

**Палац творчості дітей та юнацтва
Броварської міської ради Броварського району
Київської області**



«Внутрішнє світло: творчий шлях до ментального благополуччя»

*(проект з відновлення ментального здоров'я
учасників освітнього процесу)*

Автори проєкту:



Валентина ПАВЛУЧЕНКО,
директор



Оксана ЛУЦЕНКО,
практичний психолог



Оксана БЕХ,
методист



Катерина ПОБОРОЗНЮК,
завідувач відділу

Актуальність проєкту



Вплив на навчання

Здатність до концентрації, запам'ятовування інформації та вирішення проблем.



Запобігання вигоранню

Довготривале збереження мотивації та задоволеності від роботи й навчання.

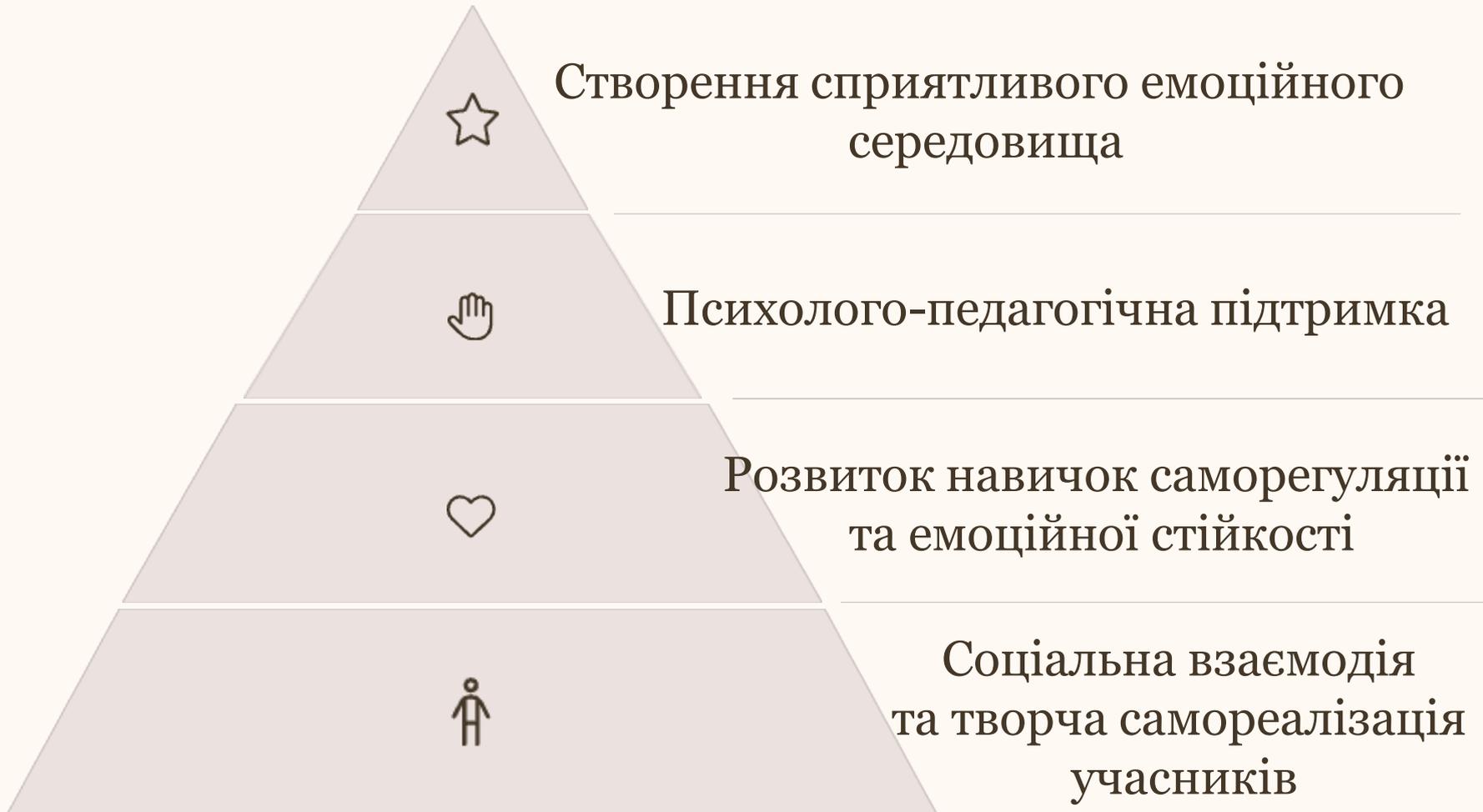


Емоційна стійкість

Здатність ефективно реагувати на життєві труднощі та зміни.



