unesco



АРХІТЕКТУРА БЕЗПЕКИ

ОРГАНІЗАЦІЯ БЕЗПЕЧНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

ПОСІБНИК ДЛЯ ПЕДАГОГІВ

Education 2030

АРХІТЕКТУРА БЕЗПЕКИ

ОРГАНІЗАЦІЯ БЕЗПЕЧНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

ПОСІБНИК ДЛЯ ПЕДАГОГІВ

ЮНЕСКО – світовий лідер в галузі освіти.

Освіта є головним пріоритетом ЮНЕСКО, оскільки вона є основним правом людини і фундаментом для миру та сталого розвитку. ЮНЕСКО – це спеціалізована агенція ООН з питань освіти, яка забезпечує глобальне та регіональне лідерство для сприяння прогресу, зміцнюючи стійкість і спроможність національних систем обслуговувати всіх здобувачів освіти. ЮНЕСКО також очолює зусилля з реагування на сучасні глобальні виклики через трансформаційне навчання, приділяючи особливу увагу гендерній рівності та Африці в усіх своїх діях.

unesco
United Nations
Educational, Scientific
and Cultural Organization

Глобальний порядок денний у сфері освіти до 2030 року

ЮНЕСКО, як спеціалізована агенція ООН з питань освіти, відповідальна за керівництво та координацію Порядку денного у сфері освіти до 2030 року, що є частиною глобального руху, спрямованого на викорінення бідності через досягнення 17 Цілей сталого розвитку до 2030 року. Освіта, яка є ключовою для досягнення всіх цих цілей, має свою власну Ціль 4, яка передбачає "забезпечення інклюзивної та справедливої якісної освіти та сприяння можливостям навчання протягом усього життя для всіх." Рамкова програма дій у сфері освіти до 2030 року надає рекомендації щодо реалізації цієї амбітної мети та зобов'язань.

Education 2030

Опубліковано у 2025 році Організацією Об'єднаних Націй з питань освіти, науки та культури
7, пляс де Фонтенуа, 75352 Париж 07 SP, Франція
© ЮНЕСКО 2025

Ця публікація доступна у відкритому доступі за ліцензією Attribution-ShareAlike 3.0 IGO (CC-BY-SA 3.0 IGO) license (http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/igo/). Використовуючи вміст цієї публікації, користувачі погоджуються дотримуватися умов користування Репозиторієм відкритого доступу ЮНЕСКО (https://www.unesco.org/en/open-access/cc-sa).

Використовувані позначення та подання матеріалу в цій публікації не означають вираження будь-якої думки з боку ЮНЕСКО щодо правового статусу будь-якої країни, території, міста чи регіону чи їх органів влади, або щодо делімітації їхніх кордонів або меж.

Ідеї та думки, висловлені в цій публікації, належать авторам; вони не обов'язково належать ЮНЕСКО і не створюють зобов'язань для Організації.

Автори: Анастасія Апетик, Тетяна Водолазська, Сергій Гринівецький, Світлана Дрібас, Анастасія Дьякова, Ганна Єфімцева, Наталія Заварова, Ірина Лютенко, Катерина Павленко, Максим Пертахія, Євген Фіщук, Василь Чорнобровенко, Софія Шимків, Андрій Шпількін, Оксана Філіпенко, Василь Філоненко

Ілюстрації та обкладинка:
bizvector/Shutterstock.com
https://www.flaticon.com/

Графічний дизайн: Віра Іванова
Верстка: Віра Іванова

Друк: ТОВ Арена: Конференції та семінари
Надруковано в Київ, Україна.

Ця публікація стала можливою завдяки щедрому внеску уряду Японії.

Зміст

Вступ 5

Скорочення 7

Розділ 1. Організаційні засади безпечного освітнього середовища 8

1.1. Безпечне середовище в закладі освіти 9
1.2. Побудова безпечного освітнього середовища в закладі освіти 13
1.3. Міжвідомча взаємодія з питань безпеки в освітньому середовищі: координація та спільні дії 16
1.4. Команда реагування в закладі освіти: організація та порядок роботи 20

Розділ 2. Підготовка працівників закладу освіти до реагування на надзвичайні ситуації 23

2.1. Формування психологічної готовності працівників закладу освіти до реагування на надзвичайні ситуації 24
2.2. Організація підготовки та проведення тренувань 26
2.3. Створення алгоритмів дій під час надзвичайних ситуацій в закладі освіти 31
2.4. Права та обов'язки педагогічних та науково-педагогічних працівників щодо захисту життя та здоров'я здобувачів освіти 33

Розділ 3. Потенційні виклики та загрози для закладу освіти: підготовка та алгоритми дій 37

3.1. Надзвичайні ситуації соціального, природного, техногенного та воєнного характеру 38
3.2. Пожежна безпека в закладі освіти 43
3.3. Мінна безпека: вибухонебезпечні предмети 50

Розділ 4. Запобігання та протидія насильству в закладі освіти 53

4.1. Профілактика насильства під час війни 54
4.2. Відповідальність учасників освітнього процесу щодо насильства 56
4.3. Дії педагогічних працівників у разі виявлення ознак домашнього насильства 60
4.4. Булінг у закладі освіти: профілактика, алгоритми реагування 62

Розділ 5. Інформаційна безпека та кібербезпека в закладі освіти 64

5.1. Кіберпростір в закладі освіти 65
5.2. Виклики та ризики для онлайн-безпеки в освітньому процесі 68
5.3. Безпечна поведінка в цифровому середовищі 71
5.4. Цифрові загрози для здобувачів освіти в Інтернеті 75

Розділ 6. Психологічна безпека освітнього середовища 81

6.1. Поняття психологічно безпечного освітнього середовища 82
6.2. Кризові та стресові ситуації: фізіологічні, когнітивні, емоційні та поведінкові ознаки 85
6.3. Конструктивне спілкування та взаємодія в закладі освіти 88
6.4. Емоційна саморегуляція педагога в стресових та кризових ситуаціях 91

Розділ 7. Травмофокусований підхід в діяльності педагога 94

7.1. Сутність та принципи травмофокусованої підтримки 95
7.2. Перша психологічна допомога під час надзвичайної ситуації. Алгоритми дій 97
7.3. Соціально-емоційне навчання 100

Список використаної та рекомендованої літератури 104

Додатки 109

Основні терміни 149

Вступ

Сучасна Україна стикається з постійними викликами, що впливають на всі аспекти життя, включаючи освіту. Події, пов'язані з військовим конфліктом, соціальними та економічними труднощами, значно підвищили рівень стресу та невизначеності серед населення. У цей непростий час забезпечення безпеки в закладах освіти стає першочерговим завданням держави, адже безпека є основою для успішного навчання та розвитку дітей. В таких умовах виникає потреба в створенні комплексного підходу до організації безпечного освітнього середовища, що включає фізичну, психологічну та інформаційну складові.

Цей посібник розроблено для всіх категорій педагогічних працівників: вчителів, вихователів, адміністрації, практичних психологів, соціальних педагогів та інших працівників, дотичних до освітнього процесу.

Основна мета посібника — надати методичні рекомендації та практичні поради для створення безпечного та підтримуючого середовища, що сприяє не лише академічним досягненням, але й емоційному благополуччю та соціальній адаптації здобувачів освіти.

У посібнику детально розглянуто організаційно-методичні засади створення безпечного освітнього середовища. Він містить рекомендації щодо реалізації основних компонентів безпеки: фізичної безпеки, реагування на надзвичайні ситуації та психологічної безпеки. У посібнику також розглядаються норми та рекомендації з підготовки закладу освіти до реагування на надзвичайні ситуації, включаючи загрозу нападу. Особливу увагу приділено методичним рекомендаціям щодо проведення тренувань та навчань учасників освітнього процесу. Окрім того, в посібнику наведені вправи та поради щодо забезпечення психологічної підтримки здобувачам освіти, які пережили травматичні події.

