя учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19. До нього увійшли: алгоритм першої психологічної допомоги в гострій стресовій ситуації; методика гармонізації Шрайбера; Фнтистрес-алгоритм в екстремальних ситуаціях; Вправи на релаксацію (тілесно-орієнтовані техніки); вправа «Минуле – теперішнє – майбутнє»; вправа «Безпечне місце»; вправа «Дерево»; вправа «Кошик сміття»; дихальні вправи та інші.

Підрозділ 3.3. Психопрофілактика емоційного та професійного вигорання педагогічних працівників (автор Д. Д. Романовська).

У підрозділі представлено результати діагностичного дослідження рівня емоційного вигорання за методикою В. Бойка, яка була проведена серед педагогічних працівників закладів освіти Чернівецької області у 2020 році (n=189). Найбільш сформованими ознаками емоційного вигорання у педагогічних працівників є: «Неадекватне вибіркоче емоційне реагування», «Редукція професійних обов'язків», «Емоційне відчуження», «Емоційний дефіцит»; «Емоційно-моральна дезорієнтація» та «Тривога і депресія». У підрозділі визначено, що важливим напрямком у діяльності фахівців психологічної служби системи освіти є психологічна допомога педагогічним працівникам щодо збереження психічного здоров'я, оволодіння методами психоемоційної саморегуляції, психопрофілактика емоційного та професійного вигорання. Запропоновано методичний кейс фахового інструментарію щодо запобігання емоційного та професійного вигорання педагогічних працівників, відновлення наслідків вигорання, який складається з таких методик, вправи, психотехнік: вправа «Емоція по колу», технологія «Колесо життєвого балансу», вправа «Веселий фотограф», технологія Basic-PH («Міст над прірвою»), вправа «Дерево життя» для пошуку ресурсів, переоцінки життєвих цінностей, вправа «5, 4, 3, 2, 1», вправа «Про що я до цих пір мовчав», вправа «Про себе», вправа «Виміри власного "Я"», вправа

«Чарівні дзеркала», вправа «Найближче оточення», вправа «Думки – почуття – поведінка» та інші. Запропоновано методичні рекомендації «Як уникнути синдрому «професійного вигорання» методом «Активного соціально-психологічного пізнання».

Підрозділ 3.4. Розвиток життєстійкості старшокласників в роботі соціального педагога (автор І. І. Ткачук).

В підрозділі акцентована увага на необхідності розвитку і активізації особистісних ресурсів учнів задля збереження в умовах пандемії їхнього фізичного та психічного здоров'я. Таким ресурсом є життєстійкість особистості. Життєстійкість особистості представлена як система поглядів і переконань, яка характеризує міру можливості особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість та не знижуючи успішність діяльності. Розглянуті компоненти життєстійкості: залученість; контроль; прийняття ризику (виклик). Визначені основні чинники, завдання та умови розвитку життєстійкості у старшокласників. Підкреслено, що найбільш ефективними методами розвитку життєстійкості у старшокласників є такі: тренінг, дискусія, ділова гра, організація спільної проєктної та волонтерської діяльності учнів. Докладно представлено дві методики розвитку життєстійкості у старшокласників, які можуть бути застосовані соціальними педагогами в умовах дистанційного та змішаного навчання: включення старшокласників до соціально-значущої діяльності через волонтерську діяльність та організація проєктної діяльності старшокласників.

Додаток. Нормативно-правова база подолання пандемії COVID-19 у системі освіти.

Навчально-методичний посібник і дві розроблені програми, які складають єдиний навчально-методичний комплекс спрямований на

підвищення кваліфікації працівників психологічної служби щодо здійснення соціально-психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах COVID-19, підготовлені до друку і видані.

Навчально-методичний комплекс «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти» адресовано працівникам психологічної служби; викладачам інститутів післядипломної педагогічної освіти та викладачам закладів вищої освіти, які готують спеціалістів за спеціальностями «практична психологія», «соціальна робота», «соціальна педагогіка»; науковцям, які досліджують шляхи і засоби підвищення якості надання психологічної допомоги постраждалим від надзвичайних ситуацій і природних катастроф.

Всі підготовлені видання розміщено у репозитарії Електронної бібліотеки НАПН України і доступні для безкоштовного скачування.

4 МАСОВІ НАУКОВО-ПРАКТИЧНІ ЗАХОДИ

У 2020 -2021 році наукові працівники УНМЦ практичної психології і соціальної роботи – виконавці проекту оприлюднювали результати дослідження на науково-практичних та науково-методичних заходах різного рівня.

Заходи організовані УНМЦ практичної психології і соціальної роботи.

Конференції, семінари.

1. *Всеукраїнська науково-практична конференція «Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі неперервної освіти», м. Вінниця, 30-31.10.2020 р.*

Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи був одним з організаторів зазначеного заходу.

Мета конференції: обговорення проблем та можливостей розвитку особистості в нинішніх умовах; пошук рішень актуальних проблем сучасної психологічної науки; аналіз перспектив функціонування психологічної служби; формування та розвиток наукової спільноти, обмін науковими результатами та досвідом роботи.

