



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

## НАКАЗ

15.09 2025

м. Київ

№ 46

**Про затвердження Типової програми  
підвищення кваліфікації педагогічних  
працівників закладів дошкільної освіти  
щодо надання психологічної підтримки  
учасникам освітнього процесу**

Відповідно до абзацу п'ятнадцятого пункту 10 Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 21 серпня 2019 року № 800 (із змінами), підпункту 47 пункту 4 та пункту 8 Положення про Міністерство освіти і науки України, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 16 жовтня 2014 року № 630 (із змінами), пункту 1.2.2.3 Стратегічної цілі 1.2. Оперативного плану Міністерства освіти і науки України на 2024 рік, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки від 29.03.2024 № 421,

**НАКАЗУЮ:**

1. Затвердити Типову програму підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної освіти щодо надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу (далі – Типова програма), що додається.

2. Директорату дошкільної та інклюзивної освіти (Лотоцька Алевтина) забезпечити оприлюднення Типової програми на офіційному вебсайті Міністерства освіти і науки України.

3. Контроль за виконанням цього наказу покласти на заступника Міністра Вітренка Андрія.

Міністр

Оксен ЛІСОВИЙ

**ЗАТВЕРДЖЕНО**  
**Наказ Міністерства**  
**освіти і науки України**  
*15.01.2025 № 46*

**Типова програма**  
**підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів**  
**дошкільної освіти щодо надання психологічної підтримки**  
**учасникам освітнього процесу**

**Розробник:** Державна установа «Український інститут розвитку освіти»

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

**Загальні положення.** З початку активних бойових дій на території України різко зросла потреба населення у психологічній підтримці. Зміни життєвих ситуацій (зміна місця перебування, втрата або розлука з близькою людиною, втрата здоров'я або майна, песимістичні настрої, роздратування та негармонійні стосунки у сім'ї тощо), які супроводжуються матеріальними та соціальними втратами негативно позначаються на психологічному стані як дорослих, так і дітей. Це призводить до інтенсивних тривог та стресових станів і змушує шукати в найближчому оточенні психологічну підтримку, яка найкраще підходить для того, щоб впоратися, як із зовнішнім страхом і небезпекою, так і з внутрішніми тривогами. Для дітей дошкільного віку, їхніх батьків таку психологічну підтримку можуть надавати педагоги закладів дошкільної освіти (далі – ЗДО), оскільки спілкуються з ними щодня.

Типова програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників щодо надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО (далі – Типова програма) розроблена з урахуванням державної політики в галузі дошкільної освіти, вимог чинного законодавства: Законів України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», наказу Міністерства економіки України «Про затвердження професійного стандарту «Вихователь закладу дошкільної освіти», інструктивно-методичних листів Міністерства освіти і науки України про організацію освітнього процесу в закладах освіти в умовах воєнного стану та інших нормативно-правових актів, що врегульовують питання психологічної підтримки та збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу.

**Актуальність** Типової програми полягає в необхідності підготовки педагогічних працівників закладів дошкільної освіти до надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу, що сприятиме відновленню їхнього ментального здоров'я та запобігатиме посиленню впливів стресових станів та ситуацій на особистість.

**Цільова аудиторія:** педагогічні працівники закладів дошкільної освіти (далі – слухачі).

**Обсяг:** 30 год. (1 кредит ЄКТС)

**Форма підвищення кваліфікації:** інституційна (очна, заочна, дистанційна), дуальна, на робочому місці. Форми підвищення кваліфікації можуть поєднуватись.

Основні види підвищення кваліфікації: навчання за програмою підвищення кваліфікації, участь у семінарах, практикумах, тренінгах, вебінарах, майстер-класах тощо.

**Мета підвищення кваліфікації:** розвиток та вдосконалення професійних компетентностей педагогів ЗДО щодо надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу

Реалізація визначеної мети передбачає розв'язання таких завдань:

1. Поглибити знання слухачів щодо сучасних практик та підходів надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО.
2. Сприяти формуванню та розвитку у слухачів професійних компетентностей та практичних навичок надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО.
3. Мотивувати педагогічних працівників ЗДО до постійного професійного розвитку.

**Напрями підвищення кваліфікації:** розвиток професійних компетентностей педагогічних працівників дошкільної ланки освіти щодо надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО.

**Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться.**

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників ЗДО передбачає вдосконалення загальних і професійних компетентностей, які дозволять надавати психологічну підтримку учасникам освітнього процесу в ЗДО: *загальні компетентності:* громадянська (ЗК.01), соціальна (ЗК.02), лідерська (ЗК.04), етична (ЗК.06); *професійні компетентності:* здоров'язбережувальна (Б1), психо-емоційна (В1), педагогічне партнерство (В2), здатність до навчання впродовж життя (Г1).

**Очікувані результати підвищення кваліфікації:**

- розуміти значення психологічної підтримки для відновлення ментального здоров'я та запобігання посиленню впливів стресових станів та ситуацій на особистість;
- знати основні підходи та способи надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО;

– застосовувати знання, уміння й навички надання психологічної підтримки в практиці партнерської взаємодії з учасниками освітнього процесу ЗДО;

– усвідомлювати значення формування та розвитку професійних компетентностей для фахового розвитку.

**Система та критерії оцінювання результатів навчання слухачів визначаються суб'єктом підвищення кваліфікації.**

## **2. Зміст Типової програми**

Зміст Типової програми передбачає теоретичну та практичну підготовку слухачів, а також виконання ними самостійної роботи.

*Теоретична складова* Типової програми зорієнтована на ознайомлення цільової аудиторії із напрямками, змістом, структурою та особливостями надання психологічної підтримки кожній категорії учасників освітнього процесу ЗДО.

*Практична складова* Типової програми спрямована на формування у слухачів: здатності до надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО; умінь психологічної підтримки учасників освітнього процесу в різних ситуаціях; установок на відновлення ментального здоров'я колег, вихованців і їхніх батьків та безперервний особистісний та професійний розвиток.

*Практичні завдання* виконуються слухачами у перебігу практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом Типової програми.

*Самостійна робота містить:*

- завдання, що спрямовані на ознайомлення з нормативними й інструктивно-методичними документами, які регулюють питання надання психологічної підтримки учасників освітнього процесу ЗДО;

- завдання, які дозволяють опанувати алгоритми і правила надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО;

- завдання пошуково-дослідницького змісту, спрямовані на визначення ефективних шляхів та оптимальних підходів до надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу ЗДО;

- завдання на розвиток необхідних компетентностей;

- вправи, спрямовані на рефлексію.

Зміст Типової програми складається з двох модулів та восьми взаємопов'язаних тем. Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 30 год., з них: 10 год. – лекційні заняття, 10 год. – практична робота, 8 год. – самостійна робота, 2 год. – підсумкові заходи.

## МОДУЛЬ 1

### ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗДО: ЗМІСТ ТА ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

#### Тема 1.1. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу ЗДО як потреба часу

Визначення психологічної підтримки. Основні чинники, що спричиняють потребу учасників освітнього процесу ЗДО в психологічній підтримці. Стрес (фізичний, емоційний) та його ознаки. Інтенсивність стресу. Особливості реагування організму людини на травматичні умови. Механізми психологічного захисту людини. Типи реакцій людини на стресові та травматичні події: емоційна, поведінкова, когнітивна (інтелектуальна), фізіологічна. Основні стратегії захисту: «Бий!» («Нападай!»); «Тікай!»; «Замри!». Нормативно-правові документи, що регулюють питання надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу педагогічними працівниками: Постанова Кабінету Міністрів України від 21.08.2019 р. № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників»; Лист МОН від 04.04.2022 № 1/3872-22 «Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій»».

#### Тема 1.2. Загальна характеристика психологічної підтримки учасників освітнього процесу ЗДО

Психологічна підтримка та її види: комунікативна (вислуховування, уточнення, інтерес), тілесна (підтримуючі дотики, обійми, погладження), емоційна (співчуття, співпереживання, розуміння емоцій, підбадьорювання), фізична (фізичний супровід «рука в руці», прояв турботи, піклування про здоров'я та благополуччя), ділова (підтримка справою (наприклад, показ виконання вправ для зняття напруження), сприяння налагодженню соціальних зв'язків, допомога у побутових справах, надання послуг), інформаційна (надання необхідної інформації, порад, рекомендацій).

