

ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ФОНД «КРОК ЗА КРОКОМ»

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор ВФ «Крок за кроком»



Найда Ю.М.

(підпис)

(прізвище та ініціали)

15 червня 2026 року

ПРОГРАМА
підвищення кваліфікації педагогічних працівників
закладів дошкільної освіти
«ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА
В ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ»

Київ – 2026

Розробник(и): Всеукраїнський фонд «Крок за кроком» (тренерки ВФ «Крок за кроком»: Байдик В.В., канд.псих.наук, доцент; Горбенко І.В., канд.пед.наук; Дуднік Н.В., психолог комунальної установи «Міського центру професійного розвитку педагогічних працівників Кропивницької міської ради; Шелест О. практичний психолог, консультант Білоцерківського інклюзивної ресурсного центру №2).

Напрямок підвищення кваліфікації: розвиток професійних компетентностей педагогів закладів дошкільної освіти щодо організації психосоціальної підтримки дітей, створення безпечного та психологічно комфортного освітнього середовища, розвитку власної стресостійкості й підтримки психічного благополуччя всіх учасників освітнього процесу.

Розроблено на основі типової програми: зміст програми розроблений на основі Типової програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної освіти «Психолого-педагогічна підтримка дітей, батьків та педагогів в умовах надзвичайної ситуації», затвердженої наказом МОН від 21.04.2023 № 461.

Термін дії програми: з 1 серпня 2026 до 1 серпня 2031 року.

Рецензенти:

Корнеєва Оксана — кандидат педагогічних наук, директор закладу дошкільної освіти №31 «Мир» Костянтинівської міської ради у Донецькій області, експертка та консультантка у сфері дошкільної освіти ЮНІСЕФ

Хартман Олена — кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії психології дошкільника Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми. Сучасні умови функціонування системи дошкільної освіти України висувають нові вимоги до професійної діяльності педагогічних працівників. Тривалий вплив воєнних дій, соціальних змін, вимушеного переміщення населення, втрат, невизначеності та постійного психоемоційного навантаження позначається на психологічному благополуччі дітей, їхніх сімей і працівників закладів дошкільної освіти (далі – ЗДО). За таких умов психосоціальна підтримка стає невід’ємною складовою професійної діяльності кожного працівника закладу дошкільної освіти.

Заклад дошкільної освіти є одним із перших соціальних середовищ, у якому дитина отримує досвід безпечних взаємин, емоційної підтримки та відновлення відчуття стабільності. Водночас якість психосоціальної підтримки дітей безпосередньо залежить від психологічного благополуччя, професійної компетентності та стійкості педагогічних працівників, їхньої здатності створювати емоційно безпечне освітнє середовище, розпізнавати ознаки психоемоційного неблагополуччя, конструктивно взаємодіяти з дітьми та їхніми батьками, а також своєчасно залучати фахівців у разі потреби.

Програма підвищення кваліфікації **«Психосоціальна підтримка в закладі дошкільної освіти»** (далі – Програма) розроблена з урахуванням сучасних наукових підходів у сфері психічного здоров’я, міжнародних рекомендацій щодо психосоціальної підтримки дітей та дорослих, нормативно-правових документів України у сфері освіти, професійного стандарту «Вихователь закладу дошкільної освіти», а також актуальних викликів, що постають перед системою дошкільної освіти.

Програма спрямована на розвиток професійних компетентностей працівників закладів дошкільної освіти щодо забезпечення психосоціальної підтримки всіх учасників освітнього процесу. Особлива увага приділяється формуванню практичних навичок створення психологічно безпечного освітнього середовища, підтримки дітей у повсякденних та кризових ситуаціях, ефективної взаємодії з батьками, розвитку власної психологічної стійкості та профілактики професійного вигорання.

Програма поєднує сучасні науково обґрунтовані підходи, практичні інструменти та інтерактивні форми навчання, що забезпечують можливість безпосереднього застосування набутих знань і навичок у професійній діяльності.

Цільова група: педагогічні працівники закладів дошкільної освіти (вихователі, асистенти вихователів, вихователі-методисти).

Обсяг (тривалість): 30 год (1 кредит ЄКТС).

Форма (форми) підвищення кваліфікації: інституційна (дистанційна: синхронний / асинхронний режими навчання).

Мета підвищення кваліфікації: розвиток професійних компетентностей працівників закладів дошкільної освіти щодо забезпечення психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу, створення психологічно безпечного освітнього середовища, підтримки психічного здоров'я дітей і дорослих, розвитку психологічної стійкості, ефективної взаємодії з сім'ями вихованців та формування культури турботи про психічне благополуччя в закладі дошкільної освіти.

