

**Focus groups interviews report**

**Звіт про проведення фокус-групових обговорень**

**Тестування Концепції школи, чутливої до психічного здоров’я**

Проведено:

* 12 фокус-груп (по 2 групи 15, 16, 30, 31 серпня, 8, 9 вересня 2022) серед представників Львівської, Рівненської, Дніпропетровської, Чернівецької та інших областей.

Фокус-групи:

1. Вчителі - 18 осіб
2. Шкільні психологи та соціальні педагоги - 24 особи
3. Представники шкільної адміністрації - 9 осіб
4. Школярі (старша школа) - 17 осіб

Попередньо всі учасники отримали проєкт концепції школи, чутливої до психічного здоров’я до ознайомлення.

Тривалість проведення фокус-групи - близько 90 хв.

Орієнтовна структура фокус-групи:

1. Вступ, знайомство учасників, правила роботи - 10 хв
2. Уточнення мети зустрічі, актуалізація проблеми з учасниками - 10 хв
3. Робота з проєктом концепції, обговорення кожного розділу (можливо у групах, з подальшим обміном думками) - 60 хв
4. Підбиття підсумків, рефлексія - 10 хв

**Загальні висновки**

Більшість учасників фокус-груп сприйняли проєкт концепції позитивно, висловилися за необхідність її розробки та впровадження у школах. Актуальність проблеми є однозначною для всіх груп, особливо в умовах війни та життя в постійному стресі.

Основні ризики пов'язані саме з процесом впровадження концепції на місцях, оскільки для цього будуть потрібні додаткові ресурси (додатковий персонал, підвищення кваліфікації існуючого персоналу та ін.).

Піраміда психічного здоров'я у школі усіма групами була сприйнята добре, підхід більшості учасників був зрозумілий.

Серед документів, які можуть лежати в основі піраміди, найчастіше називалися: Статут, Стратегія розвитку, Програма. Також висловлювалися побоювання, щоб цей документ не залишився тільки на папері, а був дійсно доведений до впровадження. Цьому могло б сприяти затвердження концепції у МОН та “спускання” її до шкіл.

Щодо окремих граней піраміди, досить багато питань висловлено щодо визначення окремих цільових груп, та можливих ризиків з цього приводу (булінг та ін.). Психологи потребуватимуть більш чітких інструкцій з цього питання. Також обговорено чимало пропозицій щодо розширення переліку ключових осіб.

Найбільше дискусій викликало питання впровадження концепції, а також тих кроків, які необхідно здійснити в найближчому майбутньому. Найчастіше учасники говорили про необхідність навчання вчителів навичкам самоменеджменту при стресі, для запобігання вигоранню. Також найгарячішими питаннями є робота в критичних ситуаціях, перша психологічна допомога, додаткові матеріали для зменшення тривожності, запобігання паніці, управління стресом у військовий час. Потребують уваги питання роботи з ВПО, з учнями, що перебувають на онлайн-навчанні.

Всі учасники були досить одностайними щодо актуальності і необхідності впровадження концепції, та в той же час часто говорили про необхідність додаткового тестування та затвердження її на рівні МОН.

З більш детальними висновками можна ознайомитися нижче.

**Висновки щодо проєкту концепції:**

**Чи була у вас можливість ознайомитися з документом, проєктом Концепції?**

Група 1 Вчителі:

* Опрацювали не все.
* Частково.
* Поверхнево.
* На жаль, ні.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Частково.
* Ні.
* Не повністю.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Так.
* Частково, по діагоналі.
* Ні.

Група 4 Школярі (старша школа):

* Так.
* 50/50, частково.
* Так, але мало що зрозуміло.
* Ні.

**Мета, завдання та візія. Які 1-3 пункти ви б додали до завдань? (Подумати самому 1 хв, в групах по 3 хв, загальна презентація від кожної групи - 2 хв)**

**Загальні висновки з даного питання:**

Більшість вчителів вважає, що питанням психічного здоров'я в школі мають займатися психологи. Також вчителі висловлюються за посилення психологічної підтримки саме для викладачів. Частина учасників висловила потребу краще знати дитину, коли вона приходить до школи, та її родину.

Психологи розуміють важливість впровадження Концепції, та разом з тим сумніваються в можливостях її імплементації. Вони висловлюють побоювання, що через дуже високий рівень завантаженості на впровадження чогось нового не матимуть ані часу, ні мотивації. Щоб нова концепція дійсно стала робочою, мають об'єднатися всі учасники навчального процесу, від директора школи до батьків школярів.

Представники шкільної адміністрації висловлюються за важливість психологічної підтримки вчителів, в першу чергу. Також пропонують розглядати можливість розширення штату психологів, бо одного фахівця на школу замало. Директорів шкіл також турбує питання співпраці з МОН, адже не всі питання школа може вирішувати/змінювати самостійно.

З школярами було обговорено проблеми, з якими вони найчастіше стикаються в школі. Найчастіше учні згадували проблему булінгу, як з боку дітей, так і з боку вчителів. Ця ж проблема найчастіше адресується під час проведення різноманітних заходів у школі. Крім того, школярі говорили про нерівність в класах, перенавантаження від навчання, відсутність або недостатню кваліфікацію шкільного психолога. Ті заходи, які наразі проводяться в школах, діти здебільшого не сприймають серйозно.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Ми бачимо психологічні проблеми, але ми більше зосереджені на нашій роботі, на викладанні свого предмету
* Як подолати цю проблему - мають займатися психологи (“просто переводимо стрілки на них”), переводимо проблему на адміністрацію, на психологів
* Ви врахували все, все включено, мабуть
* Бажано щоб були розроблені анкети, щодо визначення емоційного стану школярів, різних вікових категорій, щоб було більше різних анкет, щоб психолог міг виявити проблеми в класі
* Пропонуємо внести в Статут школи пункт про психічне здоров'я, щоб сам педагогічний працівник був захищений, щоб ми розуміли, в якому він стані. Праця має бути безпечна для самого вчителя і для школярів, колег та батьків.
* Знати про дитину більше, коли вона приходить до школи. В Ізраїлі на дитину є портфоліо. Якщо є проблеми - береш портфоліо і відразу все зрозуміло. Добре знати про родину.
* Врахувати захист психічного здоров’я педпрацівника. Це важка робота 24/7.
* Я працюю з лідерами, цікавить учнівське самоврядування, формулювання дуже загальні, але все враховане в загальному.
* Робота з батьками має бути обов'язково окремим завданням.
* У нас працює концепція Школа-родина, у нас напів сільський район Рівного, ми знаємо кожного батька-матір, дітей, легше налагоджувати стан на уроках, на перервах. Тому робота з батьками дуже важлива.
* Загальні фрази, хотілося б чогось більше приземленого.
* “Персоналу” - замінити на “учасників освітнього процесу”, бо ми зараз виключаємо батьків. Якщо у дитини є причина хвилюватися вдома, то ми не зможемо їй допомогти в школі. Тоді шкільні психологи зможуть допомогати батькам.
* Все йде з сім'ї, треба проблеми там спочатку вирішувати. Обов'язково долучати батьків.
* Методична допомога самим психологам має бути включена, обмін інформацією має бути.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Просвіта і навчальна діяльність в плані психічного здоров'я потрібна, якби діти розуміли свої емоції, стани, розлади, і що з ними робити
* Як психолога, як би ця програма мала мене замотивувати? У нас і так “вагон и маленькая тележка” роботи. Якщо це не буде просто, дієво і класно, то виділити час на це буде дуже складно. Потрібна мотивація.
* Предмет Основи здоров’я, там багато місця займає в новому підручнику критичне мислення, психологічна складова, толерантність. В кожному предметі мають враховуватися психологічні стани дитини.
* Ми складаємо план роботи психолога на рік, але дуже мало враховуємо індивідуальний підхід.
* Дуже багато звітності, паперової роботи, а вникати в суть і застосовувати на практиці - мало часу на це
* Від педагогів залежить, чи буде ця концепція мати сенс. Питання в реалізації, більше ресурсу, більше мотивацій, щоб ця концепція впроваджувалася
* Школа - це віддзеркалення суспільства. Якщо не буде поваги і здорових взаємин в суспільстві, то зі школи починати - не знаю, чи буде воно ефективним. Це має йти не від школи, йти від громади.
* Для впровадження концепції треба, щоб всі ланки, всі учасники освітнього процесу це сприйняли. Не займати багато часу, має бути мотивовано.
* Співпраця між адміністрацією, психологом, соц педагогом, педагогом-організатором, класний керівник, завуч по виховній роботі, щоб співпрацювали разом з батьками.
* Діти можуть більше довіряти і розповідати класному керівнику чи психологу.
* Наша гімназія прожила все життя без психолога, я тільки місяць пропрацювала, а почалася війна. Ще адаптаційний період не пройшов, все наклалося в одну кучку. Концепція, вона чудова, але моя така ситуація.
* Залежить від того, яка школа, місто чи село. У нас 1500 дітей, велика школа. Одна ставка психолога, одна ставка соціального педагога. Охопити всіх важко. Хочеться більше допомоги. Треба ще одного або більше психологів, коли на тебе скидається ще щось, крім основної роботи, то це важко.
* Дивлячись як концепція буде викладена, на кого покладене виконання.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Додати зворотній зв'язок до МОН (перенавантаженість програми, наприклад, це що школа сама не може змінити)
* Додати ланку вчителів, психологічний супровід вчителів, бо ми не знаємо, як це впроваджувати. Навчання або методичний супровід вчителів потрібен.
* Одного психолога недостатньо для впровадження концепції, нам потрібно в штаті ще люди, можливо медичні психологи