Принципи психологічної підтримки учасників освітнього процесу ЗДО: добровільність; професійна компетентність та відповідальність; принцип «не нашкодь»; індивідуальний підхід та врахування вікових особливостей; доступність; людиноцентризм та партнерство; конфіденційність; дотримання норм професійної етики; чесність; об'єктивність; неупереджене та безоціночне ставлення; повага до етнокультурних та гендерних особливостей; позитивність.

Основні завдання психологічної підтримки: зняття емоційної напруги, усунення гострого психологічного болю, допомога у збереженні контакту з реальністю, включення мислення для здатності аналізувати ситуацію, пошук ресурсів для виходу із складної ситуації.

Основні напрями психолого-педагогічної підтримки учасників освітнього процесу у ЗДО: надання першої психологічної допомоги; емоційно-фізична підтримка дітей, зокрема, під час перебування в укриттях; психологічне розвантаження дітей протягом дня; психолого-педагогічний супровід дітей і батьків із родин ВПО, військовослужбовців та Захисників України; психолого-педагогічний супровід дітей з особливими освітніми потребами та їхніх батьків; психолого-педагогічний супровід дітей та батьків в адаптаційний період та при переході до школи; інформаційний та методичний супровід освітнього процесу у ЗДО; емоційно-психологічна підтримка педагогів та запобігання професійному вигоранню.

Алгоритм надання психологічної підтримки: встановлення контакту (візуального – очі на рівні очей, комунікативного – бажання говорити); задоволення фізичних потреб (зручне та безпечне місце, вода, їжа, інформація); забезпечення комунікаційного комфорту (не поспішати, витримувати паузи, використовувати м'яку неквапливу мову, відкриті пози та жести); визначення проблеми (уважне вислуховування, уточнення); розділення емоцій, виявлення емпатії та розуміння (*Що Ви відчуваєте у цій ситуації? Що Ви зараз відчуваєте, розповідаючи про це? Ви, мабуть, відчуваєте злість/образу/вину... Коли я Вас слухаю, я відчуваю смуток. А що відчуваєте Ви? тощо*); сумісний пошук ресурсів або ухвалення рішення (*Що плануєте робити далі? Як, на Вашу думку, інші люди чинять у подібних ситуаціях? Що б Ви порадили іншим на своєму місці? Чи були Ви раніше у подібних ситуаціях? Що допомагало? Що може допомогти зараз? Де Ви можете взяти потрібні ресурси? тощо*); пропозиція допомоги (*Я можу Вам ще якось допомогти, крім психологічної підтримки? Можливо, Ви чекаєте на якусь пораду? Ви хочете почути мою думку з цього приводу? Чи можу я з Вами поділитися своєю ситуацією, як я вчинив, можливо знайдете у моєму досвіді щось для себе корисне? тощо*).

Техніки активного слухання при наданні психологічної підтримки: уточнення, пауза, повторення, перефразування, логічний наслідок, відлуння, заохочувальні репліки, відкриті питання, резюмування, невербальні сигнали, вербалізація емоцій (*Я розумію, що це викликає розчарування*). Бар'єри активного слухання при наданні психологічної підтримки: упередженість та забобони, миттєва пропозиція розв'язання проблеми, переривання розмови, різка зміна теми розмови.

Типові помилки при наданні психологічної підтримки: переведення розмови «на себе» (*у мене колись також так було*), знецінення ситуації та почуттів (*нічого страшного, все минеться, у людей є проблеми побільше*), пропонування відразу свого бачення вирішення питання (*вам потрібно ...*), нав'язування своєї думки (*найкраще зробити так, як я...*), повчати (*а я тобі казала..., сам винен, наступного разу не будеш так робити*), негативна оцінка та критика (*я розумію, але й ти в цій ситуації зробив не правильно*).

### **Тема 1.3. Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу ЗДО**

Відмінність психологічної підтримки від психологічної допомоги (психологічна допомога здійснюється фахівцями, психологічна підтримка не потребує спеціальних знань). Перша психологічна допомога (ППД). Основні принципи надання ППД: спостерігати, слухати та спрямовувати. Алгоритм надання ППД. Протоколи надання першої психологічної допомоги під час переживання негативних психічних реакцій та станів: агресивна поведінка, ступор, апатія, рухове збудження, дезорганізація, страх, паніка, нервово тремтіння, галюцинаторні переживання та марення, плач, істерика, горе тощо.