Теми виступів виконавців дослідження:

Панок В. Г. «Діяльність психологічної служби в умовах пандемії: проблеми і актуальні завдання» (виступ на пленарному засіданні).

Ткачук І. І. «Психологічна підтримка вчителів в умовах пандемії COVID -19».

Мороз Р. А. «Нові можливості і ризики онлайн-консультування».

Сосновенко Н. В. «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби».

Гніда Т. Б. «Міфи пандемії та їх вплив на свідомість дорослих і дітей».

2. *Всеукраїнський науково-практичний онлайн-семінар «Освітній*

простір в умовах пандемії: психологічні проблеми та рішення»,
Сєверодонецьк, 12.03 2021 р.

Організатори: Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи, Луганський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти за підтримки громадської організації «Ла Страда–Україна».

Кількість учасників: понад 200 осіб з 22 областей України.

У заході взяли участь наукові та науково-педагогічні працівники, керівники, педагоги та працівники психологічної служби закладів освіти, фахівці центрів професійного розвитку, спеціалісти управлінь / відділів освіти міських рад і райдержадміністрацій та об'єднаних територіальних громад, а також особи, які мають особистий інтерес до практичної психології.

Теми виступів виконавців дослідження на семінарі.

Панок В. Г. «Життєві перспективи вчителів в умовах пандемії»; Романовська Д. Д. «Гармонізація психічного здоров'я, розвиток життєстійкості / стресостійкості учасників освітнього процесу»; Гніда Т. Б. «Коучинг батьків під час тривалих стресових ситуацій»; Сосновенко Н. В. «Протидія булінгу в ЗЗСО в умовах дистанційного навчання: системний підхід»

3. Міжнародна конференція «Психічне здоров'я: нові виклики для українського сьогодення». 5 жовтня 2021 року, м. Київ.

Одним з організаторів заходу виступив УНМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України у співпраці з такими державними установами і громадськими організаціями: Дивізіон Психічного Здоров'я, Національна Психологічна Асоціація України; Міжнародна Платформа Психічного Здоров'я Mental Health: Global Challenges; Міжнародний сектор: Міжнародний Молодіжний Рух «Teenergizer»; Європейська Федерація Психологічних Студентських Асоціацій; Mental Health Albania; Інститут

соціальної та політичної психології НАПН України; Служба у справах дітей та сім'ї КМДА; Громадський сектор: Дивізіон Стресу, Національна Психологічна Асоціація України; Студентський Дивізіон Національна Психологічна Асоціація України; ГО «Особливі».

В конференції взяли участь наукові та науково-педагогічні працівники, керівники, педагоги та працівники психологічної служби закладів освіти, а також особи, які мають особистий інтерес до практичної психології.

Загалом, у заході взяли участь в якості слухачів понад 1500 осіб.

Під час конференції учасники набули знань з актуальних питань психологічної науки й практики, ознайомились із надбаннями колег з різних регіонів України та зарубіжних країн, таких як Австрія, Японія та ін. Слухачі мали змогу поставити свої питання провідним науковцям та експертам.

Робота конференції здійснювалась за такими тематичними секціями:

1. Психічне здоров'я та благополуччя сучасного(ої) українця(ки).
2. Психічне здоров'я та благополуччя сучасного українського психолога.
3. Державні ініціативи щодо розбудови психічного здоров'я та благополуччя українців.
4. Як сучасна молодь сприймає державні ініціативи щодо розбудови психічного здоров'я та благополуччя українців.
5. Подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти.
6. «Палітра» психологічних методів догляду за власним психічним здоров'ям.

Співробітники УНМЦ практичної психології і соціальної роботи провели секцію «Подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти».

Теми виступів на конференції виконавців дослідження.

В.Г. Панок «Соціально-психологічні проблеми педагогів в умовах пандемії COVID-19»; І. І. Ткачук «Психологічні проблеми учнів та їхніх батьків в умовах дистанційного навчання»; Р.А. Мороз «Моделі кризового втручання в умовах пандемії COVID-19»; Д. Д. Романовська «Збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19 засобами практичної психології»; Т. Б. Гніда «Інфодемія: шляхи розпізнавання та протистояння інформаційним впливам під час пандемії»; Н. В. Сосновенко «Робота практичного психолога з профілактики насильства серед учнів у період карантину»; В. М. Горленко «Вплив дистанційної роботи на психічне здоров'я педагогів».

Вебінари.

1. «Організація діяльності працівників психологічної служби в умовах карантинних обмежень. Віртуальний кабінет практичного психолога, соціального педагога, як засіб підвищення психологічної культури учасників освітнього процесу», м. Миколаїв, 02.11.2020 р.

2. «Форми і методи роботи працівників психологічної служби системи освіти з дітьми, які мають труднощі у навчанні під час локдауну та пандемії COVID-19» 28.11.2020 р.

3. «Психологічна підтримка педагогічних працівників в умовах пандемії COVID-19».9.11.2020 р.

4. «Особливості психологічного та соціально-педагогічного супроводу освітнього процесу в умовах дистанційного навчання», м. Суми, 13.11.2020 р.

