

На виконання протоколу засідання Міжвідомчої координаційної ради з питань охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України від 10 травня 2023 року, листа Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти» 21/08–479 від 29.03.2023 «Про Всеукраїнську програму ментального здоров'я «Ти як?» Комунальний вищий навчальний заклад «Харківська академія неперервної освіти» надає інформацію про успішний досвід та пропозиції щодо забезпечення заходів із психосоціальної підтримки громадян України у Харківській області за лютий 2026 року.

До пункту 5. Забезпечити активну участь та всебічну підтримку і комунікацію Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?».

Центром практичної психології, соціальної роботи та здорового способу життя КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти» проведено наступні заходи:

- **13 лютого 2026 року** - вебсемінар за темою «Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу під час дистанційної форми навчання» відповідно до програми педагогічної майстерні класного керівника у межах реалізації хабу «Безпечна школа» регіонального проєкту «Освітній технопарк Харківщини – 2030», взяли участь **53** особи;

- **19.02.2026** - онлайн-консультацію для педагогів закладів освіти Харківської області та м. Харкова за темою «Підтримка ментального здоров'я: досвід педагогів Харківщини з реалізації Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?»», взяли участь **82** особи;

- **24.02.2026** - вебсемінар за темою «Травма та стрес під час війни: принципи взаємодії з постраждалими та перша психологічна допомога» за програмою воркшопу «Практики психосоціальної підтримки всіх учасників освітнього процесу», взяли участь **25** осіб.

До пункту 7. Щомісяця надавати інформацію про успішний досвід та пропозиції щодо забезпечення заходів із психосоціальної підтримки громадян України.

Протягом лютого 2026 року працівниками психологічної служби закладів освіти Харківської області проводилась робота зі сприяння реалізації Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?».

КИЇВСЬКИЙ РАЙОН м. ХАРКОВА

Методистами відділу освітнього менеджменту у лютому 2026 року в режимі онлайн на платформі Google Meet в межах районного методичного об'єднання проведено районний вебінар для практичних психологів ЗДО за темою «Робота практичного психолога з емоційною сферою дошкільнят», в ході якого своїм досвідом ділилася Собакар О., практичний психолог комунального закладу «Заклад дошкільної освіти (ясла-садок) № 4 Харківської міської ради» .

24.02.2026 у онлайн-форматі на платформі Zoom відбулася панорама методичних знахідок практичних психологів за темою «Організація роботи практичного психолога щодо формування мотивації учнів до навчання як умови активізації пізнавальної діяльності». для практичних психологів ЗЗСО

міста, яку організували фахівці Координаційного центру психологічної служби системи освіти міста Харкова. Від Київського району модератором інтерактивної частини та групової роботи виступала Шевцова Ірина Іванівна, практичний психолог Харківського ліцею № 158 Харківської міської ради. Цими заходами охоплено **32** фахівця психологічної служби закладів освіти району.

З учнями проведено наступні заходи: години спілкування, заняття, години психолога/соціального педагога, за різноманітною тематикою: «Я керую емоціями», «Моє життя тут і зараз», «Свідомість, емоції, поведінка: як керувати собою», «Безпека в Інтернеті», «Кібербулінг, правила безпеки», «Стилі спілкування», «Дбай про себе: маленькі кроки до великого спокою», «Мій внутрішній баланс: як зберегти спокій і концентрацію», «Вправи на саморегуляцію при стресі», «Емоційна саморегуляція», «Формула здоров'я», «Профілактичні поради для підтримки віри в себе» тощо.

З педагогами проведено тренінги «Скриня моїх ресурсів», «Панічна атака у дорослого і дитини. Як діяти правильно?», «Внутрішня опора: як відновлювати ресурс у період невизначеності» та консультація «Підтримуюче середовище: як створювати простір довіри в родині та колективі» тощо.

З батьками здобувачів освіти проведено заходи за темами «Ментальне здоров'я та розвиток безконфліктного спілкування в родині», групові консультації для батьків «Майбутнє дітей, спокій батьків», «Як зберегти Ментальне здоров'я дітей під час війни» тощо.

Організовано вебінари/семінари для батьків «Управління проблемами +», «Позитивне батьківство», «Підлітки: інструкція зі спілкування для батьків», «Як говорити з дітьми про складні теми спокійно та без травматизації».

На засіданні батьківського клубу/Школи батьків було розглянуто тему «Підтримай своє дитя в думках».

Щомісяця на сайтах закладів освіти оновлюються інформаційні матеріал (пам'ятки, рекомендації), спрямовані на психологічну підтримку батьків.

Усього в закладах освіти району проведено:

- заходів із здобувачами освіти – **108**, охоплено – **5058** осіб;
- заходів з педагогами – **19**, охоплено – **285** осіб;
- заходів з батьками – **20**, охоплено **1636** осіб.