### **Тема 1.4. Педагоги ЗДО як суб'єкти надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу**

Професійні компетентності вихователя ЗДО відповідно Професійного стандарту, що дозволяють надавати психологічну підтримку учасникам освітнього процесу ЗДО. Місце психологічної підтримки в структурі трудових функцій педагога ЗДО.

Комунікація як засіб надання психологічної підтримки. Техніки активного слухання. Вербальні та невербальні засоби комунікації. Профілактика конфліктних ситуацій. Стратегії вирішення конфліктів. Розпізнавання та запобігання проявам насильства.

Сприятливий психологічний мікроклімат ЗДО. Методи покращення психологічного мікроклімату. Ефективна взаємодія педагога з психологом ЗДО. Перенаправлення учасників освітнього процесу до психолога у разі виникнення потреби в більш професійній допомозі. Ресурси для забезпечення якісної психологічної підтримки.

Емоційна стабільність як професійно важлива властивість особистості педагога. Емоційне вигорання педагога. Методи та прийоми психологічної самопомоги.

## **МОДУЛЬ 2**

### **ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ УЧАСНИКАМ ОСВІТЬОГО ПРОЦЕСУ ЗДО**

#### **Тема 2.1. Зміст психологічної підтримки дітей дошкільного віку в умовах ЗДО**

Психофізіологічні реакції дитини дошкільного віку на стрес. Ознаки стресового стану дитини: поганий сон, зміна апетиту, швидка втомлюваність, розгубленість, забудькуватість, відсутність упевненості, занепокоєність, непосидючість, вразливість, плаксивість, агресія, впертість, кривляння, острах контактів, прагнення до усамітненості, труднощі в дотриманні дисципліни, нав'язливі рухи, гризіння або смоктання чогось,

тремтіння кінцівок, розлади пам'яті, уяви, слабка концентрація уваги, втрата інтересу тощо. Панічні атаки у дітей.

Основні напрями надання психологічної підтримки дитині дошкільного віку: страх та тривога через військові дії або надзвичайні ситуації; розлука з батьками; втрата батьків або близької людини; розлука з друзями через зміну місця перебування; страх за власне здоров'я та життя; адаптація до нового соціального оточення та умов ЗДО; хвилювання під час перебування в укриттях; непорозуміння з батьками або членами родини; конфліктні ситуації з однолітками; емоційна нестабільність; перехід до наступної освітньої ланки та ін. Психологічні потреби дитини: почуття безпеки, любов і прийняття, комунікація, гра, самостійність, дослідження. Особливості психологічної підтримки дітей різних категорій: діти, що пережили травмуючі події (травма-інформований підхід – урахування можливого травматичного досвіду); діти з родин внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО); діти з особливими освітніми потребами (далі – ООП); діти в період адаптації до умов ЗДО; діти з родин, що перебувають у складних життєвих обставинах; діти які переживають гострий стрес або травму.

Алгоритм надання психологічної підтримки дітям дошкільного віку в умовах ЗДО: встановлення контакту (очі дорослого на рівні очей дитини), заспокоєння та стабілізація (техніки та прийоми стабілізації), додаткове інформування ((за потреби) чому так відбувається, чому не варто цього боятися, страх – це нормальна емоція, як інші справляються з таким страхом або тривогою тощо), розділення емоцій, пошук шляхів виходу із ситуації, пропозиція допомоги.

Реагування педагога на виявлення випадків насильства або жорстокого поводження з дитиною: повідомлення керівництва закладу (усно та письмово); спостереження за поведінкою дитини та батьків; підвищення інформаційно-просвітницької роботи з батьками; запрошення на групові форми взаємодії з батьками представників територіального підрозділу Служби у справах дітей, поліції та ін.. Чого не можна робити: замовчувати виявлені факти жорстокого поводження з дитиною або реальної загрози вчинення насильства над нею; самотужки вирішити проблему, оскільки це може призвести до порушення законодавства та бути небезпечним. Нормативне регулювання питання: методичні рекомендації щодо виявлення, реагування на випадки домашнього насильства і взаємодії педагогічних працівників із іншими органами та службами.