Круглі столи.

1. Круглий стіл «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби закладів освіти», м. Чернівці, 04.11.2020 р.

2. Круглий стіл «Форми і методи роботи працівників психологічної служби системи освіти з дітьми, які мають труднощі у навчанні під час локдауну та пандемії COVID-19» м. Миколаїв, 27.11.2020 р.

Фокус-групи

Фокус-групи «Карантин як тригер психологічних та соціальних проблем» з педагогічними працівниками різних областей України (м. Чернівці – 2.11.2020 р., 3.11.2020 р.; м. Миколаїв – 5.11.2020 р.; м. Южноукраїнськ, Миколаївської області – 9.11.2020 р.; м. Вінниця – 10.11.2020 р.; Московський район Харківської області – 12.11.2020 р.; м. Суми – 18.11.2020 р.; Харківська область, Індустріальний район – 24.11.2020 р.)

Веб-наради.

1. Веб-наради з працівниками психологічної служби Чернівецької, Миколаївської, та Харківської областей, з метою обговорення перебігу і результатів апробації методик і технік з розробленої системи психосоціальної допомоги постраждалим внаслідок пандемії COVID-19 (16. 11.2020р. в Чернівецькій області, 23. 11.2020р. – в Миколаївській, 30. 11. 2020р. – в Харківській).

2. Веб-наради з практичними психологами Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької областей з метою обговорення проєкту навчальної програми підвищення кваліфікації практичних психологів (в Чернівецькій області – 14.05.2021 р. і 3.06.2021 р. , в Харківській області – 18.05.2021 р. і 15.06.2021 р., у Вінницькій – 26.05.2021 р., в Миколаївській – 31.05.2021 р..

3. Веб-наради з соціальними педагогами Вінницької, Миколаївської, Харківської, Чернівецької областей з метою обговорення проєкту навчальної програми підвищення кваліфікації соціальних педагогів (в Чернівецькій області – 6.05.2021 р., в Харківській області – 18.05.2021 р. і 15.06.2021 р., у Вінницькій – 26.05.2021 р., в Миколаївській – 31.05.2021 р..

4. Веб-наради з працівниками психологічної служби Київської, Сумської, Черкаської, Харківської, Херсонської, Чернівецької, Чернігівської, Рівненської, Луганської областей , з метою обговорення результатів апробації навчальних програм підвищення кваліфікації працівників психологічної служби (23.09.2021 р., 21.10.2021 р., 2.11.2021 р., 11.11.2021 р.)

Супервізії

Супервізії з працівниками психологічної служби, м. Миколаїв (4-5.12.2020 р., 03.05.2021 р., 06.05.2021 р., 08.05.2021 р., 14.05.2021 р., 29.05.2021 р., 12.06.2021 р.)

Заходи в яких виконавці дослідження взяли участь.

1. *Міжнародна науково-практична конференція «Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології».* 23-26 червня 2021, м. Львів. Виступ Мороз Р. А. «Супервізійні та балінтовські групи як засіб емоційного відреагування педагогічних працівників в період пандемії COVID-19.

2. *Міжнародна науково-практична конференція «Ricerche scientifiche e metodi della loro realizzazione : esperienza mondiale e realta domestiche»* 14.05.2021, Болонья, Італія. Виступ Романовської Д. Д. «Сучасні технології підтримки психічного здоров'я здобувачів освіти в умовах пандемії».

3. *Всеукраїнські психолого-педагогічні читання, присвячені пам'яті Федоришина Б. О.* м.Київ, 24 травня 2021 року. Виступ Горленко В. М. «Прояви професійної дезадаптації педагогів в умовах COVID-19».

4. *Круглий стіл «Сучасні психологічні вимоги до підручника для нової української школи»* м. Київ, 26 серпня 2021 року.

Виступи наукових співробітників: Мороз Р. А. «Методологічне забезпечення реалізації програми підвищення кваліфікації для практичних психологів системи освіти України «Подолання наслідків пандемії COVID-19 в роботі практичного психолога; Гніда Т. Б. «Сучасні вимоги до підвищення кваліфікації соціальних педагогів в умовах пандемії COVID19»; Романовська Д. Д. «Підвищення кваліфікації практичних психологів щодо подолання соціально-психологічних наслідків пандемії COVID19: від дослідження до програми».

II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції з міжнародною участю «Актуальні проблеми підготовки фахівців дошкільної освіти: проблеми, досвід, інновації», Глухів, 21-22.10.2021 р.

Виступ Сосновенко Н.В. «Профілактика емоційного та професійного вигорання у педагогічних працівників в період пандемії COVID-19: методи самодіагностики, самопомоги та самопіклування»

1. Інтерактивно-рефлексійний семінар для практичних психологів закладів загальної середньої освіти Індустріального району Харківської міської ради «Психологічне забезпечення процесу створення гендерночутливого антидискримінаційного освітнього простору», 24.11.2020 р., тема виступу Гнідої Т. Б. «Гендерна освіта в умовах пандемії».

