Додаток №2 до наказу
від 05 вересня 2025року
№ 411

Міністерство освіти і науки України

Національний університет «Запорізька політехніка»

Програма Національного університету «Запорізька політехніка» з психосоціальної підтримки й розвитку ментального здоров'я

2025

1. Вступ

1.1. Основна мета програми підтримки ментального здоров'я, яку реалізують в Національному університету «Запорізька політехніка» (далі - Університет) в рамках всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», - створити комплексну та ефективну систему психосоціальної підтримки для здобувачів освіти, викладачів, працівників Університету, що сприятиме підвищенню обізнаності колективу Університету у сфері психічного здоров'я, покращуватиме психологічний добробут колективу та підвищуватиме його рівень продуктивності.

Університет прагне створити ефективну систему психосоціальної підтримки для працівників та здобувачів освіти Університету, яка забезпечує безперервний доступ учасників освітнього процесу до якісної інформації стосовно ментального здоров'я, а також забезпечить можливість отримати професійну психологічну допомогу від висококваліфікованих фахівців сфери психічного здоров'я.

1.2. Підтримка ментального здоров'я означає створення гнучкої багатофункційної системи психосоціальної підтримки, яка містить у своїй структурі такі компоненти:

- просвітницький, який полягає у створенні простору, де всі учасники освітнього процесу матимуть можливість отримати якісну інформацію стосовно ментального здоров'я;

- консультативний, який полягає у створенні можливостей для викладачів, працівників та здобувачів освіти звернутися по допомогу до висококваліфікованих фахівців сфери психічного здоров'я;

- академічний, який полягає в оновленні компонентів освітніх програм спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування» із залученням сучасної інформації про психічне явище, а також створення можливостей для міжнародного обміну досвідом для здобувачів освіти спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування».

1.3. Програма підтримки ментального здоров'я сприяє формуванню підвищення резильєнтності суспільства.

Забезпечення ефективної системи психосоціальної підтримки дає змогу підвищити конкурентоспроможність Університету на міжнародному рівні, оскільки багато міжнародних програм підтримують установи, на базі яких реалізують програми з підтримки ментального здоров'я.

1.4 Програма підтримки ментального здоров'я узгоджується з національними та міжнародними зобов'язаннями України у сфері психічного здоров'я, зокрема Законом «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні»; Наказ МОНУ №509, від 22.05.2018 «Про затвердження положення психологічної служби в системі освіти України».

2. Цілі програми.

2.1. Стратегічні цілі.

2.1.1 Підвищення рівня обізнаності про ментальне здоров'я серед викладачів, працівників та здобувачів освіти Університету:

- забезпечення відкритого доступу до якісної інформації з питань ментального здоров'я;

- імплементація якісних інформацій про ментальне здоров'я в освітній процес.

2.1.2. Забезпечення імплементації міжнародного досвіду в освітні програми:

- створення для здобувачів освіти спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування» можливості обміну досвідом з фахівцями з європейських країн шляхом стажування в закладах вищої освіти Європи;

- залучення здобувачів освіти спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування» до написання міжнародних наукових проєктів, які пов'язані з темою ментального здоров'я.

2.1.3 Створення простору, в якому викладачі, працівники та здобувачі освіти матимуть можливість отримати якісну психосоціальну підтримку від висококваліфікованих фахівців у сфері психічного здоров'я.

2.2 Конкретні цілі та ініціативи.

2.2.1. Створення відкритого лекторію, в рамках якого буде надаватися якісна інформація про ментальне здоров'я:

- проведення семінарів, вебінарів, що сприятимуть підвищенню обізнаності у сфері ментального здоров'я викладачів, працівників та здобувачів освіти Університету;

- проведення курсів підвищення кваліфікації для фахівців сфери психічного здоров'я для різних категорій осіб в рамках освіти дорослих;

- реалізація програм навчання із подальшим підтвердженням отриманих компетентностей і отримання категорії практичного психолога (соціальна сфера) в кваліфікаційному центрі Університету;

- організація дискусій з важливих питань сфери психічного здоров'я.

2.2.2 Створення програми академічної мобільності для здобувачів освіти та викладачів спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування»:

-забезпечення можливості для здобувачів освіти спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування» стажування в закладах вищої освіти інших країн;

- забезпечення участі викладачів кафедр «Психологія» та «Соціальна робота» в науково-дослідних проєктах Євросоюзу;

- забезпечення можливості для викладачів кафедр «Психологія» та «Соціальна робота» проходження курсів підвищення кваліфікації на базі закладах вищої освіти інших країн.

2.2.3 Створення навчально-наукового центру соціально-психологічної підтримки та резильєнтності як окремого структурного підрозділу в структурі Університету:

- забезпечення доступності до якісної психологічної допомоги для всіх учасників освітнього процесу;

- створення можливостей для професійного розвитку майбутніх фахівців сфери психічного здоров'я.

2.3. Ключові показники успішності програми підтримки ментального здоров'я:

- підвищення психологічного добробуту колективу на основі регулярного оцінювання психоемоційного стану викладачів, співробітників та здобувачів освіти Університету;

- покращення репутації Університету як установи, в якій створено умови для розв'язання найактуальніших проблем суспільства.

2.4. Залучення зовнішніх партнерів для реалізації програми з підтримки ментального здоров'я:

- співпраця з національними та міжнародними організаціями, що опікуються проблемами ментального здоров'я для обміну досвідом та для реалізації ініціатив;

- залучення грантових та спонсорських коштів для реалізації програм психосоціальної підтримки для різних верств населення.