## **Тема 2.2. Форми і методи психологічної підтримки дітей дошкільного віку**

Форми надання психологічної підтримки дітям дошкільного віку: за кількістю осіб: індивідуальна, підгрупова, групова; за способом дії: безпосередня (спілкування з дитиною), опосередкована (дитина не хоче спілкуватися, педагог розповідає іншим дітям про схожу проблему, замінюючи учасників події на інших або персонажів казок, звірів та



обговорює шляхи її вирішення. Дитина може не брати участі в обговоренні, але чує); за способом комунікації: усна (вислуховування, діалог, заспокоєння, підбадьорювання, порада), візуальна (візуальний контакт, заспокійливий погляд, усмішка, підморгування, кивання, заспокійливі жести та міміка тощо), за допомогою малюнків (дитині важко або не хочеться говорити, можна малювати різні аспекти того, що трапилось, що її турбує).

Засоби надання психологічної підтримки дітям: вербальна та невербальна комунікація; мистецтво; гра та іграшки, зокрема, іграшки-антистрес, матеріали для моделювання; література; контакт із турботливим дорослим; довіра; приємна активність; позитивний контакт з однолітками; позитивне мислення; щоденна рутинна та ритуали.

Техніки та прийоми стабілізації психоемоційного стану дитини: дихальні техніки, тілесні техніки, артприйоми, психогімнастика, вправи на зняття м'язового напруження, казкотерапія, музика, співи та танці, релаксація.

Ігрові методи психологічної підтримки дітей: ігри рольові, сюжетні, театралізовані, рухливі, пальчикові, ігри з водою та піском, ігри з конструктором та будівництва «хатинок» тощо.

Стабілізація психоемоційного стану дітей під час ранкової зустрічі, вечірнього кола. Використання методики «Лялька-персона», елементів СЕЕН для психологічної підтримки дітей. Методики розвитку емоційного інтелекту у дітей.

Засоби профілактики психологічного напруження дитини: дотримання розпорядку дня, що відповідає віку дитини, організація повноцінної рухової активності, правильна організація дитячого сну та харчування, проведення водних процедур та загартування дітей, розвиток емоційного інтелекту, організація активностей з урахуванням провідного виду діяльності, надання права вибору, запобігання інформаційному перенавантаженню, комфортне середовище тощо.

### **Тема 2.3. Психологічна підтримка батьків дітей дошкільного віку**

Аналіз основних питань, що можуть викликати потребу батьків у психологічній підтримці: стресовий стан через воєнні дії (сирена, вибухи); хвилювання за дитину через воєнні дії; хвилювання за когось із рідних, близьких через воєнні дії; сум за втратою близької людини; сум через відсутність когось із рідних; сум через розлуку з рідними, друзями; сум через переїзд до іншого населеного пункту, руйнування житла, виселення з будинку; стресовий стан через складні умови проживання у сім'ї; хвилювання через перехід дитини до школи або перехід до нової школи; непорозуміння з персоналом ЗДО; непорозуміння з близькими; емоційне виснаження через піклування та догляд за дитиною, зокрема з ООП; хвилювання через хворобливість дитини; хвилювання через порушення сну/харчування у дітей; емоційне виснаження через необхідність піклування

про багатодітну родину; тривога через стихійні лиха та техногенні катастрофи тощо.

Форми надання психологічної підтримки батькам дітей дошкільного віку: за кількістю осіб: індивідуальна, підгрупова, групова; за способом комунікації: усна (вислуховування, діалог, заспокоєння, підбадьорювання, порада), візуальна (візуальний контакт, заспокійливий погляд, усмішка, кивання, заспокійливі жести тощо), графічна (опис ситуації, інструкції, картки із вправами для зняття емоційної напруги у батьків та дітей тощо), за способом організації: батьківські збори, консультації, щоденні індивідуальні бесіди, спілкування за допомогою цифрових застосунків, майстер-класи.

Засоби надання педагогами психологічної підтримки батькам дітей дошкільного віку в умовах ЗДО: вербальна та невербальна комунікація, література, інформаційна продукція (брошури, ліфлети, стенди тощо), сумісна позитивна діяльність, мобільні додатки, артприйоми тощо.

Техніки та прийоми надання педагогами психологічної підтримки батькам дітей дошкільного віку в умовах ЗДО: техніки релаксації та антистресові техніки; перенаправлення; соціально-психологічні тренінги; групи підтримки; психологічні практикуми; комунікація, вислуховування, уточнення; співпереживання, розуміння емоцій; поради, рекомендації; спільна розробка програми розвитку особистості або подолання стресової ситуації.