Завдання підвищення кваліфікації:

- поглибити знання педагогічних працівників щодо психічного здоров'я, психосоціальної підтримки, вікових особливостей психоемоційного розвитку дітей раннього та дошкільного віку, а також принципів створення психологічно безпечного освітнього середовища;
- сформувати практичні навички розпізнавання ознак психоемоційного неблагополуччя дітей, застосування інструментів психосоціальної підтримки, першої психологічної допомоги та алгоритмів дій у кризових ситуаціях у межах професійної компетентності;
- розвинути компетентності ефективної, емпатійної та ненасильницької комунікації, педагогічного партнерства з батьками (іншими законними представниками дітей), колегами та іншими фахівцями задля забезпечення психологічного благополуччя учасників освітнього процесу;
- удосконалити навички самодопомоги, взаємопідтримки, профілактики професійного вигорання, розвитку психологічної стійкості та збереження власного психічного здоров'я педагогічних працівників;
- сприяти формуванню культури психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в закладі дошкільної освіти як складової безпечного, інклюзивного та здоров'язбережувального освітнього середовища.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:

Загальні компетентності: ЗК.01 (громадянська), ЗК.02 (соціальна), ЗК.06 (етична).

Професійні компетентності: А2 (організаційна), А4 (предметно-методична), Б1 (здоров'язбережувальна), В1 (психо-емоційна), В2 (педагогічне партнерство), Г1 (здатність до навчання впродовж життя), Г2 (інформаційно-комунікаційна).

Очікувані результати підвищення кваліфікації.

У результаті опанування програми педагогічний працівник удосконалює здатність:

- створювати психологічно безпечне, емоційно підтримувальне та інклюзивне освітнє середовище;
- визначати психоемоційні потреби дітей раннього та дошкільного віку і забезпечувати їм психосоціальну підтримку в межах професійної компетентності;
- застосовувати практики психосоціальної підтримки у повсякденній діяльності та в кризових ситуаціях;
- використовувати навички ефективної, емпатійної та ненасильницької комунікації з дітьми, батьками та колегами;

- будувати партнерську взаємодію з сім'ями вихованців і фахівцями мультидисциплінарної команди;
- здійснювати своєчасне скерування дітей і сімей до відповідних фахівців у випадках, що потребують спеціалізованої допомоги;
- застосовувати практики самодопомоги, взаємопідтримки та профілактики професійного вигорання;
- підтримувати власне психічне здоров'я та психологічну стійкість;
- використовувати сучасні інформаційні ресурси для професійного розвитку та психоедукації учасників освітнього процесу.

Оцінювання результатів підвищення кваліфікації.

Система оцінювання в межах програми здійснюється на засадах компетентнісного підходу та передбачає перевірку сформованості професійних здатностей, визначених очікуваними результатами навчання.

Курс складається з навчальних модулів для самостійного опрацювання й 12 фасилітованих онлайн-зустрічей з тренерами для спільної роботи та рефлексій. Після виконання фінального тесту учасники та учасниці отримують сертифікати про підвищення кваліфікації:

обсягом 30 годин за умови проходження від 81% до 100% курсу (виконання завдань та присутність на 8-10 онлайн-зустрічах);

обсягом 15 годин за умови проходження від 60% до 80% курсу (виконання завдань та присутність на 6-8 онлайн-зустрічах).

Слухач/ка вважається таким/ою, що успішно опанував/ла програму, за умови виконання всіх зазначених вимог. У разі невиконання хоча б однієї з них результат підвищення кваліфікації не зараховується.

Документ про підвищення кваліфікації: сертифікат на 30 год (1 кредит ЄКТС).

Вартість: безоплатна.

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Зміст Програми складається з чотирьох модулів та десяти взаємопов'язаних тем. Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає 30 год, з них: 13 год – лекційні заняття, 16 год – практична робота, 1 год – контрольні заходи.

Лекційні заняття проводяться в дистанційному інтерактивному форматі й спрямовані на формування системного розуміння теоретичних, психологічних, методичних й організаційних засад психосоціальної підтримки в закладі дошкільної освіти.