Група 4 Школярі (старша школа): (на які проблеми варто звернути увагу)

* Рівність між учнями, коли вчителі більш лояльно ставляться до певних учнів
* Перевтома, дуже складний розклад шкільний, по 7-8 уроків, коли неможливо просто дотягнути до кінця
* Булінг від учнів і від вчителів, з останніми це дуже важко
* Немає шкільного психолога, не знаємо куди звертатися
* Система оцінювання дискомфортна, негативні емоції, важко переживати
* Можуть вчителі принизити повселюдно, це неприємно
* В моїй школі нічого подібного немає, є психолог, всі позитивні, все гарно і класно. Залежить від викладача, коли проводять класну годину, нас відводять в магазин чи до парку, дивимося кіно разом, спортом займаємося, і все гарно
* Залежить ще від того, наскільки чутлива людина
* Булінг був присутній до 6 класу, але потім класний керівник вела з нами серйозні розмови, і вже ніхто не свариться. Важливо розмовляти про проблеми
* Я змінила 8 навчальних закладів, все залежить від викладача. У нас великий вклад в благополуччя зробили батьки, вони організовували поїздки, чаювання та ін. Інакше би такий клас у нас не склався
* Я в англійській школі, у нас немає одного класу, є хауси. Завжди постери проти булінгу, був тиждень проти булінгу, це не приймається
* У нас приходять психологи постійно, в старшу школу, в актовий зал, пояснюють про булінг, багато військових приходять, якісь екшени, пробували допомогти один одному.
* В місті і в школі багато проводиться івенти протидії булінгу, ми самі проводимо, розповідаємо про протидію булінгу (член шкільного парламенту).
* Вчителі - це старші люди, в них є свої проблеми, вони можуть не стриматися. Це не булінг, це може бути емоційний зрив вчителя. Але всі вчителі завжди вибачалися.
* Вчителі намагаються зважати на людський фактор, але вони теж люди.
* В англійській школі є ресепшн і ти туди можеш звернутися з будь-якою проблемою.
* Думка однокласників може негативно впливати.
* Неприємно, коли твоя проблема стає предметом обговорень інших
* Відсутність психологічної допомоги (лише один психолог, з яким в реалі складно попрацювати)
* Тести від психолога проводять кожний рік, деколи лекції для підлітків. Але багато хто не сприймає це серйозно.
* Лекції про булінг, теж не дуже серйозно сприймаються.

**Хто у вашій школі розробляє політики? Хто їх впроваджує? (Відкрите питання до всіх)**

**Загальні висновки з даного питання:**

Єдиної думки з даного питання не виявлено. Різні групи та школи ставляться до питання нормативної бази по різному. Крім представників адміністрації, мало хто з інших груп розуміє, на основі яких документів працює навчальний заклад.

Серед запропонованих думок начастіше згадували: прописати питання психічного здоров'я в Статуті школи, або в Стратегії розвитку школи, або прописати окремою Програмою. Програма - більш звичне слово для більшості учасників. Також декому з учасників було важливо, щоб Програма була затверджена МОН і спущена на школу зверху.

Частина учасників налаштована до документів досить критично, бо “це все папери”, набагато важливіше - чи вийде впровадити Концепцію на практиці.

Школярі, як правило, знають про шкільні документи тільки з постерів або з текстів у щоденниках. Цей спосіб можна використовувати для інформування учнів про впровадження нової концепції (краще візуалізувати через картинки).

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Статут - це головний документ школи. Якщо це буде прописано в статуті, пункт про психічне здоров'я учнів, педпрацівників і батьків за потреби (розробляє адміністрація школи, обговорюють на педрадах), то це буде, а якщо не буде прописано, то не буде.
* В нас є концепція і статут школи.
* Цікавить навчання лідерів і розвиток емоційного інтелекту (робота психолога і організатора разом, щоб психологи самі долучалися до процесу).
* Краще, щоб називалася Програма.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Статут, політики, то таке слово… (критично налаштована).
* Зараз кожна школа має написати свою стратегію розвитку, може в ній треба окремим пунктом відзначити питання психічного здоров'я.
* Але все це папери.
* В нас є і Статут і Стратегія розвитку на 2022-2029 роки з 1 вересня, а іншим я не володію. Там включені питання, навіть сформульована тема “Становлення творчої особистості шляхом вдалої соціальної інтеграції дітей з особливими потребами”. Я працюю в Реабілітаційному центрі для дітей з особливими потребами.
* У нас є статути, плани робіт, посадові обов'язки. Це або окремий документ має бути, або в Статуті прописати. Політика якось ні, або Статут, або Програма. Програма - це звично, бо всі складають якісь програми. Такого як “шкільна політика” у нас немає.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Це має бути окремий документ, не Статут, бо це питання специфічне.
* Це може бути Програма, як Програма патріотичного виховання, спускається зверху з МОН, там прописано по роках все, відповідальні підрозділи, як йде зворотній зв'язок.
* Програма, як програма виховної роботи, яка розписана помісячно. Але це має бути робота психолога.
* Долучати до цього батьків і учнів, щоб бачити, чи програма є актуальною

Група 4 Школярі (старша школа):

* У нас є Концепція здорового харчування, як про проведення уроків, так і про харчування. Сюди б вписалася і ця програма якраз.
* У нас є правила, які видаються, коли ти приходиш в школу. Можна в ці правила вписати про психічне здоров'я. Ми їх читали, бо вони вклеєні в щоденники.
* Я бачила правила на постерах, біля входу. Статут я не бачила. Мені краще запам'ятовуються картинки.
* Я знаю що документи стоять в папочках у завуча, але я ніколи їх не читала, нам їх ніколи не показували.