2. Засідання методичного об'єднання практичних психологів закладів дошкільної освіти Московського району м. Харкова на тему «Системний підхід до роботи з науково-методичною проблемою фахівця психологічної служби закладу освіти», тема виступу Гнідої Т. Б. на тему «Системний підхід в умовах пандемії», 1.12.2020 р.

Інформація про результати наукової діяльності виконавців проєкту «Подолання наслідків пандемії COVID-19 у діяльності психологічної служби системи освіти», з приміткою, що дослідження виконується за грантової підтримки Національного фонду досліджень України, постійно розміщувалася на сторінці «Психологічна служба у системі освіти» та сторінці установи у соціальної мережі Facebook:

«Психологічна служба системи освіти України» (охоплено 8.8 тис. користувачів) <https://www.facebook.com/groups/psyua/?ref=bookmarks>;

«Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи» (охоплено 4194 користувачів) <https://www.facebook.com/UNMCPPSR/>.

ВИСНОВКИ

Таким чином, згідно з договорами від 23.10.2020 № 45/01.2020 та від 29.04.2021 № 52/01/2021 та Технічним завданням прикладного наукового дослідження «Подолання наслідків пандемії COVID19 у діяльності психологічної служби системи освіти», реєстраційний номер 2020.01/0114, державний реєстраційний номер 0120U104875 усі завдання виконані у повному обсязі.

1. На основі узагальнення та аналізу отриманої інформації, визначено чотири найбільш важливих напрямів психосоціальної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19:

- формування в учасників освітнього процесу усвідомленого розуміння змісту основних понять та компонентів психологічного здоров'я, основних положень «резилієнс»;

- підвищення обізнаності педагогічних працівників, практичних психологів, соціальних педагогів щодо розпізнання ознак психологічного стресу;

- застосування ефективних технологій гармонізації психічного здоров'я, розвитку життєстійкості, відновних практик в умовах пандемії COVID-19;

- сприяння оволодінню педагогічними працівниками методами самопомоги та самопіклування в стресових умовах, правилами психопрофілактики емоційного та професійного вигорання.

2. Відповідно до визначених напрямів психологічної допомоги учасникам освітнього процесу була розроблена система засобів (методик, технік і технологій) подолання психологічних наслідків пандемії COVID-19 у діяльності працівників психологічної служби системи освіти, яка містить два складника.

Перший складник, це методичний комплекс для забезпечення реалізації визначених напрямів психологічної допомоги учасникам освітнього процесу

в умовах пандемії.

Другий – перелік методик, технік і технологій для роботи за запитами від педагогів, учнів, батьків учнів а також з працівниками психологічної служби.

3. Розроблено навчальну програму дистанційних курсів підвищення кваліфікації практичних психологів щодо здійснення психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах COVID-19, мета якої полягає у вдосконаленні загальних та професійних компетентностей практичних психологів закладів освіти, підвищенні методичного та практичного рівнів професійної компетентності, сприянні особистісного зростання в умовах соціальних трансформацій, підготовка їх до здійснення психологічної допомоги учасникам освітнього процесу щодо подолання наслідків пандемії COVID-19.

4. Розроблено навчальну програму дистанційних курсів підвищення кваліфікації соціальних педагогів щодо здійснення соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах COVID-19. Метою програми є розвиток загальних та професійних компетентностей соціальних педагогів закладів освіти, підготовка їх до здійснення соціально-педагогічного патронату, соціальної допомоги та соціальної підтримки учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19.

5. З метою методичного забезпечення розроблених програм підвищення кваліфікації працівників психологічної служби щодо здійснення соціально-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах COVID-19 підготовлено і видано навчально-методичний посібник. У посібнику висвітлено актуальні соціально-психологічні проблеми учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19, подано конкретні методики психологічної діагностики психоемоційного стану учасників шкільного колективу, практичні методики надання соціально-педагогічної допомоги учням, вчителям і батькам. Посібник містить інформацію про методи,

методики і технології роботи працівників психологічної служби в умовах пандемії

6. Навчально-методичний посібник і дві розроблені програми, які складають єдиний навчально-методичний комплекс спрямований на підвищення кваліфікації працівників психологічної служби щодо здійснення соціально-психологічної допомоги учасникам освітнього процесу в умовах COVID-19, підготовлені до друку і видані.

Всі підготовлені видання розміщено у репозитарії Електронної бібліотеки НАПН України і доступні для безкоштовного скачування.

Результати виконання дослідження у подальшому можуть бути використані:

- в професійній діяльності працівників психологічної служби системи освіти – практичних психологів і соціальних педагогів, які працюють в усіх типах закладів освіти;

- в роботі викладачів обласних інститутів післядипломної педагогічної освіти, які здійснюють підвищення кваліфікації педагогічних працівників і, у тому числі – працівників психологічної служби;

- в навчальній діяльності закладів вищої освіти, які готують спеціалістів за спеціальностями «практична психологія», «соціальна робота», «соціальна педагогіка»;

- в роботі громадських організацій, що надають соціальну і психологічну допомогу постраждалим від пандемії;

- науковцями, які досліджують шляхи і засоби підвищення якості надання психосоціальної допомоги постраждалим в результаті надзвичайних ситуацій і природних катастроф.