Мета проєкту





Ключові завдання проєкту



Безпечне середовище

Формування безпечного та комфортного освітнього середовища в закладі



Діагностика

Виявлення основних потреб та проблем через діагностику психоемоційного стану учасників освітнього процесу



Комунікація

Формування навичок ефективної комунікації та конструктивного вирішення конфліктів



Емоційний інтелект

Розвиток емоційного інтелекту вихованців із метою підвищення їхньої стресостійкості та соціальної адаптації

Учасники та тип проєкту



Проєкт є практико-орієнтованим, колективним та довготривалим (лютий 2022 р. – червень 2026 р.). За ступенем самостійності він експериментально-дослідницький, а за характером контактів – внутрішній. Місцем розроблення та реалізації проєкту є Палац творчості дітей та юнацтва.

Основні заходи проєкту

Діагностика

- Анкетування педагогів, вихованців та їх батьків
- Діагностика емоційного стану вихованців

Розвиткові заняття

- Тренінги з емоційного інтелекту
- Арт-терапевтичні заняття
- Руханки та спортивні активності

Профілактично-просвітницькі заходи

- Всесвітній день психічного здоров'я, Міжнародний день толерантності
- Акції: «Голуб МИРУ», «Обіймаємо любов'ю», «Щастя в моменті»
- «16 днів проти насильства», «Діти та війна: навчання технік зцілення»



Інноваційні методики та підходи



— Арт-терапія

Проведення циклу заходів з арт-терапії: "Янгол-охоронець", "Мандала щастя" тощо



— Кінотерапія

Перегляд мультфільмів та фільмів, що мотивують: "Думками на виворіт", "Душа"



— Руханки

Впровадження руханок "Я і ти", "Подорож метелика", "Рух, ігри, спорт і креативність"



— Ігрові методики

Ігри для емоційної регуляції: "Коло емоцій", "Щоденник радощів" тощо

Середовище довіри й безпеки: підтримка ментального здоров'я вихованців





Як ти? Лідерство, що починається з турботи про себе



Профілактика вигорання та ресурсне відновлення педагогів



Ресурсна родина – ресурсна дитина: робота з батьками



Ресурси для реалізації проєкту



Людські ресурси

Адміністрація, психолог, педагогічні працівники, батьки



Матеріальні ресурси

Простір, обладнання, творчі матеріали, діагностичні інструменти



Інформаційні ресурси

Навчальні матеріали, веб-ресурси, соціальні мережі



Фінансові ресурси

Бюджетні кошти, залучені кошти

Очікувані результати



- Безпечне середовище
- Підвищення обізнаності
- Підвищення стресостійкості
- Покращення психоемоційного стану
- Розвиток емоційного інтелекту
- Покращення взаєморозуміння
- Підвищення професійної компетентності педагогів

Проект спрямований на формування довірливої атмосфери, розвиток культури психологічної підтримки та підвищення рівня самоповаги й впевненості у собі всіх учасників освітнього процесу.

Список використаних джерел

- Аносова А. В., Петушкова Л. А., Петушкова О. Д. Сьогодні заради майбутнього. Школа у воєнний та післявоєнний час: посібник для керівників та педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти. Київ : Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2022. 148 с. URL: https://osvita.ua/doc/files/news/890/89084/Sogodni_zaradi_majbutnogo_Shkola_u_voye.pdf
- Аптечка швидкої психологічної допомоги. URL: <https://howareu.com/self-help>
- Всеукраїнська програма ментального здоров'я ТИ ЯК? URL: <https://howareu.com/>
- Діти та війна. Навчання технік зцілення / Сміт П., Дирегров А., Юле В. / пер. з англ. О. Антонишин; наук. ред. Катерини Явної. Львів : Галицька Видавнича Спілка, 2022. 108 с. URL: <https://clipr.cc/ov4Yu>
- Психологічна допомога дітям під час війни: добірка практичних інструментів і порад від психологині Світлани Ройз. URL: <https://surl.li/pekfdm>

Середовище гармонії та відновлення – майбутнє України!

Цей проєкт є джерелом
внутрішньої сили кожного
учасника освітнього процесу
та внеском у побудову суспільства,
де турбота про психічне здоров'я
є національним пріоритетом.



Піклуймося про ментальне здоров'я разом!



Сайт ПТДЮ



2025