Групи підтримки для батьків: створення простору для обміну досвідом та емоційної підтримки. Метод «рівний-рівному» для психологічної підтримки батьків, які мають статус ВПО, піклуються про дітей з ООП, мають багатодітні родини та ін..

Ефективні способи спілкування з батьками. Педагогічний такт, неприпустимість втручання у життя родини. Партнерська взаємодія вихователя та батьків для надання психологічної підтримки дітям.

#### **Тема 2.4. Психологічна підтримка педагогічних працівників ЗДО**

Ключові напрями психологічної підтримки педагогічних працівників ЗДО: стресовий стан через воєнні дії (сирена, вибухи); хвилювання за когось із рідних, близьких через воєнні дії; хвилювання якщо чоловік/дружина військовий; сум за втратою близької людини; сум через відсутність когось із рідних; сум через розлуку з рідними, друзями; сум через переїзд до іншого населеного пункту, руйнування житла, виселення з будинку; хвилювання при виконанні професійних обов'язків під час надзвичайних ситуацій; непорозуміння з персоналом ЗДО; непорозуміння з батьками вихованців; емоційне виснаження вихователя інклюзивної групи; професійне вигорання; хвилювання через власну хворобу; тривога через стихійні лиха та техногенні катастрофи тощо.

Стрес та професійне вигорання. Ознаки професійного вигорання: психофізичні, соціально-психологічні, поведінкові. Фактори, які впливають

на професійне вигорання. Саморегуляція та управління емоціями. Емоційний інтелект педагога. Стрес-менеджмент: техніки управління стресом у кризових умовах, профілактика вигорання.

Співпраця з колегами у контексті психологічної підтримки. Соціальні навички та комунікація. Самопізнання та саморозвиток педагога.

Форми надання психологічної підтримки педагогам: за кількістю осіб: індивідуальна, підгрупова, групова; за способом комунікації: усна (вислуховування, діалог, заспокоєння, підбадьорювання, порада), візуальна (візуальний контакт, заспокійливий погляд, усмішка, кивання, заспокійливі жести тощо), за способом організації: щоденні товариські або професійні індивідуальні бесіди, спілкування за допомогою цифрових застосунків, майстер-класи, тренінги.

Засоби психологічної підтримки педагогічних працівників: спілкування (можливість виговоритися), мистецтво, література, спорт, природа, позитивна діяльність, хобі тощо.

Техніки релаксації та стрес-менеджменту. Розпізнавання та вираження емоцій (вправи на ідентифікацію та назву емоцій, розвиток емоційного інтелекту).

Техніки зняття емоційної напруги: отримання додаткової інформації, що знімає невизначеність ситуації; розробка запасної стратегії досягнення мети на випадок невдачі; відкладання на якийсь час досягнення мети; фізична розрядка; слухання музики; написання листа, запис у щоденнику (записувати в порядку зменшення значущості усі негативні наслідки події).

Техніки релаксації та управління стресом (дихальні вправи, візуалізація, релаксаційні вправи). Розвиток навичок саморегуляції (вправи на розвиток самоконтролю та управління своїми емоціями). Розвиток навичок спілкування (вправи на встановлення контакту, ведення діалогу, вирішення конфліктних ситуацій). Співпраця та командна робота (ігри та завдання, які розвивають навички співпраці та взаємодопомоги). Емпатія та розуміння інших (вправи на розвиток емпатії та здатності бачити ситуацію з іншого погляду).

### Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин				
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Підсумковий тест	Усього
<b>МОДУЛЬ 1. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗДО: ЗМІСТ ТА ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ</b>					
Тема 1.1. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу ЗДО як потреба часу	2	-	2	-	4
Тема 1.2. Загальна характеристика психологічної підтримки учасників освітнього процесу ЗДО	2	-	-	-	2
Тема 1.3. Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу ЗДО	-	2	2	-	4
Тема 1.4. Педагоги ЗДО як суб'єкти надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу	-	2	-	-	2
<i>Усього за модулем</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	<i>4</i>		<i>12</i>
<b>МОДУЛЬ 2. ЗМІСТ ТА ОСОБЛИВОСТІ НАДАВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ УЧАСНИКАМ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗДО</b>					
Тема 2.1. Зміст психологічної підтримки дітей дошкільного віку в умовах ЗДО	2	-	2	-	4
Тема 2.2. Форми і методи психологічної підтримки дітей дошкільного віку	-	2	2	-	4
Тема 2.3. Психологічна підтримка батьків дітей дошкільного віку	2	2	-	-	4
Тема 2.4. Психологічна підтримка педагогів ЗДО	2	2	-	-	4
<i>Разом за модулем</i>	<i>6</i>	<i>6</i>	<i>4</i>	-	<i>16</i>
<b>Підсумкові заходи</b>	-	-	-	2	2
<b>Усього</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>30</b>