ОСНОВ'ЯНСЬКИЙ РАЙОН м. ХАРКОВА

Протягом лютого 2026 року практичними психологами та соціальними педагогами закладів загальної середньої та дошкільної освіти проводились різноманітні заходи: години психолога, психологічні хвилинки, бесіди, онлайн-консультації для батьків, тренінгові заняття для педагогів.

Досвід практичного психолога комунального закладу «Харківська гімназія № 7 Харківської міської ради» Єлізарової О.Е. з реалізації програми «Ти як?» презентовано на обласному рівні в межах онлайн-консультації, проведеної Центром практичної психології, соціальної роботи та здорового способу життя КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти»

Усього в закладах освіти району проведено:

- заходів із здобувачами освіти – **49**, охоплено – **2959** учнів ЗЗСО та вихованців ЗДО;

- заходів з педагогами – **21**, охоплено – **148** осіб;
- заходів з батьками – **21**, охоплено **1045** осіб.

ШЕВЧЕНКІВСЬКИЙ РАЙОН м. ХАРКОВА

В закладах освіти Шевченківського району міста Харкова практичними психологами та соціальними педагогами проведено низку заходів для педагогів, здобувачів освіти, та їх батьків: вебінари, індивідуальні та групові консультації, тренінги відповідної тематики.

Досвід соціального педагога комунального закладу «Харківський ліцей № 147 Харківської міської ради» Барановської-Стельмах Т.С. з реалізації програми «Ти як?» презентовано на обласному рівні в межах онлайн-консультації, проведеної Центром практичної психології, соціальної роботи та здорового способу життя КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти»

Усього в закладах освіти району проведено:

- заходів із здобувачами освіти – **61**, охоплено – **3153** особи;
- заходів з педагогами – **4**, охоплено – **127** осіб;
- заходів з батьками – **4**, охоплено **282** особи.

ВАЛКІВСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Протягом лютого практичними психологами закладів загальної середньої та дошкільної освіти громади було проведено різноманітні заходи: психологічні години, психологічні хвилинки для здобувачів освіти, перегляд відеороликів, групові консультації для педагогів, тренінги та групові консультації для батьків, оновлено інформаційні матеріали на сайтах закладів.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів із здобувачами освіти – **10**, охоплено – **126** осіб;
- заходів з педагогами – **5**, охоплено – **72** особи;
- заходів з батьками – **4**, охоплено **60** осіб.

ВИСОЧАНСЬКА СЕЛИЩНА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Практичними психологами закладів освіти громади проведено ряд заходів: ігри із казками «Хмаринка почуттів», «Ліхтарик добробуту», «Килимок спокою», «Коли ти...» вправи за дитячою книгою пса Патрона про емоції (для учнів початкових класів); профілактична робота з дітьми СЖО на тему «Агресія і злість»; вправи «Лимон», «Квітка» і «Кораблик на хвилях» за методикою Світлани Ройз, спрямовані на емоційну стабілізацію та зниження рівня напруги; інтерактивна гра «Ресурс усередині нас», робота із сенсотекою щодо знаходження власних сенсів, пошук натхнення на наступний рік та попередження емоційного виснаження.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів із здобувачами освіти – **26**, охоплено – **863** особи;
- заходів з педагогами – **4**, охоплено – **29** осіб;
- заходів з батьками – **3**, охоплено **47** осіб.

ДЕРГАЧІВСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

У закладах освіти громади проведено низку заходів, спрямованих на підтримку ментального здоров'я та підвищення обізнаності щодо технік

психологічної самодопомоги. А саме: заняття різної тематики («Природа та види емоцій», «Захисна парасолька», «Практики стійкості», «Моя родина – маленький світ великої турботи», «Емоції. Як полегшити власні переживання» тощо); тренінгове заняття «Менеджмент злості»; вікторина «Ментальне здоров'я: норм чи стрьом?»

Соціальний педагог комунального закладу «Дергачівський ліцей № 4» Войтова І.Ю. провела захід до Міжнародного Дня протидії булінгу для здобувачів освіти 9-12 класів (охоплено **22** особи).

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів із здобувачами освіти – **12**, охоплено – **221** особа;
- заходів з педагогами – **1**, охоплено – **40** осіб.

ЗЛАТОПІЛЬСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Комунальною установою «Центр професійної розвитку педагогічних працівників» у лютому проведено низку заходів: 6 занять-тренінгів для дівчат 16-24 років з формування психологічної стійкості «Моє життя – мій шедевр», година психолога «Секстинг. Піклуйся про свої кордони», «Ризикована поведінка підлітків», тренінг для батьків майбутніх першокласників тощо.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів для здобувачів освіти – **15**, охоплено **788** осіб;
- заходів з педагогами – **4**, охоплено – **65** осіб;
- заходів з батьками – **2**, охоплено **140** осіб.

ЗМІЙВСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Фахівцями психологічної служби громади протягом лютого 2026 року проводились години психолога «Я і мої емоції», «Психологічна гнучкість та здатність адаптуватися до змін», психологічні хвилинки «Струси тривогу», короткі ранкові зустрічі «Ти як?», обговорення ситуацій «Що допоможе від стресу?», тренінг «Моє самопочуття» тощо.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів для здобувачів освіти – **41**, охоплено **1028** осіб;
- заходів для педагогів – **19**, охоплено **219** осіб;
- заходів для батьків – **5**, охоплено **147** осіб.

ІЗЬОМСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Фахівцями психологічної служби ліцеїв Ізюмської міської ради в межах реалізації Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» проведено низку заходів, ключовими напрямками яких є ментальне здоров'я та саморегуляція («Моє внутрішнє Сонечко», «Щоденник перемог», «Ресурсна скриня»), соціальна згуртованість та підтримка (командні тренінги «Парашут» та кейс-стаді для випускників щодо збереження ментального здоров'я під час навчальних навантажень), кібербезпека та цифрова гігієна (розроблено пам'ятки «Супергерой інтернету», «Твоя безпека у мережі») та проведено виховні години про критичне споживання контенту й захист персональних даних.

З батьками організовано просвітницьку роботу через месенджери та консультування педагогів.

З педагогічними працівниками проводились онлайн-консультації (за запитом).

Досвід практичного психолога Ізюмського ліцею №10 Стальної Н.В. з реалізації програми «Ти як?» презентовано на обласному рівні в межах онлайн-консультації, проведеної Центром практичної психології, соціальної роботи та здорового способу життя КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти»

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **15**, охоплено **771** особа;
- заходів з батьками – **3**, охоплено **458** осіб.

КЕГИЧІВСЬКА СЕЛИЩНА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

В закладах освіти Кегичівської селищної ради протягом лютого 2026 року проведено заняття «Уроки Турботи» (для здобувачів освіти 3 класів – охоплено **20** осіб), дискусія «Стрес і як з ним впоратися» (для здобувачів освіти 8-9 класів – охоплено **18** осіб), заняття з елементами тренінгу «Стресостійкість та емоційна стабільність» (для здобувачів освіти 10 класу – охоплено **10** осіб), челендж «Крила впевненості» (охоплено – **11** учнів та **11** батьків).

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів для здобувачів освіти – **5**, охоплено **69** осіб;
- заходів для педагогів – **1**, охоплено **8** осіб;
- заходів для батьків – **2**, охоплено **11** осіб.

КОЛОМАЦЬКА СЕЛИЩНА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Протягом лютого 2026 року в закладах освіти громади проведено заходи, спрямовані на підвищення компетенції учнів та педагогічних працівників щодо збереження й підтримки ментального здоров'я. До Дня безпечного Інтернету з учнями ліцеїв проведено виховні години з профілактики комп'ютерної залежності та випадків Інтернет-шахрайства: «Мережа безпечних пригод» (для здобувачів освіти 1-4 класів, охоплено **220** осіб), «Кібербулінг: як зупинити?» (для здобувачів освіти 5-7 класів, охоплено **180** осіб), «Цифрова гігієна: збережи свій інформаційний простір» (для здобувачів освіти 8-11 класів, охоплено **155** осіб), «Дитина у віртуальному просторі», «Комп'ютерна залежність» (для здобувачів освіти – охоплено **350** осіб), для педагогів – охоплено **20** осіб).

З педколективами ліцеїв працівниками психологічної служби у співпраці з представниками міжнародного соціального фонду «Terre des hommes» проведено тренінгові заняття на релаксацію, зняття м'язового та нервового напруження, вивчення технік для подолання стресу (охоплено **85** осіб).

Проведено низку заходів щодо емоційної підтримки дітей та батьків на основі книги пса Патрона «Коли ти...» (охоплено **450** учнів);

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів для здобувачів освіти – **5**, охоплено **69** осіб;
- заходів для педагогів – **1**, охоплено **8** осіб;
- заходів для батьків – **2**, охоплено **11** осіб.