ПЕРЕЛІК НАУКОВИХ ПРАЦЬ ВИДАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДОСЛІДЖЕННЯ

Навчально-методичний посібник

1. Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчально-методичний посібник / авт. кол: В. Г. Панок, І. І. Ткачук, Д. Д. Романовська, Р. А. Мороз, Т. Б. Гніда, В. М. Горленко, Н. В. Сосновенко; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : ДІА, 2021. 224 с. ISBN 978-617-7785-40-7

URL : <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729074>

Програми

2. Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчальна програма підвищення кваліфікації практичних психологів / авт. кол: В. Г. Панок, Д. Д. Романовська, Р. А. Мороз, Н. В. Сосновенко, І. І. Ткачук, Т. Б. Гніда, В. М. Горленко; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : ДІА, 2021. 56 с. ISBN 978-617-7785-39-1 URL : <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729072>

3. Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти: навчальна програма підвищення кваліфікації соціальних педагогів / авт. кол: В. Г. Панок, Т. Б. Гніда, В. М. Горленко, І. І. Ткачук, Р. А. Мороз, Д. Д. Романовська, Н. В. Сосновенко; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : ДІА, 2021. 48 с. ISBN 978-617-7785-38-4 URL : <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729071>

Статті

Панок В. Г. Результати дослідження психологічного стану учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. 3(1). DOI : <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-9-1>.

Романовська Д., Мінтянська Р. Особливості психологічного супроводу освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19. *Науковий вісник*

Ужгородського університету. Педагогіка. Соціальна робота. 2021. № 1 (48). С. 365-370. DOI : <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2021.48.365-370>. (участь Д. Д. Романовської 0.4 а.а.)

Тези, матеріали конференцій

Каменщук Т. Д., Романовська Д. Д. Сучасні технології підтримки психічного здоров'я здобувачів освіти в умовах пандемії. *Ricerche scientifiche e metodi della loro realizzazione : esperienza mondiale e realta domestiche* : Raccolta di articoli scientifici «ΛΟΓΟΣ» con gli atti della I Conferenza scientifica e pratica internazionale, Bologna, May 14, 2021. Bologna-Vinnytsia : Associazione Italiana di Storia Urbana & Piattaforma scientifica europea, 2021. T. 2. P. 96–99. DOI : <https://doi.org/10.36074/logos-14.05.2021.v2.37>. (участь Д. Д. Романовської 0.1 а.а.).

Горленко В. М. Прояви професійної дезадаптації педагогів в умовах COVID-19. *Профорієнтація: стан і перспективи розвитку* : матеріали XI Всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті доктора педагогічних наук, професора Федоришина Бориса Олексійовича, м.Київ, 24 травня 2021 року. Київ : Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна, 2021. С. 40–44. URL : <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/725771>.

Гніда Т. Інфодемія: шляхи розпізнавання та протистояння інформаційним впливам під час пандемії. *National Events on WMHD in Ukraine 2021 Proceedings* : NMHDU Proceeding ,1(1), м. Київ,5.10.2021. Italy : N-DSA-N, 2021. DOI : <http://doi.org/10.32437/NMHDUP2021.1>

Горленко В. Вплив дистанційної роботи на психічне здоров'я педагогів. *National Events on WMHD in Ukraine 2021 Proceedings* : NMHDU Proceeding ,1(1), м. Київ,5.10.2021. Italy : N-DSA-N, 2021. DOI : <http://doi.org/10.32437/NMHDUP2021.2>

Мороз Р. Моделі кризового втручання в умовах пандемії COVID-19. *National Events on WMHD in Ukraine 2021 Proceedings* : NMHDU Proceeding ,1(1), м. Київ,5.10.2021. Italy : N-DSA-N, 2021. DOI : <http://doi.org/10.32437/NMHDUP2021.3>

Панок В., Ткачук І. Соціально-психологічні проблеми педагогів в умовах пандемії COVID-19. *National Events on WMHD in Ukraine 2021 Proceedings* : NMHDU Proceeding ,1(1), м. Київ,5.10.2021. Italy : N-DSA-N, 2021. DOI : <http://doi.org/10.32437/NMHDUP2021.4>

Романовська Д. Збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах пандемії COVID-19 засобами практичної психології. *National Events on WMHD in Ukraine 2021 Proceedings* : NMHDU Proceeding ,1(1), м. Київ,5.10.2021. Italy : N-DSA-N, 2021. DOI : <http://doi.org/10.32437/NMHDUP2021.5>

Сосновенко Н. Робота практичного психолога з профілактики насильства серед учнів у період карантину. *National Events on WMHD in Ukraine 2021 Proceedings* : NMHDU Proceeding ,1(1), м. Київ,5.10.2021. Italy : N-DSA-N, 2021. DOI : <http://doi.org/10.32437/NMHDUP2021.6>

ДОДАТОК А

Гайд фокус-групових інтерв'ю з педагогічними працівниками «Карантин як тригер психологічних та соціальних проблем»

1. Підготовка до дослідження за допомогою методу фокус-груп включає чотири загальні елементи:

1. Залучення певної кількості респондентів, зібраних в одному місці (на одній он-лайн платформі).