**Продумайте основні кроки *розробки* політик щодо психічного здоров'я у вашому закладі освіти (5 хв - група 1) / Продумайте основні кроки *впровадження* політик щодо психічного здоров'я у вашому закладі освіти (5 хв - група 2) /** (Загальна презентація висновків кожною групою)

**Загальні висновки з даного питання:**

Вчителі більше зосереджені на питанні реалізації політик. Вони пропонують приділяти окремий час питанням психічного здоров'я, як на певних уроках, так і під час проведення класних годин. Знову висловлювалася потреба у навчанні педагогів, як з метою профілактики вигорання, так і для більш якісної роботи з дітьми.

Психологи знову ж таки висловлюють сумніви щодо можливостей впровадження політик (вони можуть залишитися тільки на папері). Їм потрібна особлива мотивація, зацікавленість, розуміння, що це дійсно ефективно, а також - додаткове навчання. Крім цього, на думку психологів, до даного питання необхідно залучати МОН, можливо МОЗ, мережу інклюзивно-ресурсних центрів, Інститут післядипломної освіти та громаду загалом.

Представники адміністрації вважають, що Програма має прийти зверху, централізовано. Вони також висловлюються за необхідність додаткового навчання для психологів та вчителів. Важливим вважають залучення батьків до цього процесу. Також була висловлена конкретна пропозиція додати глосарій в концепції (“бо її треба читати зі словником”).

Школярі майже одностайно висловилися, що готові долучитися до впровадження політик в їх школі, або знають однокласників, які хотіли б стати учасниками цього процесу.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Статут розробити, зібрати правки, затвердити
* Постійно це працювати не буде, одночасно все робити не можна. Треба обрати раз на тиждень час, присвятити час тільки психічному здоров'ю. Наприклад, на виховну годину, запросити психолога, можливо батьків, і коли на це виділений час, то можна вирішувати питання.
* Особлива увага для дітей з особливими потребами. Це окремий напрямок.
* Проводити заходи для попередження психо-емоційного вигорання педагога
* З дітьми враховувати індивідуальні особливості
* Щодня, плануючи урок, хвилинка позитиву, відпочинку, створення ситуацій успіху для дитини

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* У нас в Чернівцях є Центри професійного розвитку, при ньому є координуючий психолог, до якого ми звертаємося. Якщо просто приходить папірець, то я ознайомлююся, і на цьому все завершується. Треба мені бути зацікавленою, щоб я поцікавилася, що там
* Якщо би психолог хотів підвищити кваліфікацію, я проходжу навчання при методичному кабінеті, мені показують, як впроваджують цю концепцію, то я приходжу і сама впроваджую це в школі. Там де я сама, це малоефективно
* Так щоб зачепило, щоб я зрозуміла, що це щось нове, що воно працює
* Чи планується ця концепція до затвердження МОН? Якщо тут будуть якісь рекомендовані програми, якісь інструменти, то ми користуємося тільки тим, що рекомендоване і затверджене міністерством
* Я б ще МОЗ якось привела, бо вони дотичні до психічного здоров'я в освіті. Медики є авторитетними особами для дітей і батьків, їх слово буде значущим
* В Україні є розгалужена мережа інклюзивно-ресурсних центрів, там є багато психологів, вони висококваліфіковані, володіють методиками для визначення різних рівнів. За кожною школою ці фахівці закріплені. Психолог школи має їх контакти, їх можна об'єднувати, збиратися, обговорювати ситуації.
* Це має бути на рівні громади. Не буде зараз масового навчання, ми як психологи вже цим володіємо, цими методиками, просто нема алгоритму роботи, коли є звернення від вчителя чи асистента вчителя. Ви володієте вже цим, вас вчити цьому не треба. А проконсультуватися можна завжди на базі інклюзивно-ресурсних центрів
* Інституту післядипломної освіти треба напрацювати окремий алгоритм, як уникнути паперової роботи, маленькі кроки. А не ставити такі великі (цілі), щоб дитині було комфортніше, що її вже не треморить при слові “контрольна”.
* В мене в школі 15 інклюзивних дітей, так є методики, але шкільні психологи на місцях, нема ні програм, ні рекомендацій по певних розладах, працюємо “на ощупь”, вони нам з інклюзивно-ресурсних центрів нічого не можуть дати, тільки дітей.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Кожна школа не буде собі розробляти, має йти централізовано, з одних рук
* Якщо ми вже отримали зверху програму, то ми розглядаємо цю програму на педраді і вирішуємо, чи нам потрібно це впроваджувати. Потім йде наказ директора і починається впровадження. Але це робота психолога, провести діагностику, а далі вчителі можуть вести роботу з учнями і батьками
* Робота має йти постійно, бувають різні ситуації
* Має в першу чергу бути навчання батьків і вчителів, семінари, тренінги, які проводять психологи. Батьки мають теж бути відкритими, і навчені вчителі. Чи готові вчителі до роботи з інклюзивними класами? Точно знаю, що не всі готові.
* Спочатку навчити, а потім впроваджувати
* Має бути глосарій в концепції, бо її треба читати зі словником

Група 4 Школярі (старша школа):

* Я б хотів долучитися до робочої групи.
* Учні мають бути учасниками робочих груп, як мінімум 1 особа з кожного класу.
* Потрібно обрати учнів, які готові займатися, які знають проблеми свого класу.
* Деякі однокласники могли б бути зацікавлені.

**Перевірити, наскільки легко сприймається піраміда, чи є розуміння відповідності рівнів і граней.**

**Загальні висновки з даного питання:**

Особливих проблем зі сприйняттям піраміди в жодної з груп не виникло. Ті хто, не ознайомилися з Концепцією заздалегідь, мали питання до абревіатур.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Все зрозуміло, чітко, зрозуміло хто і для кого які програми розробляє.
* Потрібно розбиратися

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Абревіатури незрозумілі (не ознайомилися раніше з текстом)
* Зрозуміло

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Зрозуміло

Група 4 Школярі (старша школа):

* Все зрозуміло
* Питань не виникло

**Чи розумієте ви, як саме визначати цільові групи?**

**Загальні висновки з даного питання:**

Вчителі висловлювали побоювання, що з урахуванням ситуації в країні, нижнього щабля у нас взагалі не існує, бо ризики для психічного здоров’я зараз є абсолютно у всіх. Також є питання щодо способів визначення даних рівнів та меж між ними. Декілька зауважень і пропозицій стосувалися конкретних формулювань - “учасники освітнього процесу”, як більш широке визначення для нижнього рівня. Учасники пропонували використати більш толерантні, на їхню думку, формулювання - наприклад, “особи, які потребують додаткової уваги та підтримки”.

Психологи найчастіше турбувалися про те, хто і як саме має визначати рівні.

Представники адміністрації говорили про те, що психологи потребуватимуть додаткового навчання для виконання цієї функції з визначення окремих груп. Також їх дуже хвилювала реакція батьків, у випадку, якщо дитина буде віднесена до одного з вищих рівнів.