### Список рекомендованої літератури

1. Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій. Лист МОН від 04.04.2022 № 1/3872-22. URL: <https://drive.google.com/file/d/1kVcSfcJIWczDYdnGZ3w5nkMjt3I5eeel/view?usp=drivesdk>
2. Назаренко Т. Перша психологічна допомога. Посібник URL: <https://era-ukraine.org.ua/posibnyk-persha-psykholohichna-dopomoha/>
3. Психосоціальна підтримка в кризовій ситуації : методичний посібник для педагогів / С. Богданов, О. Залеська. — К. : Пульсари. — 2018. — 76 с. URL: <https://is.gd/AAFFy2>
4. Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу. Навчально-методичний посібник. / Андрєєнкова В. Л., Войцях Т. В., Гриців І. П., Мельничук В. О., Сабліна Н. О., Флярковська О. В., Харківська Т. А. – К., 2023. – 149 с. URL: <https://drive.google.com/file/d/1EK88eiXsT-7rOuRQasYiRT6s6YagcbIz/view>

### *Додаткова література*

1. Інформаційні ресурси по темі психологічної допомоги в часі війни. Центр здоров'я та розвитку "Коло сім'ї". URL: <https://k-s.org.ua/resources/coping-war/>
2. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навчально-методичний посіб. - Київ : НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. - 208 с. URL: [https://drive.google.com/file/d/1\\_HGVS3nkX4Aorr\\_OdILe1xXeiywJ-Mjt/view](https://drive.google.com/file/d/1_HGVS3nkX4Aorr_OdILe1xXeiywJ-Mjt/view)
3. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців — Київ, 2023. 164 с. URL: <https://drive.google.com/file/d/1Sw5HdJ8gphNGxziawvcEc-ta5Iah1PQe/view>
4. Перша психологічна допомога : посібник для працівників на місцях. — Київ : Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. — 64 с. URL: <https://drive.google.com/file/d/18wbvcMc3i6h4hdXPI-66QZVaPmL6tyH/view>
5. Психологічна підтримка для дошкільнят. Методичний посібник. ГО "Академія освітніх ініціатив". Україна - Польща. 2023. 170 с. URL: <https://drive.google.com/file/d/1PaYp9XVINkTwHs8CgaZKUpJTc22nl6Ri/view>
6. «Психологічна хвилинка» (вправи для зняття психоемоційного напруження). Методичний посібник. Мельничук В., Флярковська О., Черниш О., Чуприна О. 2022. 86 с. URL: [https://drive.google.com/file/d/1zR8dYaN\\_RMewyhZXaScQrivGahuvZK\\_B/view](https://drive.google.com/file/d/1zR8dYaN_RMewyhZXaScQrivGahuvZK_B/view)

7. Я (практикую) СЕЕН. Посібник для роботи з батьківством: навч.-метод. посібник / О. Дегтярєва, Т. Дрожжина, Г. Калужна та ін.; за заг. ред. О. Елькіна, О. Маруценка, О. Масалітіної. — Київ: Видавничий дім «Перше вересня», 2021. 64 с. URL: <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/POSIBNYK-dlya-roboty-z-batkivstvom-VEB.pdf>

8. Як підтримати наших дітей у зіткненні з викликами війни. Порадник для батьків. Центр здоров'я та розвитку «Коло сім'ї». 2023. 33 с. URL: <https://drive.google.com/file/d/1SaCzOFwkbaCuO3AUd0NKp8-glykwdp1x/view>

**В. о. генерального директора  
директорату дошкільної та  
інклюзивної освіти**



**Алевтина ЛОТОЦЬКА**