Посібник є практичним інструментом для освітян, які прагнуть забезпечити безпеку та підтримку всіх учасників освітнього процесу в складних умовах сучасного світу. Він допоможе впровадити системний підхід до організації безпечного освітнього середовища та буде сприяти розвитку навичок, необхідних для ефективного реагування на виклики та загрози.

Посібник структурований таким чином, щоб кожен розділ відповідав на конкретні питання щодо організації безпечного середовища в закладі освіти.

Кожен розділ містить методичні рекомендації та додатки, які можуть бути використані як інструменти для впровадження запропонованих заходів. У додатках пропонуються алгоритми дій в різних небезпечних ситуаціях, серед них — інформаційна та кібербезпека, реагування на надзвичайні ситуації, надання першої психологічної допомоги тощо.

Алгоритми створені для забезпечення чітких, покрокових дій працівників закладів освіти в разі надзвичайних ситуацій. Систематичне відпрацювання порядку дій під час тренувань в закладі освіти допоможе забезпечити готовність до непередбачуваних подій.

В кінці посібника наведено додаткову та рекомендовану літературу для глибшого ознайомлення з темою, а також нормативно-правову базу для організації безпечного освітнього середовища.

Дякуємо вам за відданість та наполегливу щоденну працю. Разом створюємо психологічно та фізично безпечне освітнє середовище для дітей, навіть у найскладніші часи.

Вітальні слова

Система освіти України сьогодні зіштовхується з винятковими викликами. Створення безпечних умов для безперервності освітнього процесу під час війни — відповідальність держави.

Ви, освітяни, щодня маєте справу з наслідками цих викликів, тому важливо підтримати вас і навчити орієнтуватися в надзвичайних ситуаціях.

Цей посібник створено, щоб надати вам ці знання. У ньому зібрані практичні рекомендації та алгоритми дій, які допоможуть діяти в екстрених ситуаціях.

Комплексний підхід до безпеки, що охоплює фізичну, психологічну та інформаційну складову, є критично важливим для створення безпечного та підтримувального освітнього середовища.

Я сподіваюся, що цей посібник стане надійним інструментом у ваших руках і допоможе в екстрених ситуаціях, які, на жаль, через агресію росії, сьогодні мають місце в освітньому процесі.

Оксен Лісовий
Міністр освіти і науки України

Діти, підлітки та молодь є невід'ємною частиною кожного суспільства і нашою найбільшою відповідальністю. Як старше покоління, ми зобов'язані переконатися, що їхнє дитинство безпечне, навіть у найскладніші часи. Гарантуючи це право, ми надаємо їм сили створювати кращий світ для всіх та захищати майбутнє людства.

ЮНЕСКО приділяє особливу увагу освіті як фундаментальному праву людини. Освіта не лише сприяє розвитку особистості, але й допомагає подолати бідність, підтримувати мир і сприяти створенню кращих суспільств та сталому розвитку. Безпека в школах є надзвичайно важливою, адже лише в безпечних умовах діти можуть повноцінно залучатися до навчання. Підтримка державних інституцій у розробці програми зі створення безпечного освітнього середовища, і зокрема цього посібника, є важливим кроком до досягнення таких умов.

Школа традиційно сприймається як місце, де діти здобувають знання, формують світогляд, заводять друзів, мріють і вчаться взаємодіяти з однолітками та вчителями. Але світ, в якому сьогодні зростають діти в Україні, сповнений серйозних викликів: спочатку пандемія зачинила їх вдома, позбавивши можливості соціалізуватися, а тепер війна руйнує їхні домівки та школи, разом із почуттям безпеки та стабільності.

У воєнний час ви, як педагоги, несете значну відповідальність не лише за освітній процес, але й за здоров'я та життя дітей. Умови вашої роботи безперечно складні, і важко бути готовими до всіх обставин. Комплексна підготовка освітніх команд у співпраці з громадою та ключовими структурами безпеки може надати необхідну підтримку.

Програма зі створення безпечного освітнього середовища і цей посібник були розроблені для того, щоб кожен учитель був підготовлений до вирішення різноманітних викликів, з якими ви сьогодні стикаєтеся — від артилерійських обстрілів чи пожеж до випадків психологічного насильства. Я сподіваюся, що ви знайдете тут натхнення і відповіді на питання щодо організації фізично безпечного простору в закладах освіти, а також інструкції та алгоритми дій у різних сценаріях для команди реагування, та рекомендації для забезпечення психологічної стійкості.

Окрім теорії, програма передбачає практичне застосування отриманих знань. Усі ці інструменти допоможуть вам бути готовими до будь-яких непередбачуваних ситуацій і діяти впевнено як у воєнний, так і у мирний час. З такими надійними дорослими діти можуть відчувати себе в безпеці.

Дякуємо вам за вашу відданість і турботу про дітей. Разом ми можемо створити середовище, де кожна дитина буде перебувати і почуватися в безпеці, що дозволить їм розвиватися і досягати успіху, попри величезні виклики.

К'яра Децці Бардескі
Голова Бюро ЮНЕСКО в Україні

Скорочення і абревіатури

КМУ	Кабінет Міністрів України
МСП	Міністерство соціальної політики
МВС	Міністерство внутрішніх справ
МОН	Міністерство освіти та науки України
МОЗ	Міністерство охорони здоров'я
ДСНС	Державна служба з надзвичайних ситуацій
ТГ	територіальна громада
НП	небезпечна подія
НС	надзвичайна ситуація
ННС	метод ненасильницького спілкування
ППД	перша психологічна допомога
ПЗ	програмне забезпечення

РОЗДІЛ 1

ОРГАНІЗАЦІЙНІ ЗАСАДИ
БЕЗПЕЧНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА



1.1 Безпечне середовище в закладі освіти

Закон України «Про освіту» визначає безпечне освітнє середовище як сукупність умов у закладі освіти, що унеможливлюють заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема внаслідок недотримання вимог санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил, законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних, безпечності та якості харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування, шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (зокрема шляхом булінгу (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможливлюють вживання на території та в приміщеннях закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин.

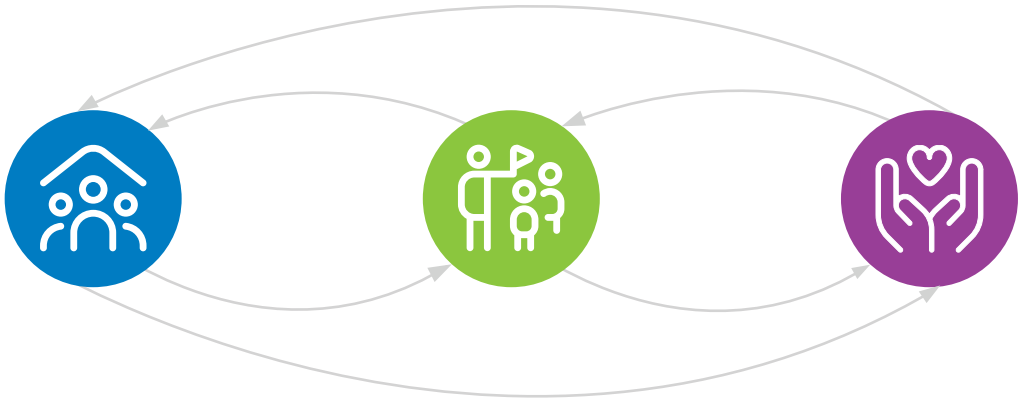
В умовах сучасних викликів, що постають перед освітніми закладами, важливо переглянути та розширити підходи щодо організації безпечного освітнього середовища в закладах освіти. Зміна характеру загроз, включаючи терористичні акти, збройні конфлікти та технологічні катастрофи, вимагає готовності освітніх закладів до нових викликів.

Поряд з фізичною безпекою, не менш важливою є психологічна безпека, оскільки постійний стрес та тривале психоемоційне навантаження можуть впливати на здатність учнів та працівників закладів освіти ефективно навчатися та працювати.