Найбільшу дискусію питання викликало у школярів, які хвилювалися, чи не стане такий розподіл на групи основою для булінгу з боку однокласників чи вчителів. Для школярів дуже важливо, щоб розподіл на групи залишався конфіденційним. Загалом, школярі часто висловлювали свій інтерес до роботи з психологом, але їх зупиняє вартість послуг психолога, недостатня кваліфікація та/або недовіра до шкільного психолога.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Потрібно більше анкет, більше опитувальників для психологів.
* Щоб була описана ситуація в родині, більше інформації про дитину.
* Питання є до нижнього щабля, враховуючи ситуацію в нашій країні. Хто у нас зараз не має проблем з психічним здоров'ям? Де б ти не жив, в Ужгороді чи в Харкові. Таких зараз немає. Для мене це так не є, як це написано в піраміді. Навіть ті хто повернулися з-за кордону, вони теж мали стрес.
* Нам треба брати себе в руки і мислити позитивно. Працювати більше з психологами.
* Нижній щабель замінити на “учасники освітнього процесу”.
* Особи, що мають ризики - хто в Україні їх зараз не має? Як ми виявимо цю межу, хто має, а хто не має? У нас в країні є особливість. Зараз вся Україна в цьому ризику.
* Може більш толерантно сказати - не про ризики, а про тих, хто потребує додаткової уваги та підтримки. Хочеться максимально коректно висловитися.
* Замість осіб з проблемами - особи, яким потрібний супровід.
* Якщо ми всі верхні щаблі пропрацюємо, то ми йдемо до того, щоб мати колись нижній шар. Ми фактично працюємо на низ.
* Якщо є складнощі - це вже є розлади, просто є розлади різних ступенів. Як психолог буде відрізняти ці щаблі?

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Чіткої межі визначити дуже важко. Побажання - мати більш конкретні інструменти для визначення.
* Чи психолог визначає ту межу? Чи хто? Питання ролей і функцій.
* Жодних питань.
* Зрозуміло.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Хто буде це визначати? Чи зможе це зробити шкільний психолог? Потрібне навчання і форми для них.
* Верхній щабель - яка буде реакція батьків? Це мають бути кваліфіковані фахівці.
* Ми скеровували батьків до ІРЦ, щоб фахівці там вже визначали це (в результаті виявили проблеми і в старшої, і ще й в меншої дитини).
* У нас батьки не погоджуються, коли ми бачимо у дитини складнощі, і скеровуємо їх. Без лікбезу батьків, вони категорично не погоджуються.

Група 4 Школярі (старша школа):

* Як будуть будуватися стосунки між різними щаблями, наприклад між 1 і 4 щаблем. Чи не буде це викликати булінгу?
* В Англії ми якраз хотіли створити групу з психічного здоров'я, але теж думали що може бути булінг до тих, хто буде в цій групі.
* Я б сходила на таку групову сесію, але дуже важливо мати кваліфікованих психологів. До психолога в нашій школі я підійти не можу, бо він не зможе допомогти.
* Можна робити тренінги для учнів. Я б хотіла сходити до психолога, але це 400 грн в моєму місті, я не можу собі дозволити. Може запрошувати психолога в школу раз на місяць, щоб можна було сходити.
* У нас в школі у психолога дуже застарілі методи роботи з дітьми, які не підходять для всіх вікових груп.
* Є вчителі старої закалки і було б некомфортно, якби вчителі знали, до якої я групи відношуся. А вони як персонал мають знати ці групи. Але я б не хотіла, щоб це розповсюджуватися між вчителями. Наскільки це буде конфіденційно?

**Чи розумієте ви відмінності щодо напрямків роботи? (промоції, превенції, перша допомога у сфері психічного здоров’я, скерування за спеціалізованою допомогою).**

**Загальні висновки з даного питання:**

Вчителі не виявили особливого інтересу до даного питання, в більшості випадків переадресовували його до шкільних психологів, пояснюючи це власною зайнятістю. Терміни промоція та превенція були багатьом незрозумілі.

Для психологів теж не завжди були зрозумілими вищезазначені терміни. Більше уваги на обговоренні приділялося роботі з верхніми щаблями. Робота з інклюзивно-ресурсними центрами багатьом учасникам знайома, але є різні рівні співпраці. Також присутнє розуміння, що в цьому навчальному році психологам доведеться зіткнутися з зовсім іншими дітьми, які пережили новий, непростий досвід. Висловлена пропозиція додати супровід, оскільки перша допомога або скерування за спеціалізованою допомогою - це разові активності, а до них та після них має бути присутній супровід психолога.

У представників адміністрації питань не виникло.

Школярі в основному згадували про недостатню кваліфікацію шкільних психологів, та недовіру до них. Активності, що проводять шкільні психологи, часто сприймаються дітьми, як такі, що не несуть ніякої користі. Школярі хотіли б, щоб такі активності проводили запрошені фахівці, які мали б відповідну кваліфікацію, та дотримувалися б вимог конфіденційності.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Ми б хотіли більше послухати.
* Нам важливо знати, як надавати першу допомогу в сфері психічного здоров'я, є діти, які її потребують.
* В нашій школі більше покладаються на психологів, які більше знають.
* Ми акцентуємо увагу на предметі, в нас немає часу на психологічні проблеми.
* Промоція не дуже зрозуміло, що там.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Скеровуємо в інклюзивно-ресурсний центр.
* На рівні школи робимо промоцію і превенцію.
* Хто саме це має робити? В моїх посадових обов'язках такого немає. У нас тільки батьки мають право звертатися за допомогою.
* Вчитель звертається до психолога, психолог відправляє до вузьких спеціалістів, за згодою батьків, за рекомендацією психолога.
* Батьки можуть сходити, отримати висновок, але сказати “ми не хочемо”. Тоді я, як психолог збираю факти (наприклад, дитинка не розвивається), це вже завдання психолога, щоб зацікавити батьків, переконати звернутися за допомогою.
* Що таке промоція? Така ніби як просвіта.
* Беремо за основу дитину здорову, і помічаємо найменші (моменти), і розуміємо, що потрібно, щоб дитина для повного комфорту мала б отримати якусь допомогу.
* З ресурсними (інклюзивно-ресурсний центр) все зрозуміло і чітко.
* Зараз ми зіштовхнемося з новою поведінкою з 1 вересня, це будуть нові діти, ми маємо бути до того готові. Це буде нове.
* Точно про тривожні розлади, з чим стикаються діти зараз, більше тривожно-соціальні розлади.
* Може бути складність утримання уваги, пам’яті, як навчається і сприймає матеріал.
* Тут немає супроводу. Є перша допомога, от ми надали першу допомогу, а далі йде скерування, тобто психолог від себе дитину це скерував, і людина відійшла від нього. А де супровід тут, ми ж працюємо з дитиною. Бо перша допомога, це раз - і все, має бути якийсь супровід, щоб відслідкувати, як перша допомога подіяла?

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Все зрозуміло, питань немає

Група 4 Школярі (старша школа):

* Промоції багато кругом, а превенції треба більше. Вчителі змушені проводити тренінги по булінгу.
* Було би добре, щоб проводив не вчитель, не шкільний психолог, а запрошена людина, яка буде кваліфікована, і це буде конфіденційно.
* Люди мають бути кваліфікованими, я не погоджуюся, що достатньо невисокої кваліфікації, щоб не нанести ще більших травм
* У нас психолог, то колишній вчитель інформатики, і нам просто роздають листочки, ніяких результатів, ніяк не допомагають людині, навіть якщо їй потрібно. Здається, що ці листочки викидають у сміття і все.
* У нас теж є листочки, але я ніколи не відповідаю чесно на цих листочках. Бо він (психолог) знає мене, і я не хочу, щоб він знав, що я відчуваю насправді. Ми з цього сміємося. І листочки мати якусь користь. Але просто їх дають класному керівнику, але вона нічого з ними не робить, навіть якщо щось погане в класі.

**Чи маєте ви приклади подібних інтервенцій в вашій школі? Чи знаєте ви інші приклади інтервенцій, які варто додати до Концепції?**

**Загальні висновки з даного питання:**

Вчителі не змогли назвати інші інтервенції, крім перелічених. Деякі учасники гарно відгукувалися про Mental Track, але не завжди могли згадати вірну назву. Висловлене зауваження до слова “добробут” на нижньому щаблі, як такого, що має більш матеріальний характер.

Психологи також кілька разів згадували Mental Track, але більшість з них ніякі програми не пригадала. Напруження викликало питання медикаментозної терапії, що це не є функцією психологів (що вказане в піраміді, тим не менше цей момент здався деяким учасникам ризикованим).