Умови відбору респондентів:

- кількість респондентів має бути не менше 10;

- респонденти мають бути експертами з досліджуваної проблеми (мати широку обізнаність у проблемі: досвід роботи з організації освітнього процесу, знання діяльності адміністрації, педколективу, учнівської громади і батьків; досвід спілкування з різними категоріями учасників освітнього процесу і т.п.).

2. Взаємодія учасників. Якщо в багатьох інших типах досліджень вважається, що будь-яка дискусія між учасниками спотворює чистоту відповідей, то на засіданнях фокус-груп (ФГ) суб'єкти заохочуються до взаємодії один з одним.

3. Обговорення певних проблем здійснюється модератором, який діє відповідно до цілей та завдань дослідження.

4. При проведенні фокус-груп використовується сценарій.

2. Методологія дослідження.

Метою дослідження є: виявлення і ранжування найбільш актуальних психологічних і соціально-педагогічних проблем учнів, педагогів і батьків та визначення напрямів надання допомоги учасникам освітнього процесу в умовах пандемії (що стануть запитами на роботу працівників психологічної служби).

Цільові аудиторії:

а) працівники психологічної служби (ППС) - основна.

б) учасники освітнього процесу (вчителі, учні) - додаткова;

Основні завдання дослідження думки працівників ПС:

1. Визначити найбільш розповсюджені страхи, побоювання (міфи), що обумовлюють негативні емоційні стани у представників ЦА (з чим доводиться працювати ППС).
2. Виявити психологічні аспекти дистанційної комунікації: емоційні реакції, саморегуляція та форми зв'язку ЦА (що викликало найбільші труднощі, до чого було пристосуватися не важко, дратує/хвилює досі).
3. Визначити рівень актуальності виявлених проблем («вага проблеми») методом ранжування від 1 до 10 (окремо для кожної ЦА).
4. Ознайомитися із досвідом надання психологічної допомоги: динаміка, проблеми, очікування (тільки для працівників ПС).
5. Визначити запити представників зазначених ЦА і до практичного психолога і соціального педагога окремо.
6. Сформувати стратегії та методи роботи практичного психолога та соціального педагога у формуванні копінг-стратегій, стресостійкості, надання допомоги учасникам освітнього процесу.

Очікувані кінцеві **результати** (вони ж і є основними завданнями) фокусингу з учасниками освітнього процесу (ЦА):

1. Перелік проблем (психологічних і соціально-педагогічних), які виникають у кожній цільовій аудиторії (ЦА): учні, вчителі, батьки. (Здобувається у безпосередній роботі або через опитування працівників ПС).
2. Визначення актуальності виявлених проблем («вага проблеми») методом ранжування від 1 до 10 (окремо для кожної ЦА).
3. Визначення запитів представників зазначених ЦА окремо до практичного психолога і соціального педагога.

3. Сценарій засідання фокус-групи:

1. **Виклад цілей даного дослідження** – визначення актуальних психологічних проблем, що виникли в учасників освітнього процесу внаслідок пандемії.
2. **Визначення складу групи** – групи від 10 до 16-20 осіб.
3. **Вступне слово модератора** (включає оголошення теми дискусії, регламент проведення, інструкції учасникам, завдання і очікувані результати проведення опитування). Виявлення актуальних психологічних проблем, що виникли в учасників освітнього процесу внаслідок пандемії.
4. **Початкова стадія.** Знайомство з кожним респондентом і оголошення загальних положень фокусингу. Учасники у довільній формі називають проблеми, які вони вважають найбільш актуальними.

Після цього відбувається: «сортування» названих проблем для окремих ЦА та їх ранжування.

5. Обговорення виокремлених проблем.

Послідовно обговорюються усі названі проблеми за наступними параметрами:

- наскільки ця проблема широко розповсюджена у представників даної ЦА;
- які джерела виникнення проблеми;
- як вона проживається представниками різних ЦА;
- які фактори чи складники має ця проблема;
- які наслідки даної проблеми для кожної ЦА.

6. Підведення підсумків. Учасники ознайомлюються з результатами роботи ФГ (проблеми, рейтинги і т.п.). Кожен може висловити свої уточнення і зауваги щодо результатів.

7. Фінальна частина. Може включати огляд висловлених позицій, додаткове обговорення думок, які були висловлені в ході дослідження. Висловлення подяки за роботу.

4. Інструментарій дослідження (рекомендаційно, для орієнтації !)

I. Запитання для актуалізації та занурення у тему ФГ (проводяться за потребою)

1. *Як змінювався рівень вашої тривоги та страху протягом карантину?*

На початку	На сьогодні
Високий	Високий
Середній	Середній
Низький	Низький

2. *Які нові страхи через COVID-19 з'явилися у дітей, батьків та педагогів з ваших спостережень?*

- страх захворіти
- хвороби та смерті близьких
- заразитися у громадському транспорті
- використання столових приборів у місцях громадського харчування
- близького фізичного контакту та безпосереднього спілкування
- недовіра до ЗМІ
- додаткової обробки продуктів харчування
- страх не помити руки

- залишитися без роботи
- страх ізоляції
- інше _____

3. Оцініть ваші успіхи у дистанційному навчанні

- Не можу і не хочу
- Роблю перші кроки
- На рівні успішного користувача
- Я – профі! Можу навчати інших.