З розвитком технологій актуалізуються і нові виклики щодо кібербезпеки, такі як захист персональних даних, безпечне використання інтернет-ресурсів та боротьба з кібербулінгом. Інклюзивне середовище, де кожен учень почувається захищеним незалежно від соціального статусу, етнічного походження, релігії або інших відмінностей, також має бути частиною цього підходу.

Ефективне забезпечення безпечного освітнього середовища вимагає комплексного підходу до організації безпеки та взаємодії між різними державними і громадськими інституціями, а також координації дій між ними.

Система безпеки закладу освіти — це комплекс заходів, спрямованих на захист життя, здоров'я та майна учасників освітнього процесу. Її ефективність ґрунтується на трьох ключових компонентах:



Фізична безпека освітнього середовища

Реагування на надзвичайні ситуації

Психологічна безпека освітнього середовища

Фізична безпека освітнього середовища

Забезпечує захист від різних загроз, пов'язаних з цивільним захистом та техногенною безпекою.

Основні складові

- Пожежна безпека: забезпечення необхідних протипожежних заходів, наявність засобів пожежогасіння.
- Засоби індивідуального захисту та першої медичної допомоги: доступність аптечок та іншого необхідного обладнання.
- Технічні засоби оповіщення та інформування: наявність систем оповіщення про надзвичайні ситуації.
- Фонд захисних споруд цивільного захисту: забезпечення наявності та достатньої місткості засобів колективного захисту (далі — укриттів), їх доступність для всіх учасників освітнього процесу.
- Контроль доступу: системи контролю за входом та виходом з закладу, охорона.
- Безпека прилеглої території: належний стан та охорона території навколо закладу.
- Кібербезпека: захист персональних даних, захист персональних даних, боротьба з кібербулінгом.

Реагування на надзвичайні ситуації

Передбачає підготовку учасників освітнього процесу до дій під час надзвичайної ситуації.

Основні складові

- Готовність працівників закладу освіти: навчання алгоритмам дій під час надзвичайних ситуацій.
- Створення та навчання команди реагування: формування команд та їх постійне тренування.

Психологічна безпека освітнього середовища

Орієнтована на створення безпечного та підтримуючого психологічного простору. Це комплексний підхід, який передбачає активні дії, спрямовані на забезпечення благополуччя та підтримки всіх учасників освітнього процесу.

Основні складові

- Перша психологічна допомога: навички надання психологічної підтримки під час надзвичайних або стресових ситуацій.
- Робота зі стресовими та кризовими ситуаціями: вміння педагогів працювати із здобувачами освіти під час стресу або криз.
- Протидія булінгу: заходи по запобіганню та реагуванню на випадки булінгу.
- Психологічна компетентність педагогів: розуміння власних психологічних станів та реакцій, вміння впроваджувати психологічні знання в освітній процес.

Кожен із цих компонентів є взаємодоповнюючим та таким, що робить можливим існування наступного. Забезпечуючи надійність будівлі, безпечне укриття, дотримання правил безпеки життєдіяльності, можливо уникнути частини небезпечних для життя подій — наприклад, пожеж (за дотримання правил пожежної безпеки), отруєнь (за дотримання норм якісного харчування в закладі освіти), тощо.

Завдяки плануванню власних дій, розподілу відповідальності між працівниками закладу та міжвідомчій співпраці значно знижується рівень тривожності й ризик психологічного перевантаження працівників освітнього закладу. Якісна підготовка на кожному з етапів організації безпечного освітнього середовища забезпечує своєчасне реагування на небажану подію в закладі освіти з урахуванням всіх сфер, які можуть потягнути за собою суттєві наслідки для учасників освітнього процесу, зокрема, фізичного та ментального здоров'я.

Для організації системи безпеки в закладі освіти необхідно враховувати послідовність дій:

- підготовка до реагування на НП (до її початку);
- поведінка та реакції учасників освітнього процесу під час НП;
- відновлення роботи закладу освіти після НП.



Підготовка

Полягає в навчанні та систематичних тренуваннях учасників освітнього процесу діям під час надзвичайних ситуацій. Зокрема, порядок евакуації, алгоритми дій у випадку виникнення пожежі або настання іншої надзвичайної ситуації, навчання з надання першої домедичної допомоги, першої психологічної допомоги.

Відновлення

Після події необхідно провести оцінку ситуації, відновити звичний режим діяльності закладу освіти та надати підтримку учасникам освітнього процесу, які могли постраждати.

Реагування

На цьому етапі передбачається виконання всіма учасниками освітнього процесу конкретних дій під час виникнення надзвичайної ситуації.

Незважаючи на те, що надзвичайні ситуації та стресові події непередбачувані й можуть суттєво впливати на освітній процес, завчасна підготовка та активна позиція закладу освіти з питань безпеки дозволяють значно мінімізувати їхній негативний вплив.

Готовність до таких ситуацій передбачає не лише наявність чіткого плану дій, але й постійне зміцнення професійних та особистісних навичок працівників, що дозволяє їм ефективно реагувати та підтримувати здобувачів освіти в умовах кризи. Важливу роль у цьому процесі відіграє партнерство та міжвідомча співпраця з іншими органами та службами дотичними до питань безпеки, що забезпечить швидку та ефективну взаємодію у разі потреби.

Найголовніше, що потрібне дітям — це надійний дорослий поруч. Це доросла людина, яка ніколи не образить, завжди знає, що робити в будь-якій ситуації, і приймає дитину в будь-якому її стані чи настрої. За присутності такої людини дитина почувається в безпеці. Для того, щоб стати таким дорослим — необхідно готуватись.

Ключові кроки підготовки закладу освіти до небезпечних подій

1. Зміцнення вмінь і навичок працівників ЗО в роботі зі стресовими та кризовими ситуаціями

- Проведення тренінгів та семінарів з питань першої психологічної допомоги, емоційної стійкості та управління стресом.
- Відпрацювання алгоритмів дій на випадок різних надзвичайних ситуацій.
- Залучення фахівців з психології та соціальної роботи для надання консультацій та підтримки педагогам.
- Створення позитивної атмосфери в колективі, яка сприяє взаємодопомозі та командній роботі.

2. Розвиток у працівників закладу освіти обізнаності та надання особистісного і професійного інструментарію для супроводу та підтримки учасників освітнього процесу, які постраждали від надзвичайної ситуації

- Розпізнавання та розуміння педагогом власних емоцій та емоцій здобувачів освіти.
- Взаємодія з батьками та колегами в кризових ситуаціях.
- Особливості реагування в кризових та стресових ситуаціях для підтримки здобувачів освіти різних вікових категорій.
- Зміцнення знань і навичок працівників закладу освіти в роботі зі стресовими та кризовими ситуаціями.
- Надання педагогам навичок налагодження комунікації з учнями, які мають емоційні та поведінкові труднощі.
- Розробка та впровадження програм психосоціальної підтримки учнів, які постраждали від надзвичайної ситуації.

3. Посилення взаємодії між закладом освіти та підрозділами Національної поліції та ДСНС із питань реагування на надзвичайні ситуації

- Співпраця щодо розробки Паспорту безпеки закладу освіти.
- Обмін інформацією про потенційні ризики та загрози.
- Розроблення спільних планів реагування на надзвичайні ситуації.
- Проведення спільних навчальних заходів та тренувань.
- Забезпечення шляхів безперешкодного доступу представників Національної поліції та ДСНС до закладу освіти у разі НС.
- Залучення представників ДСНС до проведення огляду закладів освіти щодо можливості їх використання для укриття населення як найпростіших укриттів, а також готовності об'єктів фонду захисних споруд цивільного захисту до використання за призначенням.

Підготовка закладу освіти до надзвичайних ситуацій — це комплексне та безперервне завдання, яке потребує постійних зусиль та співпраці з боку всіх учасників освітнього процесу.

1.2 Побудова безпечного освітнього середовища в закладі освіти

Надзвичайні ситуації та стресові події — частина життя.
Висока ймовірність, що кожен заклад освіти рано чи пізно зіштовхнеться з ними. Підготовка до таких подій та ситуацій є необхідною умовою готовності та ефективного реагування закладу освіти. Результатом неготовності є, в кращому випадку, реагування з запізненням, а в інших випадках, — помилкові дії. Це призводить до погіршення ситуації та необхідності надалі докладати матеріальні та людські ресурси та зусилля для подолання наслідків цієї події.