Школярі назвали дещо більше інтервенцій, найчастіше їх проводили представники поліції. Теми, які підіймалися найчастіше - булінг, алкоголь, наркотики. Старші школярі такі інтервенції вважають неефективними. До багатьох класів психолог ніколи не заходив. Найбільш ефективною вважають роботу вчителя, який цікавиться питаннями психічного здоров'я, або класного керівника, який розв'язує всі питання класу.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Ми використовували різні розробки позаминулого року мабуть (мабуть мова йде про Mental Track, не памятають назву).
* Можливо потрібні якісь відеоролики для вчителів, сучасний підхід до цієї програми.
* Ізраїльські школи мають смайли, в якому ви настрої, і дитина має розуміти, що вона зараз відчуває. Щоб вчитель розумів, що з дитиною (вдома кролик помер чи ще щось).
* Була міністерська програма позашкілля проти булінгу, тому діти добре це знають. Воно в програмі є, його впроваджували.
* Слово на нижньому щаблі - “добробут”, це забезпеченість матеріальними благами. Не дуже пасує тут.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Ми користуємося програмою Mental Track і дуже задоволені. Ми пройшли навчання. Там є всі матеріали, вона дуже ефективна, нам дуже підходить.
* Все так і є, протибулінгові є, психічна підтримка, стресостійкість, це все є.
* Медикаментозна терапія, це не до нас, це скерування.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Програм не було, у нас психолог тільки почав роботу. Вона працює з дітьми і персоналом, тільки дуже мало людей відгукуються. Якщо психолог, то якісь проблеми. Серед дітей висока упередженість.

Група 4 Школярі (старша школа):

* До нас приходила поліція, розповідала про булінг, але ні на кого це не впливає, листочки роздавали, це було максимум.
* Теж поліція, булінг, сприйняли несерйозно, більше жартів.
* Була проблема з крадіжками, поліція розповіла, як це карається.
* Поліція розповіла про алкоголь, наркотики, ненормативну лексику.
* Психолог до нас ніколи не приходила.
* Були проблеми в класі, зверталися всі до психолога, щоб вона прийшла до нас, а психолог сказала, що вона боїться завітати до нашого класу. Тому у нас усіма проблемами займається класний керівник.
* Поліції приходи не мають сенсу в 15-16, бо дитина вже все сама перевірила на своїй шкірі (кібербезпека, алкоголь ітп).
* У нас є вчителі, які дуже добре ставляться до теми ментального здоров'я, Основи здоров'я, всі були залучені, робили пости, опитування, обговорювали, хто ок, хто не ок.
* В англійській школі є religion studies, раз на тиждень, там розповідали про наркотики, про суїцид (відео показували).
* До нас ніхто не приходив, тільки раз хтось приходив, і більше нічого.

**Ключові особи - чи всіх включено до переліку, на вашу думку?**

**Загальні висновки з даного питання:**

Вчителі пропонували додати асистента дитини (помічника вчителя), позашкільних педагогів, представників учнівського самоврядування, а також громадські організації.

Психологи пропонували уточнити, які самі психологи мають входити до переліку ключових осіб. Додати пропонувалося педагогів-організаторів, психологів інклюзивно-ресурсних центрів, ресурсний центр (як методичний центр над усіма інклюзивно-ресурсними центрами), Інститут післядипломної освіти, медичних працівників. Підкреслювалася важливість участі батьків та школярів у даному процесі, а також - адміністрації освітнього закладу.

Представники адміністрації пропонували залучати до переліку також сторонніх осіб, яким більше довіряють - зокрема, психологів соцслужб. Також згадували про доречність залучення медичних психологів, які мають дещо інший погляд, на відміну від шкільного психолога.

Школярі висловили найширший перелік побажань, зокрема запропонували додати до переліку: поліцію, бібліотекарів, працівників їдальні, шкільних медсестер, вахтерів і прибиральниць. Окремо обговорили ситуацію в їдальнях та певну дискримінацію щодо вегетаріанців та веганів. Частина школярів хотіла б, щоб до роботи залучалися сторонні організації, які зможуть цікаво, в ігровій формі розповісти про дану тему. Для дітей важливо, щоб в школи був контакт з різними спільнотами - релігійними, ЛГБТ.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Достатньо, там всі включені.
* Асистента дитини додати, він же - помічник вчителя.
* Позашкільні гуртки, позашкільних педагогів додати, освітня позашкільна сфера.
* Учнівське самоврядування можна додати.
* Громадські організації можна долучати.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Ми практичні психологи, а не загальні психологи. Або шкільний психолог.
* В дипломах психолог-викладач, але посада - практичний психолог в школі.
* Педагоги-організатори, чи варто їх відокремлювати, в їх функцію також входить психічне здоров'я (там де адміністрація, другий рівень).
* В першій ланці є асистент педагога, особливо якщо це інклюзивні класи, треба їх вписати окремо, щоб підкреслити важливість.
* За потреби - психологи інклюзивно-ресурсних центрів.
* Ресурсний центр, як методичний центр над усіма інклюзивно-ресурсними центрами.
* Інститут післядипломної освіти, кафедри, їх треба сюди долучати. Якщо вони будуть прописані в концепції - вони будуть працювати, якщо ні - ніхто не зможе змусити їх працювати.
* Мають бути медичні працівники на вищому рівні, медикаментозне лікування там де.
* Обов'язково батьки і школярі, бо без них випадає все. Якщо батьки не приймають участь, то вчителі товчуть воду в ступі. А якщо батьки підключаються, то цей компонент працює.
* У нас все йде від адміністрації. Якщо цікаво і доступно буде розроблено, щоб не так щоб самим шукати, є гарні матеріали, чітко все, то їх легше впроваджувати, ніж коли сам все шукаєш і робиш.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Маємо досвід з соц службами, вони мають психологів, вони кваліфіковані. Соц служби знають більше про деякі сім'ї, тому якщо є співпраця школи і соц служб, їх можна залучити в цю концепцію.
* Це сторонні експерти, їм більше довіряють (психологи соц служб).
* Може треба додати медичного психолога, у нас колись працювали 2 психолога, і в них є різниця поглядів, і цей симбіоз доречний.

Група 4 Школярі (старша школа):

* Поліцію додати.
* В Англії можна звертатися до бібліотекарів за допомогою.
* Працівники їдальні - це важлива ланка, розлади харчування - це теж психічне здоров'я. У нас колись працівники можуть щось таке сказати учням, це некоректно. Всі хто взаємодіють з дітьми, особливо в молодшому віці, мають бути навчені. Це вахтери і прибиральниці, які на тебе кричать “не ходи по помитому”, “а чого ти в брудних черевиках”. Щоб вони не поширювали свій поганий настрій на всіх.
* Важливо, щоб була їжа для вегетаріанців і веганів, щоб вони себе відчували краще (2).
* Спеціалізовані організації, які можуть провести лекції, можливо в ігровій формі (я в 11 класі, але мені все одно цікаво), які могли б кудись водити.
* У нас були проблеми з палінням, прийшла поліція, яка нас тільки залякувала (посадимо вас, оштрафуємо батьків), це ніяк не вплинуло, тому я б поліцію не додавала.
* Специфічні групи, релігійні, ЛГБТ спільнота, було б добре, якщо б був представник релігії, щоб діти знали, що ось твоя людина. Бо на них може бути булінг.
* В Англії у нас був ЛГБТ-місяць, і по середах є клуб ЛГБТ, ще є вчителі різних релігій і можна зрозуміти, що це нормально.
* Я приходжу до медсестри, а вона питає “а чого ти прийшов в школу?” І я більше не ходжу до медсестри.
* Коли у нас були крадіжки, то поліцейська прийшла, і це допомогло. А коли прийшли з проблемою цигарок і алкоголю, то ніхто не послухав, в старших класах це не допомагає.