3. Моніторинг поточної ситуації.

Первинне оцінювання поточного стану системи психосоціальної підтримки в Університеті здійснюється протягом року. Це збирання та аналіз кількісних та якісних даних, що відображають динаміку зміни психоемоційного стану викладачів, працівників та здобувачів освіти. Метою оцінювання є:

- виявлення найбільш вразливих категорій людей, які потребують психосоціальної підтримки;

- виявлення джерел сильного емоційного напруження для викладачів, працівників та здобувачів освіти Університету;

- пошук практик, що сприятимуть збереженню та зміцненню ментального здоров'я всіх учасників освітнього процесу.

Первинне оцінювання психоемоційного стану всіх учасників освітнього процесу здійснювалося за допомогою спеціальних валідизованих психологічних методик за такими показниками:

- задоволеність своєю роботою;

- працездатність;

- задоволеність відносинами в колективі;

- наявність хронічного стресу;

- наявність тривожних та/або депресивних станів.

3.2. Виявлення пріоритетних напрямів роботи системи психосоціальної підтримки.

Пріоритетні напрями роботи системи психосоціальної підтримки визначають на основі аналізу потреб учасників освітнього процесу, що здійснювався за допомогою:

- опитувань викладачів, працівників та здобувачів освіти Університету щодо тем, що їх цікавлять у сфері психічного здоров'я;

- аналізу сучасних тенденцій у сфері психічного здоров'я в Україні та у світі.

3.3. Результати та висновки:

- узагальнення результатів оцінювання психоемоційного стану та аналізу потреб всіх учасників освітнього процесу;

- визначення пріоритетних напрямів роботи системи психосоціальної підтримки в університеті;

- окреслення ключових викликів, з якими зіштовхується Університет у сфері підтримки ментального здоров'я.

3.4. Оцінювання ефективності впровадження програми підтримки ментального здоров'я і коригування за потреби:

- створення робочої групи з моніторингу впровадження програми підтримки ментального здоров'я, яка регулярно оцінюватиме досягнуті результати;

- проведення щорічного оцінювання системи психосоціальної підтримки в Університеті шляхом оцінювання психоемоційного стану всіх учасників освітнього процесу;

- публікація щорічних звітів про виконання програми підтримки ментального здоров'я та досягнутих результатів.

3.5. Корегування плану програми підтримки ментального здоров'я відповідно до змін і потреб Університету:

- проведення регулярного аналізу досягнутих результатів і корегування заходів, які виявилися недостатньо ефективними;

- залучення зовнішніх експертів для оцінювання ефективності заходів і надання рекомендацій щодо їх покращення.

4. Заходи та ініціативи:

4.1.1 Відкритий лекторій, присвячений темі ментального здоров'я:

- організація лекції та тренінгів для викладачів, науковців і працівників Університету з питань підтримки ментального здоров'я;

- проведення семінарів та вебінарів на тему підтримки ментального здоров'я для здобувачів освіти з метою, підвищення їхньої обізнаності в сфері психічного здоров'я;

- запрошення експертів з питань підтримки ментального здоров'я для проведення лекції, семінарів, вебінарів, воркшопів, де будуть розкриватися найактуальніші теми в сфері психічного здоров'я.

4.2.2. Інформаційні компанії з метою популяризації інформації стосовно ментального здоров'я:

- розміщення інформаційних банерів, плакатів і матеріалів на тему підтримки ментального здоров'я в Університеті, на яких буде представлена інформація про першу психологічну допомогу та основні тенденції у сфері психічного здоров'я, що сприятиме популяризації теми ментального здоров'я серед всіх учасників освітнього процесу;

- використання вебсайту та соціальних мереж університету для поширення якісної інформації про ментальне здоров'я;

- проведення тижнів ментального здоров'я, де будуть організовані події, присвячені підвищенню обізнаності та залученню здобувачів освіти до обговорення важливих питань у сфері психічного здоров'я.

4.2. Впровадження програми академічної мобільності для викладачів та здобувачів освіти спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота та консультування»:

- організація стажування в закладах вищої освіти Європи для здобувачів освіти спеціальності «Психологія» з метою обміну досвідом та підвищення рівня їхньої професійної компетентності;

- імплементація досвіду Євросоюзу у сфері психічного здоров'я в освітні програм Університету;

- організація стажування викладацького складу у закладах вищої освіти країн Європи.

4.3. Кар'єрний розвиток.

4.3.1 Створення розгалуженої системи курсів для фахівців зі сфери психічного здоров'я:

- створення курсів підвищення кваліфікацій для фахівців сфери психічного здоров'я разом із провідними закладами вищої освіти країн Європи;

- створення можливостей для спеціалістів сфери психічного здоров'я, отримання кваліфікацій із базових методів психотерапії на базі Університету;

- створення програм менторства для здобувачів освіти спеціальності «Психологія», де досвідчені фахівці будуть допомагати майбутнім психологам підвищити їхню професійну компетентність.

4.3.2. Програми лідерства та психологічної підтримки для молоді з залученням міжнародних організацій:

- проведення в Університеті міжнародні заходи, спрямовані на розвиток лідерських якостей у представників молоді;

- проведення груп з фасилітації та кар'єрного планування для здобувачів освіти під керівництвом міжнародних фахівців.

4.4. Центр стресостійкості (Ризильєнс центр):

- створення простору, де буде наявним безперервний доступ до якісної психосоціальної підтримки від висококваліфікованих фахівців для всіх учасників освітнього процесу;

- проведення регулярних безкоштовних груп психосоціальної підтримки для викладачів, працівників, здобувачів освіти Університету та громадян України.