Оскільки травматичні та стресові події впливають на благополуччя та становлять загрозу, люди зазвичай уникають ситуацій, пов'язаних з такими подіями. Саме через це важливо підготувати зрозумілий для всіх план дій у надзвичайних ситуаціях, який буде доступним та простим для використання за потреби кожному працівнику закладу освіти.

Небезпечна подія в закладі освіти — це тривожна та раптова подія, яка порушує звичний хід життя, перериває освітній процес та потребує негайного реагування та адаптивних заходів. Такі події можуть бути різними за своїм характером та масштабом, але всі вони мають спільну рису: вони значно впливають на безпеку та благополуччя всіх учасників освітнього процесу.

Розроблення принципів, схем та алгоритмів роботи закладу освіти під час надзвичайної ситуації сприяє комплексному підходу до забезпечення безпеки, підтримки освітнього процесу, психологічної допомоги та ефективної комунікації, що забезпечує максимальну готовність та здатність закладу освіти реагувати на будь-які надзвичайні ситуації.

Принципи роботи закладу освіти під час надзвичайної ситуації

Лідерство	Заклад освіти бере на себе керівництво тим, що відбувається в закладі у випадку небезпечної події чи кризової ситуації, у такий спосіб підвищуючи стійкість людей, які мають відношення до надзвичайної ситуації та мінімізуючи наслідки. Небезпечна подія, якою не керують, керує організацією.
Організаційна культура	Підготовка до передбачуваного, рутинного реагування на небезпечну подію формує відправну точку для контролю порядку та є основою для системного внутрішнього та зовнішнього управління.
Функціональна безперервність	Заклад освіти допомагає підтримувати функціонування всіх систем (система охорони, медичної допомоги, психологічної підтримки, харчування, тощо) під час кризової ситуації та зменшувати вплив негативної події на подальшу роботу закладу.
Спільна мова	Вказівки мають бути відомі та зрозумілі кожному, хто знаходиться в закладі освіти. Слід робити інструкції максимально простими та лаконічними, для якісної взаємодії під час реагування на кризову ситуацію.
Тренування	Працівникам закладу освіти необхідно постійно тренуватися, щоб мати можливість ефективно діяти в кризових ситуаціях. Варто пам'ятати: те, що не функціонує нормально в звичних умовах, під час кризової ситуації погіршиться, тому важливо регулярно тренуватися та виявляти слабкі місця.
Доступність	Команда реагування доступна в будь-який час, навіть під час канікул або коли заклад зачинено через надзвичайну ситуацію.

Ключовим принципом для організації роботи закладу освіти є принцип функціональної безперервності — здатність зберігати функціонування всіх систем у кризовій ситуації та зменшувати вплив кризи на систему.

Схема роботи за етапами функциональної безперервності

Готовність

- Визначення відповідальних осіб та розподіл обов'язків.
- Оцінка можливих ризиків, враховуючи регіональні, географічні та інші особливості закладу.
- Розроблення алгоритмів дій відповідно до можливих ризиків.
- Утримання в належному стані (стані готовності) матеріально-технічної бази закладу.
- Тренування працівників закладу освіти для належного реагування на надзвичайну ситуацію.
- Налагодження зовнішньої та внутрішньої взаємодії для забезпечення реагування на надзвичайну ситуацію.

Реагування

- Отримання інформації, визначення її як такої, яка потребує реагування.
- Прийняття рішення щодо способу реагування та застосування визначених на етапі підготовки алгоритмів дій.
- Підбір працівників закладу освіти (з раніше підготовлених), яких буде залучено до реагування.
- Розподіл ролей і завдань відповідно до поточної ситуації.
- Обмін інформацією всередині закладу під час реагування.
- Підтримка зв'язку з зовнішніми службами, відповідно до ситуації (ДСНС, Національна поліція, екстрена медична допомога, тощо).

Відновлення

- Вивчення ситуації та обсягу завданої шкоди життю і здоров'ю потерпілим від події, а також майну закладу.
- Здійснення соціально-педагогічного супроводу та надання психолого-педагогічних послуг учасникам освітнього процесу, а також особам, залученим до освітнього процесу, які постраждали внаслідок небезпечної події.
- Проведення моніторингу фізичного та психологічного стану осіб, які постраждали від надзвичайної ситуації.
- Аналіз і перегляд алгоритмів реагування з урахуванням ефективності реагування працівників закладу під час небезпечної події.
- Продовження ліквідації наслідків ситуації.
- Повернення до звичного стану.

Розглядаючи детальніше діяльність закладу освіти за принципом функціональної безперервності, важливо врахувати ключові напрями спрямування зусиль на кожному з етапів, відповідно до ситуації, яка є актуальною на даний момент.

Створення безпечного освітнього середовища — це комплексне завдання, яке потребує ретельного планування та постійних зусиль. Кожен учасник освітнього процесу має розуміти свою роль і відповідальність у цьому процесі для досягнення спільної мети — створення безпечного та підтримуючого освітнього середовища для всіх учасників. Безпека в освітньому середовищі вимагає системної роботи і співпраці як на рівні закладу освіти так і на рівні територіальної громади.

Організація безпечного освітнього середовища в закладі освіти передбачає інтеграцію стратегій, які забезпечують стійкість і безперервність освітнього процесу.

Особливості побудови та функціонування безпечного освітнього середовища

Розроблення стратегії безпечного освітнього середовища
Визначення цілей, пріоритетів та підходів до забезпечення безпеки в закладі освіти.

Розроблення і впровадження чітких алгоритмів дій у разі виникнення НС
Усі учасники освітнього процесу (здобувачі освіти, батьки, педагоги, адміністрація та інші працівники закладу освіти) мають знати, як діяти в різних небезпечних ситуаціях.

Систематичні тренування та навчання щодо дій під час надзвичайних ситуацій
Навчання педагогів та здобувачів освіти безпечній поведінці, а також розроблення та впровадження відповідних тем в освітній процес.

Забезпечення комфортного перебування в укриттях та захисних спорудах учасників освітнього процесу
Усі приміщення, де відбувається освітній процес, повинні бути безпечними та комфортними.

Запобігання будь-яким проявам насильства
Інформування поліції про виявлення ознак фізичного та психологічного насильства щодо учасників освітнього процесу. Навчання педагогів виявляти ознаки насильства та своєчасно інформувати про це поліцію та адміністрацію закладу.

Дотримання правил і норм фізичної, інформаційної та психосоціальної безпеки
Усі учасники освітнього процесу мають дотримуватися встановлених норм та правил безпеки.

Організація безпечного освітнього середовища регулюється нормативно-правовими актами, перелік яких розміщено на сторінці 122.

1.3 Міжвідомча взаємодія з питань безпеки в освітньому середовищі: координація та спільні дії

Взаємодія органів державної влади, місцевого самоврядування, закладів, установ освіти має бути спрямована на формування та реалізацію державної політики у сфері запобігання та протидії небезпекам в освітньому середовищі.

Міжвідомча взаємодія з питань безпеки в освітньому середовищі ґрунтується на таких засадах

- Забезпечення безпеки для дітей, формування для них інклюзивного освітнього середовища.
- Належної уваги до фактів виникнення небезпеки в освітньому середовищі.
- Врахування особливих потреб та інтересів осіб з особливими освітніми потребами, дітей, що перебувають у складних життєвих обставинах, осіб з інвалідністю, вагітних жінок, недієздатних осіб, осіб похилого віку.
- Ефективної взаємодії з громадськими об'єднаннями, міжнародними організаціями, засобами масової інформації, іншими зацікавленими юридичними та фізичними особами.
- Недопущення дискримінації за будь-якою ознакою під час реалізації заходів у сфері запобігання та протидії небезпекам в освітньому середовищі.