Під час лекцій передбачається:

- інтерактивний виклад навчального матеріалу;
- ознайомлення з основними поняттями психічного здоров'я, психосоціальної підтримки, стресу, психологічної травми, резильєнтності, професійного вигорання, вторинної травматизації та втоми від співчуття;
- розгляд вікових особливостей реагування дітей раннього та дошкільного віку на стресові й травматичні події;
- проведення обговорень і сесій «питання – відповідь»;
- використання цифрових інструментів взаємодії: онлайн-опитувань, інтерактивних дошок, чатів платформи навчання, Mentimeter та інших інструментів;
- робота з алгоритмами, пам'ятками, контрольними списками та моделями надання психосоціальної підтримки;
- аналіз прикладів професійних ситуацій і практик підтримки дітей та дорослих у закладі дошкільної освіти.

Практичні заняття спрямовані на формування прикладних професійних умінь щодо розпізнавання ознак психоемоційного неблагополуччя, надання психосоціальної підтримки дітям і дорослим, застосування технік стабілізації, самодопомоги та професійної взаємопідтримки.

Під час практичних занять передбачається:

- аналіз і розв'язання професійних кейсів, пов'язаних із проявами стресу, кризовими та травматичними ситуаціями;
- моделювання педагогічних ситуацій взаємодії з дітьми, батьками та колегами;
- відпрацювання технік емоційної стабілізації, саморегуляції та підтримки дітей;
- виконання практичних завдань із визначення ознак стресу, психоемоційного неблагополуччя, професійного вигорання, вторинної травматизації та втоми від співчуття;
- опрацювання алгоритмів дій у ситуаціях, що потребують психосоціальної підтримки або скерування до відповідних фахівців;
- виконання рефлексивних вправ, спрямованих на усвідомлення власних ресурсів, розвиток психологічної стійкості та профілактику професійного виснаження;
- обмін професійним досвідом учасників і спільний пошук практичних рішень.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин				
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Підсумковий тест	Усього
МОДУЛЬ 1. СТРЕС ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ					
Тема 1.1. Вплив стресу на організм людини	1	1	-	-	2
Тема 1.2. Симптоми стресу у дітей	1	1	-	-	2
Тема 1.3. Перша психологічна допомога (ППД)	2	2			4
Всього за модулем	4	4	-	-	8
МОДУЛЬ 2. ПІДВИЩЕННЯ СТІЙКОСТІ ДО ПЕРЕЖИВАННЯ НАСЛІДКІВ СТРЕСУ					
Тема 2.1. Техніки стабілізації стану дітей	1	1			2
Тема 2.2. Безпечний дорослий. Запобігання вигорянню	1	2			3
Тема 2.3. Ресурси особистості, відновлення та розвиток резилієнтності	2	3		-	5
Всього за модулем	4	6	-	-	10
МОДУЛЬ 3. ПІДТРИМКА ДІТЕЙ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ					
Тема 3.1. Травмачутливий підхід та алгоритми надання психосоціальної підтримки дітям	2	3	-	-	5

Тема 3.2. Підтримка дитини після втрати близької людини	1	1		-	2
Всього за модулем	3	3	-	-	7
МОДУЛЬ 4. ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА НА РОБОЧОМУ МІСЦІ					
Тема 4.1. Ментальне здоров'я працівників закладу дошкільної освіти. Психосоціальні ризики на робочому місці	1	1	-	-	2
Тема 4.2. Організація системи підтримки ментального здоров'я в закладі дошкільної освіти	1	1		-	2
Всього за модулем	2	2	-	-	4
Підсумкові заходи	-	-	-	1	1
Усього	13	16	-	1	30

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

МОДУЛЬ 1. СТРЕС ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ

Тема 1.1. Вплив стресу на організм людини

Поняття стресу, його види, причини виникнення та механізми розвитку. Фізіологічні, психологічні, емоційні, когнітивні й поведінкові прояви стресу в дітей і дорослих. Особливості реагування на стрес дітей раннього та дошкільного віку залежно від вікових та індивідуальних особливостей розвитку. Чинники ризику та чинники захисту, що впливають на психологічне благополуччя дитини. Ознаки гострого та тривалого стресу, їх вплив на розвиток, навчання, поведінку й взаємодію дитини з оточенням.

Тема 1.2. Симптоми стресу у дітей

Особливості проявів стресу в дітей раннього та дошкільного віку залежно від віку, індивідуальних особливостей розвитку та життєвого досвіду. Емоційні, поведінкові, когнітивні та фізіологічні ознаки стресу, їх відмінності від вікових особливостей розвитку та інших станів. Чинники, що можуть посилювати або зменшувати стресові реакції дітей. Спостереження як інструмент своєчасного виявлення змін у поведінці та емоційному стані дитини. Роль педагогічного працівника у ранньому розпізнаванні симптомів

стресу, створенні підтримувального освітнього середовища, наданні базової психосоціальної підтримки та взаємодії з батьками (іншими законними представниками дітей) і фахівцями у випадках, що потребують додаткової допомоги.