**Дорожня карта. Які частинки концепції можна впровадити вже в наступному році, враховуючи поточний стан в країні? Продумайте 1-3 конкретні кроки для вашого закладу.**

**Загальні висновки з даного питання:**

В цьому питанні всі групи були дуже активними. Частина вчителів вказала на важливість першочергового навчання психологів, які надалі зможуть передати знання іншим учасникам освітнього процесу. Багато вчителів говорили про необхідність власного навчання - як зрозуміти свій стан і як самостійно допомогти собі, як попередити вигорання. Після цього вчитель зможе допомогти і собі, і дитині, не залучаючи до процесу психолога. Вчителі також пропонують навчати і активно долучати до роботи учнів старших класів, учнів-лідерів, які могли б працювати за принципом “рівний-рівному”. Зручний формат навчання - онлайн, але не записаний курс, а робота в “живих” групах.

Психологи потребують готової програми, бо наразі немає розуміння, про що і як говорити з дітьми або з іншими учасниками освітнього процесу. Вони висловлюють необхідність апробації концепції на певних школах перед масштабним впровадженням, а також побоювання щодо можливостей впровадження концепції через нестачу часу та фахівців. Зацікавити психологів можуть якісні методичні матеріали та тренінги. Важливим напрямом визначають роботу з батьками, але в той же час зауважують, що на це немає часу.

Представники шкільної адміністрації пропонують створювати робочі групи, можливо мобільні, склад яких буде змінюватися в залежності від етапу впровадження концепції. Впровадження концепції викликає багато питань.

Школярі висловилися за збільшення кількості шкільних психологів та підвищення їх кваліфікації. При цьому проходження курсів вчителями та психологами має контролюватися, на думку школярів. Пропонували звернути увагу на меншини - ЛГБТ, веганів та ін., ввести в програму менших класів тімбілдінг, щоб здружити клас від самого початку. Багато учнів згадували про завелике навантаження і пропонують перейти до вибору частини предметів, меншої кількості домашніх завдань. Навчати учнів профілактиці стресу та вигорання.

Окрему увагу привертають питання, що виникли через війну: потрібні методичні, інформаційні матеріали на випадок, якщо повітряна тривога або інша подія, як зменшити паніку, як подолати тривожність, як залишится стресостійкими, як адаптуватися, як спілкуватися з людьми, які постраждали, алгоритм дій при першій психологічній допомозі. Необхідні спеціальні програми для дітей та батьків, які були змушені переїхати на нове місце проживання (ВПО), для дітей, які позбавлені можливостей соціалізації через онлайн-навчання. Пропонується змістити фокус з навчання в цьому році на збереження психічного стану всіх учасників процесу на адекватному рівні. Для дітей, що вчаться за кордоном, - зменшити очікування вчителів та батьків.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* В першу чергу це робота з психологами, навчання їх сучасним методикам, це їх профіль, їх робота. Потім психологи донесуть це до вчителів.
* Основне - це психологи, ми до них будемо звертатися за допомогою, бо їх навчили, і разом будемо долати проблеми.
* В першу чергу це вчитель. Навчити вчителів розуміти свій стан. Тренінги. Щоб вчитель подивився коротке відео, фільми, мультфільми і навчився допомагати сам собі. Супервізійні групи щоб виговоритися.
* Вчитель йде на підвищення кваліфікації, кожні 5 років, має бути навчання з психічного здоров'я, щоб не вигоряти.
* В Ізраїлі практика, 6 років вчитель працює, а весь 7 рік - це оплачувана відпустка цілий рік.
* На першому місці вчитель, потім дитина. Вчитель має розуміти, як дитина розвивається, які реакції, в якому вона стані. Вікову психологію вчили всі, але нема реальних кейсів (що ця дитина відчуває? Як передбачити її реакції?).
* Як вчитель може допомогти дитині, не зашкодити. На своєму рівні, без психолога. Щоб не усугубляти ситуацію з дитиною, більше толерантності.
* В робочу групу майти увійти психолог, адміністрація, я також би хотіла, бо мені 51 рік, але я кожен рік вчуся, бо діти щороку нові, шукати нові підходи, змінювати нове бачення, наш світогляд має відповідати, я хочу з ними йти в ногу, вік живи-вік учись.
* Я би долучила дітей старших класів до цієї роботи.
* Активно залучати учнів-лідерів, щоб вони допомогали і молодшим школярам, і своїм однокласникам більш ранимим. Це учнівський комітет, складається щонайменш з 10 учнів-лідерів. Провести для них навчання, вони краще знають, кому з однокласників потрібна допомога.
* Щось для вчителів потрібно, бо військовий стан, починається навчання, треба якісь уроки, завдання, курси маленькі. Для мене зручніше онлайн, краще працювати в живій групі.
* Щоб знати, які питання можна ставити, а які не можна під час воєнного стану, кому погано, хто постраждав. Я над цим не замислювалася, я б ставила ті питання, які не можна ставити, це нам треба знати.
* Я б розробила пам'ятки для учнів і батьків на випадок, якщо повітряна тривога, щось сталося, як діяти усім, як зменшити паніку, як залишится стресостійкими.
* Як мама скажу, у нас є багато суперпрофесійних вчителів, але це їх виснажує, вони вигорають. Підтримуючої атмосфери у нас немає часто, вчителі стали токсичними, в них просто не лишилося внутрішнього ресурсу. Постійні зміни в процесі за останні два роки, вчителі не підтримані, нема ніякої супервізії, їм нема куди звернутися, коли вчителю погано, бо є проблема конфіденційності, грошей, довіри до фахівця. Треба почати з психологічної підтримки вчителів, тоді і учні і батьки будуть вдячні.
* Якщо ми хочемо, щоб щось працювало, треба писати Положення. Там вже буде пункт, хто входить в робочу групу, хто відповідальний секретар, які обов'язки. Від Положення вже будуть всі відштовхуватися. На основі Положення пишеться наказ директора. Це є Положення про супровід дитини з особливими потребами. Тоді є відповідальність, і робота.
* В Ізраїлі є опитування “Безпечна школа для дитини”. Батьки і діти ставлять бали, наскільки дитині в школі безпечно і комфортно. І коли в школі висока успішність, то там нижча безпечність. А є школи, де діти дружні, але бали там нижче. Дитину з нервовими зривами, вони не є такі ефективні в житті. Було би добре в Україні таке опитування провести. Щоб батьки розуміли, що важливо в житті. Щоб не було тремору рук від страху за цю оцінку. Щоб дитина була здорова і стабільна, сприймала стійко життєві проблеми.
* Здоров’я дітей на першому місці, і в цей зараз час військовий стоїть питання очне чи дистанційне (навчання), я однозначно за дистанційне бо здоров’я перш за все.
* Багато батьків бояться відпускати дитину до школи в час війни. Безпека дітей важлива.
* Всіх треба навчити розуміти свій стан, що я зараз відчуваю. Я ок чи ні. Звідси йде все психічне здоров'я. Далі стрілочки можна малювати, що я маю зробити, щоб відчувати себе добре. Що я можу сам собі зробити. Як я можу надати собі першу допомогу. Якщо я сам не можу собі допомогти, то до кого я можу звернутися по допомогу.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Першим кроком може бути робоча група з практичних психологів, соціальних педагогів, асистентів, весь той широкий щабель. Щоб конкретно бачити, а яке далі провадження.
* Зараз є скелет, на нього треба одягнути все, щоб воно дійшло до впровадження в школах.
* Психолог щоб отримав якісь матеріали, щоб прийти до дітей і про щось говорити.
* Друге - розподіл обов'язків, в яких документах це прописати - це до адміністрації.
* А про що говорити з дітьми - гострі стани ПТСР чи починати з поняття психічного здоров'я, і з чогось дуже маленького?
* Питання стоїть впровадження, якщо концепція випробувана на якійсь школі і є ефективною. Чи кожна школа візьме це впроваджувати?
* Повинен пройти період апробації.
* Знайти команду, мотивованих людей, я сама не зможу.
* Mental Track дуже гарно мотивував людей, такими матеріалами, що ми хочемо ще, і ми бачимо ефективність.
* З 1 вересня в школу прийдуть зовсім другі діти. В мою школу прийшло скільки ВПО (внутрішньо переміщених осіб), цю концепцію треба впроваджувати разом з концепцією “Діти і війна”, тренінг з якої ми проходили. Але це одна людина не потягне. Треба мінімум три кваліфікованих психологів.
* Ідея дуже цікава, але от впроваджувати важко буде.
* Долучити в концепції, звернути увагу на змішане, дистанційне навчання. Як додаток в Mental Track, це ефективно в умовах віддаленого навчання. Продумати, зачепити цей момент.
* Впровадження і тема - це те, що необхідно. Просто іншого виходу в нас немає. Чим більше спеціалістів буде залучено, тим краще.
* Просвіта, тренінгова робота, методична підтримка, матеріали.
* Курувати має це все психолог, який пройшов відповідні курси, то це не буде невирішена проблема, при методичному забезпеченні.
* Реалії такі, наш соціум буде це потребувати, це потрібно впроваджувати, незалежно в рамках концепції чи ні.
* Ми вже багато що робимо, бо ми змушені, реагувати на посттравматичні синдроми.
* Нам потрібна якісна методична підтримка, ланку методистів вищої школи треба долучати, бо ми програми не пишемо. Це буде ефективна взаємодія.
* Наша директор така, що вона точно психологів залучить. Мене точно включить в робочу групу.
* Старші класи треба залучати, щоб було “рівний-рівному”.
* Батьків залучати, щоб все було прозоро.
* Скласти алгоритм дій при першій психологічній допомозі. Якщо зустрічаєш таку людину, то щоб знати, що з нею робити, по пунктах один-два-три. Якщо це не працює, то це робити.
* Алгоритм дій прописати для людини з батьківської спільноти, бо батьки є відповідальні, а є різні. Щоб не лякалися, дати їм таку структурну пам'ятку, щоб вони це зрозуміли, щоб їм не було так страшно долучатися до цієї робочої групи. Якусь інструкцію чи правила, щоб включити відповідальність батьків, щоб їх включати.
* Психологічна допомога батькам і дітям переселенцям.
* Консультування щодо роботи в стресових ситуаціях для усіх учасників процесу.
* Більше уваги дітям з інклюзивного навчання, має бути командна робота, працювати з дитиною і батьками.
* Дуже відгукнулося про комплексний підхід (з інклюзивного навчання), краще і для дитини і для спеціалістів, щоб не було вигорання педагогів.
* Якщо це невелика школа, там набагато простіше, бо менше дітей-менше проблем. А у великих школах, важко впроваджувати щось нове. Батьки є, які постійно ходять, а тим кому треба - вони не прийдуть. Я не знаю, чи я взялася за це, я не знаю, чи я би погодилася зараз брати новий проект і його впроваджувати. Є багато проблем, своїх, шкільних, дітей з особливими потребами.
* Чи включає ця програма роботу з батьками? Стан дитини залежить від батьків, робота з батьками має бути “во главе стола”. Паралельна програма для батьків.
* Важливо вводити окремо роботу з батьками. Дитина все що є в родині переносить на школу. Скеровувати на роботу з батьками. Може ледь не примусово, разом з соц працівниками, якщо є якісь агресивні діти, то в примусовому порядку з ними проводити розмови, розбирати проблеми. А буває навколо такої дитини створюється група.
* Вироблення стресостійкості, зараз важливо в умовах наших, для всіх абсолютно. Війна підсилила вигоряння у педагогів і у батьків. Подолання негативних явищ, тривожності, паніки, перша психологічна допомога.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* В робочу групу мають увійти представник адміністрації, психолог, класні керівники (чи всі?).
* Щоб це було результативно.
* Це може бути мобільна робоча група, склад якої буде змінюватися.
* Ми не можемо охопити всіх дітей, це може бути група 5 учнів на весь навчальний заклад.
* Я собі важко уявляю групу, яка працює на весь навчальний заклад.
* Мені як мамі цікаво взяти участь у впровадженні. Як представнику батьківського комітету. Не завжди батьки розуміють вчителів, а батьки між собою… (як посланець такий).
* Нагальне - ВПО, діти на онлайн навчанні, соціалізація дітей, які по домівках - заходи для псих служби і класних керівників.
* В класі до 40 осіб через ВПО - програми про адаптацію, стресостійкість (від ковіда до війни).
* Промоція і превенція на батьків, щоб вони відслідковували стан дітей, підвищення грамотності батьків, бо частина дітей буде саме батьків слухати.
* Батьки часто самі в стресі і не можуть допомогти дитині, більше розраховуємо на вчителів.
* Підтримка самих педагогів, які у стресі постійно.
* При дистанційному навчанні ми не можемо зрозуміти, що відбувається з дитиною.