Спільний Наказ Міністерства внутрішніх справ України та Міністерства освіти і науки України від 18 серпня 2023 року № 685/1013 «Про затвердження Порядку раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти» визначає механізм реагування поліції, ДСНС, закладів освіти щодо раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти.

Засновник закладу освіти або уповноважений ним орган (особа)

- забезпечує впровадження інженерно-технічних заходів цивільного захисту закладу освіти;
- вживає заходів щодо встановлення в закладі освіти автоматизованої системи оповіщення, а в разі необхідності — технічних засобів охорони.

Керівник закладу освіти

- організовує, забезпечує та контролює виконання заходів, спрямованих на створення безпечних умов перебування учасників освітнього процесу в закладі освіти;
- розробляє та затверджує план евакуації, порядок оповіщення учасників освітнього процесу та алгоритми їх дій у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти;
- створює команду реагування закладу освіти, затверджує її склад (не менше ніж три працівники закладу освіти) та розподіляє між ними обов'язки щодо вжиття заходів реагування в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, у тому числі проведення евакуації учасників освітнього процесу;
- забезпечує надання команді реагування закладу освіти, уповноваженому поліцейському, працівнику ДСНС інформації, яка міститься в паспорті безпеки закладу освіти, та її вчасне оновлення;
- вживає заходів щодо унеможливлення доступу на територію закладу освіти сторонніх осіб, крім учасників освітнього процесу;
- вносить пропозиції засновнику закладу освіти щодо необхідності забезпечення закладу освіти технічними засобами охорони та фізичною охороною (за потреби);
- забезпечує проведення комплексного обстеження не рідше ніж один раз на шість місяців стану об'єктів фонду захисних споруд цивільного захисту, маршруту руху до них, вказівників, надійності охорони закладу освіти (запірні пристрої на вікнах та дверях, наявність ґрат на вікнах, засобів та систем протипожежного захисту, комплексу тривожної сигналізації з передаванням тривожних сповіщень на пункти централізованого спостереження охорони);
- забезпечує ознайомлення учасників освітнього процесу з планом евакуації та порядком оповіщення в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти;
- забезпечує належне функціонування об'єктової системи оповіщення (гучномовці, шкільні дзвінки, сирени), системи протипожежного захисту закладу освіти;

- контролює відповідність стану будівель, приміщень, інженерно-технічних комунікацій, устаткування, обладнання в закладі освіти чинним стандартам, правилам, нормам, не рідше ніж один раз на шість місяців організовує перевірку таких приміщень та території закладу освіти постійно діючими технічними комісіями закладу освіти із складанням акта;
- організовує проведення щороку заходів (навчання, тренування, тренінги) щодо дій учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти не рідше ніж чотири рази впродовж навчального року.

Команда реагування закладу освіти

- розробляє та подає на затвердження керівнику закладу освіти алгоритм дій учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, а також плани евакуації учасників освітнього процесу;
- складає та оновлює паспорт безпеки закладу освіти, копія якого надається уповноваженому поліцейському, працівнику ДСНС та (за потреби) представникам інших органів державної влади;
- здійснює навчання (тренування, тренінги) учасників освітнього процесу згідно з алгоритмами дій у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, а також проведення їх евакуації;
- у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти діє згідно з алгоритмом дій, затвердженим керівником закладу освіти.

Працівник закладу освіти

- негайно повідомляє членів команди реагування закладу освіти та керівника закладу освіти про відомі обставини нападу або ризику нападу;
- роз'яснює здобувачам освіти алгоритми дій;
- вживає заходів щодо проведення евакуації безпечним шляхом, визначеним командою реагування закладу освіти, у разі неможливості евакуації вживає заходів щодо залишення здобувачів освіти в місці їх перебування в закладі освіти;
- виконує вимоги поліцейських та/або працівників ДСНС, які прибули в заклад освіти для реагування на напад або ризик нападу, сприяє в межах компетенції їх діяльності та за можливості інформує про перебіг евакуації, місця перебування учасників освітнього процесу;
- за наявності постраждалих осіб надає їм домедичну допомогу;
- обстежує приміщення закладу освіти з метою виявлення учасників освітнього процесу, яких не евакуювали;
- бере участь у навчаннях (тренуваннях, тренінгах) щодо виконання дій згідно з алгоритмами в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, а також проведення евакуації.

Уповноважені поліцейські, працівники ДСНС у межах компетенцій

- взаємодіють із закладами освіти щодо обстеження стану готовності, функціональності укриття та реагування в закладах освіти в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти;
- надають методичні рекомендації з питань удосконалення організації охорони закладів освіти та обладнання технічними засобами освіти;
- беруть участь у навчаннях та практичних тренуваннях учасників освітнього процесу щодо дій у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти та евакуації учасників освітнього процесу за відповідними планами навчального заходу;
- за пропозицією закладу освіти беруть участь у складанні та оновленні паспорта безпеки закладу освіти до початку навчального року.

Крім того, в рамках механізму взаємодії державних органів та органів місцевого самоврядування передбачена реалізація експериментального проекту «Спеціаліст із безпеки в освітньому середовищі» (Постанова КМУ «Про реалізацію експериментального проекту «Спеціаліст із безпеки в освітньому середовищі» від 15 серпня 2023 р. №867). Метою експериментального проекту є забезпечення безпеки в освітньому середовищі, у тому числі запобігання, раннє виявлення, припинення та усунення можливих негативних явищ, шляхом запровадження та організації діяльності спеціаліста із безпеки в освітньому середовищі.

Спеціаліст провадить свою діяльність у закладі освіти, визначеному відповідним органом місцевого самоврядування (керівником відповідної військової адміністрації). Його діяльність в межах реалізації експериментального проекту координується сільським, селищним, міським головою, головою районної, обласної ради (керівником відповідної військової адміністрації).

Спеціаліст під час виконання функціональних обов'язків безпосередньо взаємодіє з такими суб'єктами:

сільським, селищним, міським головою, головою обласної ради (керівником відповідної військової адміністрації);

територіальними (відокремленими) підрозділами Національної поліції;

територіальними підрозділами ДСНС;

керівниками та іншими працівниками закладів освіти;

органами батьківського самоврядування;

громадськими об'єднаннями.

Функціональні обов'язки спеціаліста з безпеки в освітньому середовищі

- здійснює безпосередню взаємодію із суб'єктами взаємодії відповідно до їх компетенції з питань забезпечення безпеки учнів в освітньому середовищі;
- розробляє і узгоджує із суб'єктами взаємодії відповідно до їх компетенції плани заходів (короткострокових, довгострокових) щодо покращення стану забезпечення безпеки учнів в освітньому середовищі, а також питання щодо організації їх виконання, визначення ефективності відповідних заходів за результатами їх здійснення;
- проводить інформаційно-просвітницькі заходи для педагогічних працівників з питань забезпечення безпеки в освітньому середовищі;
- вносить керівництву закладів освіти, які закріплено за спеціалістом, пропозиції щодо покращення стану цивільного захисту, пожежної та техногенної безпеки в закладах освіти;
- бере участь у проведенні фахівцями компетентного суб'єкта взаємодії превентивних заходів (лекцій, інтерактивних занять тощо) з основ безпеки та захищеності життя і діяльності дитини, суспільства і життєвого середовища від небезпечних та шкідливих факторів;
- бере участь в організації та проведенні практичних заходів із цивільного захисту, надає за результатами їх проведення органу місцевого самоврядування (керівнику відповідної військової адміністрації) пропозиції щодо готовності закладу освіти, який закріплено за спеціалістом, до дій у разі виникнення надзвичайних ситуацій;
- бере участь у розробленні рекомендацій (їх проектів) для учнів та педагогічних працівників з питань щодо дотримання прав та інтересів учнів, забезпечення їх безпеки;
- бере участь в організації забезпечення безпеки під час проведення масових заходів у закладах освіти, які закріплено за спеціалістом;
- готує та надає суб'єктам взаємодії відповідно до їх компетенції пропозиції щодо вжиття заходів до забезпечення безпеки учнів, запобігання виникненню, раннього виявлення, припинення та усунення негативних явищ в освітньому середовищі щодо безпеки учнів, а також вживає у співпраці з компетентними суб'єктами взаємодії відповідних заходів;
- веде паспорт безпеки закладу освіти відповідно до визначеної форми, збирає та вносить до нього інформацію про стан пожежної та техногенної безпеки в закладі освіти, який закріплено за спеціалістом;
- виявляє та невідкладно інформує про виявлені негативні явища в освітньому середовищі та/або причини і умови виникнення таких явищ відповідного суб'єкта взаємодії з метою вжиття ним заходів реагування відповідно до законодавства, вносить відомості про це до паспорта безпеки закладу освіти;
- здійснює обстеження прилеглої до закладу освіти території щодо діяльності грального закладів, закладів торгівлі, які порушують вимоги законодавства щодо заборони продажу дітям алкогольних напоїв і тютюнових виробів, взаємодіє із цього питання з Національною поліцією та виконавчим органом відповідної ради з метою вжиття заходів реагування відповідно до законодавства;
- у разі виявлення ознак правопорушення негайно повідомляє відповідним суб'єктам взаємодії та/або службам, органам державної влади про такий факт, обов'язково реєструє таке повідомлення в паспорті безпеки закладу освіти;
- невідкладно інформує підрозділи ДСНС про виявлення пожеж та інших надзвичайних ситуацій в закладі освіти та/або на прилеглій до закладу освіти території;