З якими недостовірними даними (міфами) про пандемію та її вплив на людину Вам довелося зустрітися?

- Неможна захворіти двічі
- Тварини хворіють на COVID-19
- Всесвітня змова для знищення людства
- Шлях до примусової вакцинації
- Вживання спиртних напоїв не призводить до хвороби
- Під час пандемії треба уникати тільки масових зібрань
- Заборона для близьких попрощатися з померлими
- Неіснування коронавірусної інфекції
- Інші _____

II. Орієнтовні запитання під час дискусії

Тематичні блоки запитань.

Блок I. Проблеми учасників освітнього процесу

1. *Які проблеми через COVID-19 з'явилися у педагогічних працівників з ваших спостережень чи досліджень? (фіксуємо всі перелічені відповіді учасників групи)*
2. *Які проблеми через COVID-19 з'явилися у дітей з ваших спостережень? (фіксуємо всі перелічені відповіді учасників групи)*
3. *Які проблеми через пандемію з'явилися у батьків дітей/учнів з ваших спостережень та звернень? (фіксуємо всі перелічені відповіді учасників групи)*
4. *Після обговорення учасників список проблем об'єднується і демонструється на слайді або проговорюються ведучим. Учасникам фокус-групи пропонується проранжувати зазначені проблеми (від 1 до 10).*
5. *Після ранжування проблем обирається найбільш актуальні/поширені з них (1-3 проблеми) і пропонується їх детально обговорити.*

Блок II. Дистанційна комунікація

6. Що вдалось легко в дистанційній комунікації? Завдяки чому вийшло?

7. Які проблеми організації та надання дистанційної психологічної допомоги, проведення дистанційного навчання виникли у вас?

Орієнтовні групи проблем представників ЦА на які треба сфокусуватися:

1. Педагоги:

- **Емоційні реакції** – тривога за власне здоров'я і здоров'я сім'ї; фобії (брудні руки, інші люди, боязнь громадського транспорту, боязнь заразитися від предметів (зошитів зокрема), боязнь людей, що переохворіли на *COVID-19* і т.п. (так звані «міфи» пандемії)).

Запит на роботу: надання правдивої і авторитетної інформації; перелік корисних посилань та онлайн платформ, тренінг емоційної стабільності; резилієнс.

- **Організація дистанційного навчання** – невміння застосовувати ІК-технології; необхідність перебудови методик освітньої діяльності за предметом (додаткова робота); не володіння навичками організації дистанційної комунікації з учнями, невміння організувати свій час .

Запит на роботу: тренінг на зміну ставлення до ІКТ; тайм менеджмент; організація обміну досвідом з колегами (балентовські групи, групи підтримки), тренінг дистанційної комунікації і т.д.

- **Дискримінація** хворих на *COVID-19* або тих, хто знаходився на самоізоляції (звинувачення, додаткове навантаження на працюючих).

Запит на роботу: тренінг недискримінаційної поведінки та толерантності.

- **Розповсюдження недостовірної інформації** через низьку медіаграмотність, наївність або зі злим наміром.

Запит на роботу: розвиток критичного мислення, інфомедійної компетентності тощо.

- **Ціннісні** – переосмислення життєвих та професійних орієнтирів та планів.

Запит на роботу: вивчення та трансформація ціннісних орієнтацій та пріоритетів особистості тощо.

- **Особистісні перетворення** – депресія, розчарування, особистісні кризи.

Запит на роботу: групи підтримки, перенаправлення для отримання кваліфікованої психотерапевтичної та медичної допомоги тощо.

2. Учні:

- **Дискримінація** хворих на *COVID-19* або тих, хто знаходився на самоізоляції (співчуття замість підтримки, соціальна ізоляція, звинувачення).
- **Розповсюдження недостовірної інформації.**
- **Безпека** – домашнє насильство, небезпеки в інтернеті (психологічні, економічні, сексуальні), кібербулінг.
- **Емоційно-пізнавальні** – підвищення загальної тривожності, постійне бажання мити руки, (нав'язливі стани), поява страхів та фобій за смерть рідних/близьких тощо.
- **Організація дистанційного навчання** – невміння організувати свій час, низький рівень організації самостійної роботи, неухважність/відволікання учнів на заняттях, зниження успішності у навчанні тощо.
- **Організація дозвілля** – неорганізоване дозвілля, ігрова залежність, низька соціальна контактність тощо.

Запит на роботу: тренінг з тайм менеджменту; навчання мистецтву дистанційної комунікації, копінг-стратегіям, саморегуляції, програма профілактики самоушкоджень підлітків, формування знань та навичок протистояння онлайн булінгу та насильству у всіх його формах, домашньому насильству, організація якісного та змістовного дозвілля тощо.