Група 4 Школярі (старша школа):

* Обов'язково кваліфіковані шкільні психологи, створення психологічних програм.
* Більше кваліфікованих людей, не 1 психолог на всю школу, просто більше.
* Звернути увагу на меншини - ЛГБТ, веганів та ін, відійти від радянської концепції що всі рівні, бо на них може бути багато булінгу (дискусія, не всі погоджуються - це не на часі, це тільки для старших).
* Ввести в програму менших класів тімбілдінг, і контроль цього, щоб на цю годину не поставили математику. Це допоможе протидіяти булінгу, об'єднати і здружити. І також проводити між класами.
* ВПО - це має враховуватися, бо не всі в рівних умовах.
* Змінити розклад, бо багато учнів за кордоном, навантаження непосильне (дискусія, не всі погоджуються).
* Розробити не просто курс онлайн, а якусь програму, щоб це контролювалося, і щоб вчителі дійсно це проходили (бо я не думаю, що вони сидять і дійсно це слухають).
* Щоб дозволили обирати предмети.
* Щоб оцінки міг бачити тільки учень, хоча, можливо, такий закон вже є.
* Менше уроків додому.
* Розробити якусь программу з приводу вигорання та стресу, в старших класах це особливо актуально.
* Більше групових занять, щоб більше здружитися з однокласниками.
* Програма на тему розладів харчової поведінки, також дуже актуально для великої кількості підлітків ще з середньої школи.
* Якісь креативні завдання на уроках.
* Змістити фокус з навчання, зрозуміти, що не очікувати феноменальних знань від цього року, а просто зберегти психічний стан всіх на адекватному рівні, дітей, вчителів, батьків.
* В Люксембургу це нормально залишитися на другий рік. Можна наш цей рік розтягнути на два. Зменшувати очікування, що ми отримаємо багато знань, а краще зберегти здоров'я всіх.
* За кордоном треба тягнути і місцеву програму, і українську. Щоб не збожеволіти цього року на фоні цього всього. Зменшити очікування від дітей, не робити позорищем всього класу.

**Підбиття підсумків, рефлексія. Які висновки для себе зробили, що винесли, що вам здається найголовнішим?**

**Загальні висновки з даного питання:**

Всі групи висловилися, що працювати над темою психічного здоров’я їм було цікаво та комфортно. Більшість учасників говорили про важливість впровадження концепції, але й також про виклики, що будуть пов'язані з цим (нестача фахівців, часу, необхідність затвердження концепції МОН та ін.).