- проводить моніторинг стану забезпечення безпеки учнів у приміщенні закладу освіти, на території обслуговування, закріпленій за закладом освіти, на прилеглих територіях та дорогою до (із) закладу освіти (у тому числі щодо наявності (відсутності) негативних явищ в освітньому середовищі; ефективності заходів, що здійснюються з метою виявлення, припинення, усунення негативних явищ в освітньому середовищі;
- повноти виконання плану профілактичних та інших заходів, пов'язаних із забезпеченням безпеки освітнього середовища);
- надає на вимогу відповідного органу місцевого самоврядування (керівника відповідної військової адміністрації) звіт про його діяльність за запитуваний період, стан забезпечення безпеки в закладі освіти, який закріплено за спеціалістом;
- невідкладно інформує орган місцевого самоврядування (керівника відповідної військової адміністрації) про надзвичайні ситуації, нещасні випадки, що виникають в закладі освіти, який закріплено за спеціалістом, та/або на прилеглій до закладу освіти території;
- бере участь в евакуації учасників освітнього процесу в разі загрози їх життю та здоров'ю.

1.4 Команда реагування в закладі освіти: організація та порядок роботи

У конктексті сучасних подій, пов'язаних з підвищенням рівня загроз і частотою виникнення надзвичайних ситуацій, створення команди реагування в закладі освіти є вкрай важливим кроком. Це обумовлено низкою причин, які підкреслюють необхідність забезпечення безпеки та готовності до швидкого і ефективного реагування на будь-які можливі небезпечні події.

По-перше, наявність такої команди забезпечує фізичну та психологічну безпеку учасникам освітнього процесу. Команда реагування здатна оперативно вжити заходів для захисту людей у разі виникнення небезпеки, як-от пожежа, терористичний акт або стихійне лихо. Крім того, усвідомлення того, що є підготовлені фахівці, які знають, як діяти в екстрених ситуаціях, підвищує рівень впевненості учасників освітнього процесу і знижує рівень стресу і паніки.

По-друге, команда реагування забезпечує швидке і ефективне реагування на надзвичайні ситуації. Вона розробляє та відпрацьовує конкретні плани та алгоритми дій, що дозволяє швидко приймати правильні рішення та мінімізувати шкоду. Фахівці, які пройшли навчання, працюють злагоджено і скоординовано, що є ключовим фактором для ефективного подолання надзвичайної ситуації.

Також важливим аспектом є підвищення рівня підготовки та обізнаності учасників освітнього процесу. Регулярні навчання і тренінги допомагають підвищити їхню готовність до дій у разі небезпечних подій, що знижує ризик виникнення паніки та хаосу. Крім того, команда реагування займається поширенням інформації про правила поведінки під час надзвичайної ситуації, що сприяє формуванню культури безпеки в закладі освіти.

Створення команди реагування сприяє захисту майна та мінімізації матеріальних втрат. Команда може проводити моніторинг потенційних загроз, оцінку ризиків та розроблення стратегій для їх зниження, а також профілактичні заходи, що знижують ймовірність виникнення аварійних ситуацій. У разі виникнення надзвичайної ситуації оперативні дії команди сприяють швидкому відновленню нормального функціонування закладу та зниженню матеріальних збитків.

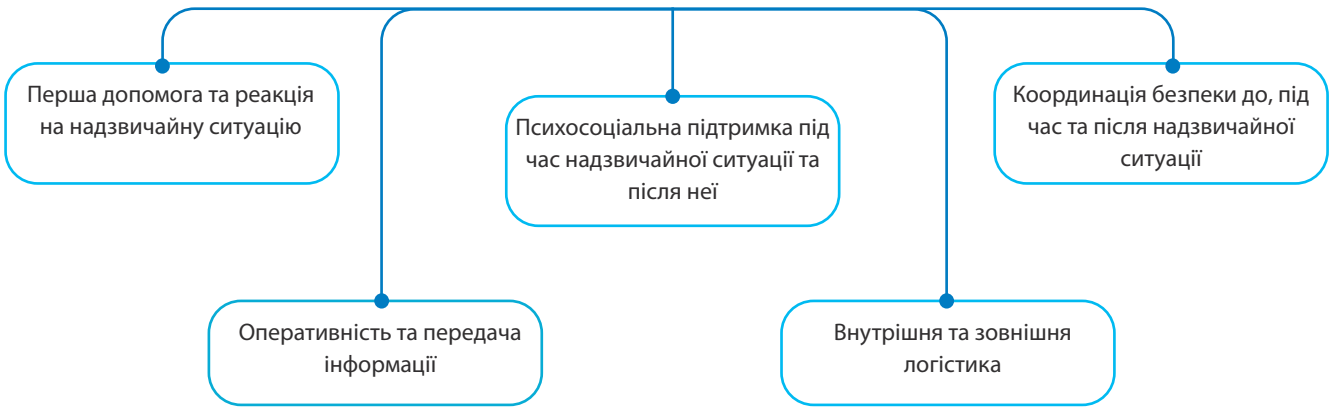
Наявність команди реагування допомагає закладу освіти відповідати вимогам національного законодавства та стандартам щодо забезпечення безпеки в закладах освіти. Створення та діяльність команди реагування регулюється Наказом МВС та МОН від 18.08.2023 №685/1013 «Про затвердження Порядку раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти».

Команда реагування закладу освіти — працівники закладу освіти, перелік яких затверджений наказом його керівника, на яких покладається здійснення заходів щодо раннього попередження, евакуації та реагування в разі нападу, ризику нападу на заклад освіти.

Мета роботи команди реагування: забезпечити рутинний, стабільний, передбачуваний, надійний супровід надзвичайної ситуації.