Тема 1.3. Перша психологічна допомога (ППД)

Сутність, принципи та основні дії першої психологічної допомоги відповідно до міжнародних рекомендацій. Межі компетентності педагогічного працівника під час надання першої психологічної допомоги дітям, батькам (іншим законним представникам дітей) і колегам. Алгоритм надання першої психологічної допомоги, особливості комунікації з людьми, які перебувають у стані гострого стресу, та забезпечення відчуття безпеки. Практичні підходи до стабілізації емоційного стану, підтримувальної взаємодії, оцінювання потреб постраждалих і визначення випадків, що потребують скерування до фахівців із психічного здоров'я або інших служб допомоги.

МОДУЛЬ 2. ПІДВИЩЕННЯ СТІЙКОСТІ ДО ПЕРЕЖИВАННЯ НАСЛІДКІВ СТРЕСУ

Тема 2.1. Техніки стабілізації стану дітей

Поняття психологічної стабілізації та її значення для відновлення емоційного стану дітей після стресових і кризових подій. Практичні техніки емоційної та фізіологічної стабілізації, спрямовані на зниження рівня напруження, відновлення відчуття безпеки, саморегуляції та емоційної рівноваги дітей раннього й дошкільного віку. Особливості застосування стабілізаційних технік у повсякденній діяльності закладу дошкільної освіти та в кризових ситуаціях. Роль педагогічного працівника у виборі та безпечному застосуванні технік стабілізації відповідно до віку, індивідуальних особливостей і потреб дитини.

Тема 2.2. Безпечний дорослий. Запобігання вигорянню

Поняття «безпечний дорослий» як основа психосоціальної підтримки дітей. Вплив психоемоційного стану педагогічного працівника на благополуччя, розвиток і відчуття безпеки дітей. Причини, ознаки та стадії професійного вигорання, вторинної травматизації та втоми від співчуття. Практичні підходи до профілактики професійного виснаження, підтримання психологічного благополуччя, розвитку навичок саморегуляції та формування культури взаємної підтримки в педагогічному колективі.

Тема 2.3. Ресурси особистості, відновлення та розвиток резилієнтності

Поняття внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості, психологічного відновлення та резилієнс як основи професійної стійкості педагогічного працівника. Чинники, що сприяють збереженню психічного здоров'я, підтриманню особистісних ресурсів і відновленню після стресових ситуацій. Практичні підходи до розвитку психологічної стійкості, формування навичок самодопомоги, взаємопідтримки, емоційної саморегуляції та усвідомленого піклування про власне благополуччя. Використання ресурсного підходу в

професійній діяльності для забезпечення якісної психосоціальної підтримки дітей та інших учасників освітнього процесу.

МОДУЛЬ 3. ПІДТРИМКА ДІТЕЙ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Тема 3.1. Травмачутливий підхід та алгоритми надання психосоціальної підтримки дітям

Сутність травмачутливого підходу в діяльності закладу дошкільної освіти та його значення для забезпечення психологічної безпеки дітей. Особливості реагування дітей на травматичні події, принципи побудови безпечної взаємодії та підтримувального освітнього середовища. Практичні підходи й алгоритми надання психосоціальної підтримки дітям, які пережили травматичний досвід, у межах професійної компетентності педагогічного працівника. Роль педагога у своєчасному розпізнаванні потреб дитини, взаємодії з батьками (іншими законними представниками дітей) та міждисциплінарній співпраці для забезпечення комплексної допомоги.

Тема 3.2. Підтримка дитини після втрати близької людини

Сутність понять горювання та втрати. Особливості переживання втрати та горювання дітьми раннього й дошкільного віку залежно від вікових та індивідуальних особливостей розвитку. Прояви горювання в поведінці, емоційному стані та взаємодії дитини з оточенням. Практичні підходи до підтримки дітей, які переживають втрату близької людини, створення безпечного простору для вираження почуттів і відновлення відчуття стабільності. Роль педагогічного працівника у підтримувальній комунікації, взаємодії з родиною, дотриманні професійних меж та своєчасному залученні фахівців у випадках, що потребують спеціалізованої допомоги.