КРАСНОКУТСЬКА СЕЛИЩНА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Психологічною службою закладів освіти громади в лютого 2026 року було проведено:

- години психолога: «Тиск однолітків: як сказати «ні» (для здобувачів освіти 7 класів, охоплено **14** осіб), «Як сказати про свої почуття» (для здобувачів освіти 6 класів, охоплено **14** осіб), «Я і мої емоції: вчимося розуміти себе» (для здобувачів освіти 1-2 класів, охоплено **20** осіб), «Як знайти друзів?» (для здобувачів освіти 4 класів, охоплено **18** осіб);
- бесіда з елементами техніки психоемоційного розвантаження «Вплив стресу на людину» (для батьків здобувачів освіти 1-3 класів, охоплено **28** осіб);
- індивідуальні відеоконсультації для батьків «Що таке панічна атака? Як допомогти дитині у разі її появи?» та «Як екологічно проживати негативні емоції (охоплено **4** особи);
- тренінг для педагогічних працівників «SPA-салон релаксу: турбота про себе – запорука гармонії», (охоплено **15** осіб);
- заняття з психоемоційного, психосоціального розвантаження, соціальної згуртованості, зняття напруги, вправи-руханки.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **15**, охоплено **760** осіб;
- заходів з педагогами – **6**, охоплено **117** осіб;
- заходів з батьками – **8**, охоплено **894** особи.

ЛОЗІВСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

В Лозівській міській територіальній громаді фахівцями психологічної служби системи освіти продовжується реалізація проєктів, спрямованих зокрема і на підтримку ментального здоров'я учасників освітнього процесу.

Фахівцями МЦППіСР УОМС Поповою Н. та Левшиною О. проведено:

- 06.02.2026 дискусійне коло «Медіаграмотність – вимога часу» для фахівців психологічної служби системи освіти;
- 26.02.2026 для фахівців психологічної служби системи освіти презентовано досвід «Хібуки як терапевтичний інструмент роботи з дітьми».

На блозі Центру у розділі «Марафон ресурсної підтримки» діє вкладка «Психологічні лайфхаки: бери та дій» https://mcppisr-loz.blogspot.com/p/blog-page_29.html.

Досвід практичного психолога комунального закладу «Лозівський ліцей №1» Лозівської міської ради Харківської області Трачук Л.А. з реалізації програми «Ти як?» презентовано на обласному рівні в рамках онлайн-консультації, проведеної Центром практичної психології, соціальної роботи та здорового способу життя КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти»

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **60**, охоплено **1510** осіб;
- заходів з педагогами – **29**, охоплено **1014** осіб;
- заходів з батьками – **42**, охоплено **5630** осіб.

ЛЮБОТИНСЬКА МІСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Практичними психологами закладів освіти громади у лютому 2026 року проведено тренінгові заняття «Як впоратись зі стресом», «Кольори мого

настрою», «Я маю право!», «Як навчитися не ображатися?», «Дерево сили, що мене підтримує», тренінг «Я і колектив», диспут «14 лютого: свято чи буденність?», лекції за темами «Мотивація до навчання» та «Як впоратись зі стресом» для педагогічних працівників та батьків.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **12**, охоплено **281** особа;
- заходів з педагогами – **3**, охоплено **47** осіб;
- заходів з батьками – **3**, охоплено **47** осіб.

НАТАЛИНСЬКА СІЛЬСЬКА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Практичними психологами закладів освіти громади у лютому 2026 року проводились індивідуальні та групові консультації для педагогічних працівників та батьків, психологічні хвилинки, тренінги, години психолога для здобувачів освіти.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **16** охоплено **159** осіб;
- заходів з педагогами – **7**, охоплено **347** осіб;
- заходів з батьками – **3**, охоплено **227** осіб.

САХНОВЩИНСЬКА СЕЛИЩНА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Фахівцями психологічної служби громади протягом лютого 2026 року проводились психологічні хвилинки «Долонька», «Кишення першої допомоги», «Паперовий безлад», дихальні вправи «Мандрівники», «Метелик», години спілкування «Стрес та тривога: як з ними впоратись у сучасних умовах», «Обери здоров'я, не піддавайся спокусі», заняття «Казка про дружбу та взаємодопомогу», «Чому я злюсь», «Корисні звички» тощо.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **9** охоплено **290** осіб;
- заходів з батьками – **2**, охоплено **240** осіб.

СЛОБОЖАНСЬКА СЕЛИЩНА ТЕРИТОРІАЛЬНА ГРОМАДА

Фахівцями психологічної служби громади протягом лютого 2026 року проведено різноманітні заходи: години психолога, години спілкування, дискусії, заняття, бесіди, індивідуальні та групові консультування, онлайн-тренінги, інформаційна підтримка тощо.

Усього в закладах освіти громади проведено:

- заходів зі здобувачами освіти – **26** охоплено **495** осіб;
- заходів з педагогами – **8**, охоплено **71** особа;
- заходів з батьками – **2**, охоплено **24** особи.