Напрями роботи команди реагування

Кожен із цих елементів є невіддільною складовою
та умовою ефективного реагування закладу освіти на надзвичайну ситуацію



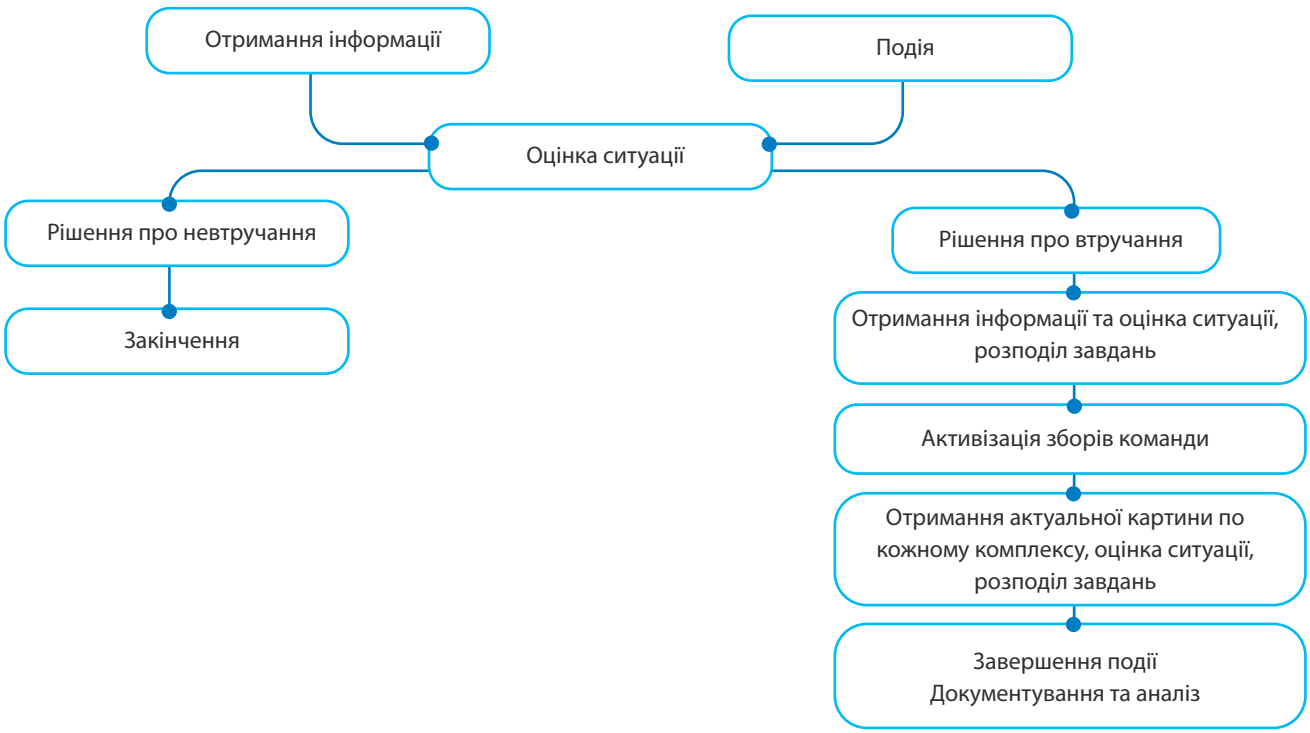
Як обрати людей до команди реагування?

Керівнику закладу освіти варто визначити хто є корисним для команди та на якій позиції (виконуючи які задачі) може бути максимально ефективним для реагування на надзвичайну ситуацію.

Визначаємо за такими показниками

- Людина здатна діяти та приймати рішення в стресовій ситуації.
- Людина здатна працювати в команді.
- Сумлінне ставлення до своїх професійних обов'язків.
- Психологічний фактор готовності до дій в умовах потенційної особистої небезпеки та надзвичайних ситуацій.
- Вміння належним чином виконувати свої професійні обов'язки.

Схема роботи команди реагування



Приклади ролей в команді реагування (див. Додаток №1)

- Керівник закладу освіти — голова команди реагування
- Заступник керівника ЗО — підміняє керівника в разі потреби, координує вхідну до закладу інформацію
- Медичний працівник закладу
- Заступник керівника ЗО з господарської частини
- Відповідальні по класах/групах — педагоги
- Той, хто буде здійснювати комунікацію між батьками та закладом освіти

Команда реагування складається з працівників закладу освіти, які відповідають за кожен напрямок реагування, та їх заступників. Заступники в разі відсутності посадової особи виконують її функції. Важливо, щоб функціональні обов'язки не були зосереджені на одній людині, для забезпечення принципу функціональної безперервності — у разі відпустки, лікарняного, тощо, — задачі мають бути виконані відповідно до потреб ситуації в закладі освіти.

Розподіл функцій в команді реагування див. Додаток №2

Порядок роботи команди реагування

Отримання первинної інформації	Інформація про небезпечну подію може надходити з різних джерел: через офіційні канали інформації, посадових осіб, працівників закладу, мешканців населеного пункту, ЗМІ чи будь яким іншим способом.
Передача інформації	Інформація про подію буде негайно передана підрозділам Національної поліції або ДСНС, голові команди реагування.
Проведення консультацій	Голова команди реагування негайно проведе консультацію з скороченим складом команди реагування.
Перевірка інформації	Команда реагування перевірить наявну інформацію, проведе оцінку ситуації та вирішить, чи потребує ситуація чи подія втручання.
Рішення про способи втручання та їх обсяг	У разі прийняття рішення про втручання команда реагування приймає рішення щодо шляхів реагування, відповідно до алгоритмів дій та поточної ситуації.
Встановлення контакту з усіма членами команди	У разі прийняття рішення про втручання — уточнення, перевірка присутності, виклик. Члени команди реагування з'являються в узгоджене місце.
Активація допоміжних засобів контролю	Встановлення дошки із списками, картами, алгоритмами дій, основними телефонами, засобами зв'язку, формами відстеження перебігу події та присутніх.
Оцінка ситуації та розподіл завдань	Члени команди реагування проведуть оцінку ситуації та ухвалять рішення щодо необхідних заходів. Голів підрозділів закладу освіти викличуть для швидкої активізації працівників закладу, відповідно до потреб.
Подальші дії	Реєстрація та подальше керування подією відповідно до алгоритму дій, відстеження статусу обробки запитів та завдань.
Регулярна координація та оновлення	Координація дій працівників закладу та оновлення інформації, відповідно до розвитку події.
Документування події та аналіз дій	Після прийняття рішення про закінчення небезпечної події, слід розпочати процес аналізу події, дій під час реагування та документування події. За необхідності, внесення змін до алгоритмів дій.

РОЗДІЛ 2

ПІДГОТОВКА ПРАЦІВНИКІВ
ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ДО РЕАГУВАННЯ НА НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ



2.1 Формування психологічної готовності працівників закладу освіти до реагування на надзвичайні ситуації

Тренування є одним з найважливіших способів підготовки до реагування на надзвичайні ситуації, як в контексті фізичної безпеки, так і психологічної. Усвідомлення власних реакцій та реакцій дітей, прояви яких можуть спостерігатись під час небезпечної (а інколи і просто непередбачуваної) події, та знання засобів психологічного впливу, які варто заздалегідь запланувати, дозволять належним чином підготуватись до ефективного втручання під час реагування на надзвичайну ситуацію.

Одним із завдань працівників закладу освіти під час реагування на надзвичайну ситуацію є профілактика та зменшення травматичного впливу небажаної події та мінімізація її наслідків для психологічного добробуту здобувачів освіти та працівників закладу. При плануванні та проведенні тренувань важливо враховувати психологічний компонент та додавати вправи щодо роботи зі стресом та травмою, надання першої психологічної допомоги та шляхів організації конструктивного спілкування і взаємодії під час тренування та реагування на надзвичайну ситуацію.

Маємо враховувати, що психологічні фактори є визначальними і для поведінки людини, і для швидкості її реакції на непердбачувані (а інколи й просто незвичайні) обставини.

Якісна організація та проведення тренувань сприяє формуванню психологічної готовності до виконання професійних обов'язків у потенційно небезпечних ситуаціях, забезпечуючи належнй рівень емоційної саморегуляції. Після проходження імітаційних тренувань у учасників підвищиться здатність приймати рішення та діяти відповідно до ситуації, а не під впливом емоцій. Отже, тренування здатності до емоційної саморегуляції всіх учасників освітнього процесу, дає розуміння важливості підготовки закладу освіти до реагування на надзвичайні ситуації.

У момент реагування, коли необхідні негайні дії, кожен дорослий у закладі освіти має бути впевненим у своїх діях та знати свої обов'язки. Працівники закладу освіти мають знати, в яке безпечне місце евакуювати дітей (якщо це необхідно), яким шляхом дістатися до цього місця, як організувати евакуацію, як підтримувати зв'язок з командою реагування та, за потреби, з рятувальними службами. Також необхідно враховувати вплив стресових факторів як на здобувачів освіти, так і на дорослих.