МОДУЛЬ 4. ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА НА РОБОЧОМУ МІСЦІ

Тема 4.1. Ментальне здоров'я працівників закладу дошкільної освіти. Психосоціальні ризики на робочому місці

Поняття ментального здоров'я працівників та його значення для забезпечення якості освітнього процесу, професійного благополуччя й організаційної ефективності закладу дошкільної освіти. Основні психосоціальні ризики на робочому місці, чинники, що впливають на психологічне благополуччя працівників, та їхній вплив на професійну діяльність. Практичні підходи до виявлення, оцінювання та аналізу психосоціальних ризиків, використання інструментів самооцінювання й організаційного оцінювання психологічного клімату. Роль керівника та працівників закладу дошкільної освіти у створенні безпечного, підтримувального та здорового робочого середовища.

Тема 4.2. Організація системи підтримки ментального здоров'я в закладі дошкільної освіти

Принципи розроблення та впровадження програми підтримки ментального здоров'я працівників закладу дошкільної освіти. Основні компоненти програми: профілактика психосоціальних ризиків, зміцнення

психологічного благополуччя, розвиток культури взаємопідтримки, раннє виявлення потреб працівників та організація доступу до необхідної допомоги. Практичні підходи до планування, реалізації та оцінювання ефективності заходів із підтримки ментального здоров'я на робочому місці. Роль керівника, педагогічних працівників і всього колективу у формуванні організаційної культури, що сприяє збереженню психічного здоров'я та професійної стійкості.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи

1. Конституція України: Закон України від 28 червня 1996 р. № 254к/96-ВР. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр> (дата звернення: 20.07.2026).
2. Про освіту : Закон України від 05 вересня 2017 р. № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 20.07.2026).
3. Про дошкільну освіту: Закон України від 06 червня 2024 р. № 3788-IX (зі змінами). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3788-20> (дата звернення: 20.07.2026).
4. Про охорону дитинства : Закон України від 26 квітня 2001 р. № 2402-III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2402-14> (дата звернення: 20.07.2026).
5. Державний стандарт дошкільної освіти (Базовий компонент дошкільної освіти): постанова Кабінету Міністрів України від 26 листопада 2025 р. № 1557. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1557-2025-%D0%BF> (дата звернення: 20.07.2026).
6. Професійний стандарт «Вихователь закладу дошкільної освіти»: наказ Міністерства економіки України від 19 жовтня 2021 р. № 755-21. URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-profesijnogo-standartu-vihovatel-zakladu-doshkilnoyi-osviti> (дата звернення: 20.07.2026).

Основна література

1. Підтримуємо та зберігаємо психічне здоров'я дітей. Методичний посібник для вихователів. ЮНІСЕФ, Український інститут розвитку освіти, ВГО «Асоціація працівників дошкільної освіти». Київ, 2023.
2. Благополуччя дітей і педагогів: дієві інструменти та практики психосоціальної підтримки. Навчальний курс для педагогічних працівників закладів освіти. МОН України, LEGO Foundation, MHPSS Collaborative.
3. Психосоціальна підтримка ментального здоров'я дітей і педагогів: дієві інструменти і практики / С. Харитонova, Т. Брайченко, Н. Якухіна. Черкаси, 2024.
4. Психологічна допомога дітям під час та після війни: посібник для педагогів / О. Залеська, О. Кочарян, М. Малімон. Харків, 2022.
5. Гратися і не боятися. Програма підтримки психічного здоров'я дітей дошкільного віку. ЮНІСЕФ Україна, NUMO, 2024.

6. Ментальне здоров'я дітей під час війни: поради батькам та опікунам. ЮНІСЕФ Україна, 2024.
7. Бути ПОРУЧ. Освітній серіал для педагогів щодо підтримки психічного здоров'я дітей. МОН України, ЮНІСЕФ, Дія.Освіта.
8. Навчаємо з емпатією. Як підтримати дітей, які пережили травматичний досвід. Методика проведення занять для педагогів, психологів та вихователів / О. Пометун, Г. Серова. Київ, 2024.

Електронні ресурси

1. Стресостійке дитинознавство. Світлана Ройз. <https://surli.cc/rlfhoc>
2. Як арт-терапія допоможе впоратися зі стресом? Корисні вправи для дітей і дорослих <https://bit.ua/2020/03/art-therapy/>
3. Як говорити з дітьми про війну: поради психологів. Кілька порад щодо того, як підійти до розмови з дитиною про війну. ЮНІСЕФ <https://www.unicef.org/ukraine/stories/how-to-talk-to-children-about-war>
4. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» – <https://howareu.com>