Багато уваги приділялося питанню психічного здоров'я вчителів, і саме з нього багато учасників пропонують почати реалізацію концепції. Деякі представники адміністрації сказали, що включать питання психічного здоров'я до свого порядку денного вже зараз.

Школярі сприйняли обговорення теми психічного здоров'я найбільш оптимістично, вони вважають її вкрай актуальною та вірять у її впровадження, до якого готові самі долучатися.

**Конкретні висловлювання з даного питання:**

Група 1 Вчителі:

* Було комфортно, цікаво.
* Цікаво, час пройшов швидко, було півтори години, а пройшло як кілька хвилин.
* Дуже цікаво, час швидко йшов, позитивно, комфортно, багато чого дізналася і взяла на майбутнє.
* Частіше буду тепер згадувати, що психічне здоров'я не менш важливе, ніж фізичне.
* Якби я зараз знову обирала смайлика, то я би обрала на пятірку, з широкою посмішкою.
* Колеги, цінний досвід, дякую співрозмовникам, цікаво, мені це потрібно було.
* Освіта це для кожного, основа основ, дякую, що підняли цю тему. Це більше, це турбота про людину взагалі в Україні, це більше ніж психічне здоров'я в школі.
* Всі колеги думали, як це зробити, люди ставили на перше місце дітей, бо всі дуже хороші вчителі. Але ми маємо розуміти себе, мати ресурс, вдягати маску спочатку на себе.
* Я щаслива, бо я цього чекала, була одною з перших, хто ці питання піднімав у Львівській області.
* Дуже комфортно було працювати з колегами, багато цікавого.
* Цікаво, продуктивно, настрій покращився, хотілося б побільше таких зустрічей.
* Дуже цікаво і комфортно.
* Дякую, за комфортну атмосферу для роботи.
* Можливо і потрібно впроваджувати.

Група 2 Психологи та соціальні педагоги:

* Я дуже тішуся і сподіваюся, що впровадження дійде в школу. Що наші діти будуть знати, не лякатися розладів, вчасно звертатися по допомогу, знати і розуміти, будуть обізнаними.
* Якщо кожна 4 людина на планеті переживала психічний розлад, але це стигма, ми боїмося, я тільки про те, щоб дітям це розказувати.
* Ми це вже робимо, якщо це буде більше на рівні держави, то суспільство буде здоровіше і щасливіше.
* Концепція потрібна, але вона громадна, велика, об’ємна, треба її вивчити, але питання часу, скільки часу в нас це займе, щоб її впровадити. Я думаю рік-півтора, то за місяць-два не робиться.
* Впроваджувати її треба, просвітницьку роботу вести треба, розповідати про професію психолога.
* Переконувати дітей в тому, що прийти в кабінет психолога, це не страшно, тобі просто треба виговоритися. Бо просто діти бояться. Та й дорослі бояться, бо психолог, то як психіатр і психлікарня. Такі реалії.
* Психічне здоров'я вчителів, може тут треба працювати ще?
* Однозначно, я зараз якраз пройшла програму про психічне здоров'я для першої ланки, основи.
* Чи є у вас запит роботи з вчителями? Ні, але буду. Буду включати в річний план.
* Я в роботі великий акцент роблю на психічне здоров'я педагогів, а особливо психічний стан дирекції, адміністрації. Якщо здорова верхівка, якщо вчитель задоволений, то є ефективність навчального процесу
* Починати не з дітей, з педагогів, з атмосфери, яку формує адміністрація, тоді заклад стає більш комфортним в психічному плані
* Концепція потрібна, але як її впровадити? Найбільше проблем буде провести концепцію міністерством. Якщо вона буде для нас мотивуючою, ми її приймемо, але як її там провести?
* Тема дуже цікава, актуальна, обширна, дуже доречна у військовий час. Просто треба розбиратися, на це треба час.
* Час пролетів, я не можу сказати, чи змінилася моя думка, я не можу сказати, що я готова це впроваджувати.

Група 3 Представники шкільної адміністрації:

* Ми потихеньку перемагаємо, є надія, оптимізм, стає легше. Програма допоможе досягти здоров'я нашого суспільства. То такий вітамінчик.
* Мені стає спокійно, коли бачу як люди роблять ремонт, ми віримо в ЗСУ. Концепція важкувата, я не розумію, як її зараз реалізувати в школах станом на сьогодні. Але за цим майбутнє. Ми всі підключилися сьогодні, ми віримо. Треба визначити агентів змін, і це буде тривалий термін.
* Зустріч була конструктивною, ми щось нове народжуємо в дискусії. В плануванні тепер буде більше місця для психічної підтримки, бо час це диктує
* Батьки бояться, але хочуть, щоб діти йшли до школи. Концепція допоможе нам допомогти дітям це все пережити. Маленькими кроками.
* Немає нічого неможливого, нам вдасться реалізувати концепцію. Потрібні навчені психологи, педагоги, батьки, партнери, які будуть готові підтримати концепцію. Основою будуть діти, які отримають основу псих здоров'я, коли діти будуть розуміти свій стан і дитина сама зможе піти до психолога. Але це все якщо є кваліфікований фахівець.
* Концепція необхідна, програму ми будемо самі писати. Бо кожен заклад має свої особливості. Ми фактично вже щось робимо, але це не так структуризовано. Ми співпрацюємо з батьками. Але з 1 вересня треба буде звернути більшу увагу на роботу психолога. Я вже для себе відмітила, що сказати психологу. Щоб вона можливо робила онлайн зустрічі з дітьми, з батьками, з вчителями, бо ми теж потребуємо підтримки.
* Буде дуже важко коли закінчиться війна, бо зараз воно накопичується, але не так проявляється. Маємо підготуватися.
* Чудово проведений час, підняли важливі питання.
* Концепція актуальна, було б непогано мати тренінги, живе спілкування, обговорити це все.
* Було дуже комфортно. Вже як назву побачила, то зрозуміла, що вона (концепція) потрібна. З точки зору мами, хочу, щоб дитина хотіла йти до школи. Щоб вони знали, до кого звернутися, щоб вони могли самі собі допомогти, розібратися в собі. Багато уваги звертається на знання, а мало - на психологічний стан. Охоплена має бути вся система шкільного навчання.

Група 4 Школярі (старша школа):

* Мені дуже сподобалося, я зрозуміла, що не тільки я маю таку думку. Приємно, що хтось з дорослих цим переймається, психічним станом підлітків в школах.
* Теж сподобалося, що старше покоління за це переживає. Я буду в свій 11 рік впроваджувати заходи для учнів і персоналу, щоб розуміли всі про рівність, про психічне здоров'я. І про вибір предметів для свого фаху, а не 17 предметів для оцінки в атестаті.
* Дуже класна дискусія вийшла, навіть суперечки, це класно, супер, треба дізнаватися позицію інших людей.
* Я відчула, що моя думка почута, і що я почула інші думки, це дуже цінно, дуже сподобалося.
* Нація буде здорова психічно, емоційно. Ти можеш вплинути на майбутнє, і що навчання стане кращим у наших школах.
* Спочатку всі мовчали, писали в чат, зараз всі говорять з камерами, посперечалися трішки, класно, круто, гарно.
* Мені було цікаво дискутувати, була взаємна повага, ніхто не перебивав. Важливо, що ця тема піднята, бо це була така прогалина в наших школах.
* Було дуже цікаво і прикольно поспілкуватися з вами.
* Зарядилася, краще стало.

Контакти:

Олег Ільюхін

+380 50 6497796

garland.agency@gmail.com

ГО “ЗДОРОВБУДЬ!”