3. Батьки:

- **Розповсюдження недостовірної інформації.**
- **Емоційні** – поява страхів та фобій за смерть рідних/близьких, за здоров'я дитини, за майбутнє, підвищення потреби у контролі дитини як формі заспокоєння, підвищена роздратованість, дратує власна дитина тощо.
- **Організаційно-комунікаційні** – невміння організувати діалог з дитиною, деспотичні форми організації навчання дитини, складнощі з влаштуванням спільної діяльності всіх членів родини тощо.
- **Дискримінація** хворих на *COVID-19* або тих, хто знаходився на самоізоляції
- **Фінансово-економічні** – втрата роботи та неможливість знайти нову, невідповідність роботи амбіціям та потребам батьків та родини,

соціальні проблеми родини, поява статусу чи потреба в наданні пільг та соціального супроводу.

Запит на роботу: профілактика емоційного вигорання батьків; навчання основ саморегуляції, мистецтву комунікації, таймменеджменту, формування знань та навичок протистояння домашньому насильству, контакти екстрених служб, самореалізація людини в умовах фінансової кризи тощо.

Блок III. Науково-методична підтримка працівників служби

8. Якої допомоги Ви потребуєте з організації дистанційного спілкування з дітьми/батьками? _____

9. З якої теми Ви хотіли би пройти додаткове навчання?

Орієнтовні групи проблем працівників психологічної служби:

- **особиста підтримка:** онлайн та офлайн сервіси надання психологічної допомоги, перелік сайтів з достовірною інформацією, групи супервізії та підтримки тощо.
- **професійне навчання:** методи онлайн діагностування, медіаграмота, цифрових платформ та можливостей їх застосування, експрес-методи керування стресом для педагогів та батьків, ігри та вправи з подолання стресу для дітей різного віку, особливості психічних реакцій людини при онлайн спілкуванні, протистояння маніпуляції в цифровому суспільстві, організація психологічної та інформаційної безпеки дитини, мистецтво онлайн комунікації, кроки протистояння маніпуляції, напрями дистанційного виявлення дітей, які потребують психологічної допомоги/соціально-педагогічного патронату у зв'язку із насильством у родині, шляхи допомоги дитині-агресору/дитині-жертві, програма корекційно-розвиткових занять з дітьми та учнями (тривожність, страх, горе), навчання методиці організації та проведення дистанційної психологічної допомоги тощо.

В ході проведення засідання фокус-групи модератор повинен тримати у своїй свідомості такі питання:

- Що я ще повинен запитати, щоб зрозуміти, чому він (вона) так думає?
- Чи чув я все, щоб проаналізувати проблему і оцінити її об'єктивно виходячи з цілей дослідження?
- Що роблять учасники повсякденно? Що я повинен дізнатися про їх споживчих перевагах, установках, поведінці?

- Як дістатися до реальних почуттів респондентів, які переходять за інтелектуальністю і раціональністю?

Результати роботи фокус-групи можуть бути представлені у вигляді таблиць (обов'язково!):

Проблеми ЦА та подальші кроки у роботі працівника психологічної служби (загальні форми звітності про проведення ФГ)

Табл. 1. Педагоги

(у стовпчику «рейтинг» зазначено середні значення)

№	Проблема	Рейтинг	Запит	Рейтинг	Методики (пропозиція дослідника)
1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.	Боязнь людей, що захворіли на КОВІД	8,25	Профілактика дискримінації хворих на <i>COVID-19</i>	9,5	Тренінг емоційної стабільності (С.Л. Рубінштейн)
2.					

Увага! У разі роботи з педагогами стовпчик №6 заповнюється ведучим фокусингу. Якщо інформація збирається з працівників ПС, то у такому випадку стовпчик №6 – це пропозиції працівників ПС, щодо застосування того чи іншого методу надання психологічної допомоги для вирішення проблеми/запиту.

Табл. 2. Учні

(у стовпчику «рейтинг» зазначено середні значення)

№	Проблема	Рейтинг	Запит	Рейтинг	Методики (пропозиція дослідника)
1	2	3	4	5	6
1.	Боязнь людей, що захворіли на КОВІД	8,25	Профілактика дискримінації хворих на <i>COVID-19</i>	9,5	Тренінг емоційної стабільності (С.Л. Рубінштейн)
2.					

Увага! Стовпчик №6 заповнюється тим, хто проводить фокусинг у разі роботи з педагогами. Якщо інформація збирається з працівників ПС, то у такому випадку стовпчик №6 – це пропозиції працівників ПС, щодо

застосування того чи іншого методу надання психологічної допомоги для вирішення проблеми/запиту.

Табл. 3. Працівники ПС

(у стовпчику «рейтинг» зазначено середні значення)

№	Проблема	Рейтинг	Запит	Рейтинг	Методики (пропозиція дослідника)
1	2	3	4	5	6
1.	Боязнь людей, що захворіли на КОВІД	8,25	Профілактика дискримінації хворих на <i>COVID-19</i>	9,5	Тренінг емоційної стабільності (С.Л. Рубінштейн)
2.					

У даній таблиці стовпчик №6 – це думка працівників ПС щодо доцільності застосування того чи іншого методу для розв'язання проблеми/запиту.