Поруч з дитиною, особливо в момент фізичної небезпеки, має бути надійний дорослий, який точно знає що робити, куди йти, здатен підтримати дитину та бути для неї опорою. Для цього педагогам, перш за все, необхідно розвивати власну емоційну стійкість. Також, працівникам закладу освіти важливо вміти контролювати свою поведінку та зовнішні реакції під час реагування на надзвичайні ситуації.

Необхідно враховувати вплив стресових факторів як на здобувачів освіти, так і на дорослих. Якщо психоемоційна підтримка не буде надана в момент реагування та одразу після надзвичайної ситуації, вплив стресових факторів може мати суттєві наслідки для учасників надзвичайної ситуації.

Також, важливим фактором для готовності працівників закладу освіти є рефлексія, обмін досвідом та інтеграція такого досвіду. Рефлексія та аналіз після проведених тренувань є потужним інструментом для досягнення цієї мети.

Важливо врахувати, що участь у тренуваннях, які моделюють надзвичайні ситуації, може викликати стрес та тривогу у працівників закладу. Це стосується тих людей, які не підготовлені до подібних ситуацій або мають травматичний досвід. В таких випадках доцільно допомогти усвідомити процес тренування, встановити причинно-наслідкові зв'язки, запропонувати спрогнозувати власні дії.

Тренування з реагування на надзвичайні ситуації можуть мати психологічний вплив на працівників закладу освіти залежно від їхнього індивідуального сприйняття та психологічної готовності до подібних ситуацій.

При проведенні тренувань варто врахувати такі аспекти:

Підвищена обережність

Тренування можуть сприяти підвищенню рівня обережності та уваги працівників до ризиків та в цілому до процедур безпеки в ЗО, тобто загальна культура безпечної поведінки.

Впевненість у власних знаннях та навичках

Участь у тренуваннях може збільшити впевненість працівників закладу у власних знаннях та навичках у випадку пожежі або іншої надзвичайної ситуації.

Колективний дух та співпраця

Тренування створюють можливість для спільної практики та співпраці між педагогами та іншими працівниками закладу. Це зміцнює колективний дух та відчуття взаємопідтримки в учасників всієї команди.

Адаптація до невідомого

Участь у тренуваннях допомагає працівникам адаптуватися до невідомих ситуацій, розробляти стратегії дій та швидко реагувати на екстрені випадки.

Психологічний вплив тренувань на педагогів може бути різноманітним, проте правильно організовані та проведені тренування сприяють підвищенню безпеки та впевненості персоналу закладу освіти.

Таким чином, через виконання та повторення добре знайомих дій забезпечується:

- відсутність паніки під час небезпечної події;
- усвідомлення своїх дій і спокійне їх виконання на основі відпрацьованих навичок;
- прогнозованість ситуації, своїх дій, дій інших працівників закладу освіти та дій працівників рятувальних/допоміжних служб;
- чіткість виконання дій для збереження життя та здоров'я учасників освітнього процесу;
- запобігання глибоким психологічним наслідкам: стресові розлади різного ступеню та ін.;
- полегшення процесу відновлення роботи закладу після надзвичайної ситуації.

2.2 Організація підготовки та проведення тренувань

Надзвичайна ситуація в закладі освіти може виникнути як через зовнішні, так і через нутрішні фактори. Більшість таких подій часто є результатом необережного поводження з вогнем та інших дій, які спричинені людською недбалістю. Отже, навчання та тренування як превентивні заходи можуть значно підвищити загальний рівень безпеки в закладі освіти.

Поєднання інструктажів та практичного відпрацювання дій на практиці дозволять працівникам ЗО бути впевненими в своїх діях, конструктивно ставитись до помилок, швидко адаптуватись до невідомих ситуацій та ефективно виконувати свої професійні обов'язки через планування власних дій та стратегій поведінки. Успішна реалізація заходів з реагування на небезпеку залежить від рівня підготовки працівників ЗО та дотримання порядку дій.

Заклади освіти мають забезпечити реагування на надзвичайні ситуації та виконання працівниками відповідних заходів безпеки. Це стосується не лише педагогів, але й адміністративних працівників, які мають приймати обґрунтовані рішення в екстрених ситуаціях.

Тренування з реагування на надзвичайні ситуації не вимагають великих фінансових витрат та можуть бути проведені без зупинки освітнього процесу. Цей процес реалізується керівництвом закладу та командою реагування.

Метою тренувань є забезпечення передбачуваного реагування на надзвичайні ситуації, координація готовності до них, а також вивчення заходів безпеки, способів захисту від впливу небезпечних факторів, викликаних надзвичайними ситуаціями.

Рекомендації, наведені нижче, визначають основні принципи підготовки та проведення тренувань з реагування на надзвичайні ситуації в закладі освіти. Вони спираються на чинне законодавство та мають на меті забезпечити безпеку в освітніх закладах.

Нормативна база

Відповідно до Порядку раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, затвердженого наказом Міністерства внутрішніх справ України, Міністерства освіти і науки України від 18.08.2023 №685/1013, керівник закладу освіти з метою створення умов безпечного освітнього середовища для навчання здобувачів освіти та роботи працівників закладу освіти створює команду реагування закладу освіти, затверджує її склад (не менше ніж три працівники закладу освіти) та розподіляє між ними обов'язки щодо вжиття заходів реагування в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, у тому числі проведення евакуації учасників освітнього процесу. Також, керівник закладу освіти організовує проведення щороку заходів (навчання, тренування, тренінги) щодо дій учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти не рідше ніж чотири рази впродовж навчального року.

Згідно цього ж наказу, команда реагування закладу освіти здійснює навчання (тренування, тренінги) учасників освітнього процесу згідно з алгоритмами дій у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, а також проведення їх евакуації. А працівники закладу освіти беруть участь у навчаннях (тренуваннях, тренінгах) щодо виконання дій згідно з алгоритмами, а також проведення евакуації.

Також, згідно Порядку організації та проведення спеціальних об'єктових навчань і тренувань з питань цивільного захисту, затвердженого наказом Міністерства внутрішніх справ України від 28.11.2019 № 991, навчання і тренування з питань цивільного захисту є формою практичної підготовки працівників, зокрема керівного складу та фахівців, діяльність яких пов'язана з організацією і здійсненням заходів з питань цивільного захисту, що загалом визначає готовність підприємств, установ та організацій до реалізації планів реагування на надзвичайні ситуації (інструкцій щодо дій персоналу суб'єкта господарювання в разі загрози або виникнення надзвичайних ситуацій), локалізації і ліквідації наслідків аварій на об'єктах підвищеної небезпеки, цивільного захисту на особливий період. Графіки проведення спеціальних об'єктових навчань і тренувань з питань цивільного захисту затверджують щороку керівники підприємств, установ, організацій та відповідно до Порядку здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях, затвердженим постановою Кабінету Міністрів України від 26 червня 2013 року № 444, узгоджують з місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування та територіальними органами ДСНС.

Отже, згідно з законодавством, навчання працюючого населення за місцем роботи, а також здобувачів освіти за місцем навчання діям під час надзвичайної ситуації є обов'язковим і здійснюється в робочий час за рахунок коштів роботодавця за програмами підготовки населення діям у надзвичайних ситуаціях, а також під час проведення спеціальних об'єктових навчань і тренувань з питань цивільного захисту.

Загальні вимоги з пожежної безпеки, навчання правилам пожежної безпеки та проведення практичних тренувань з відпрацюванням дій у разі пожежі встановлюються Правилами пожежної безпеки в Україні, затвердженими наказом Міністерства внутрішніх справ України від 30.12.2014 № 1417.

Навчання та перевірка знань з питань готовності до реагування на надзвичайні події працівників закладів освіти проводяться відповідно до:

- Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України 15.08.2016 № 974, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 08 вересня 2016 р. за № 1229/29359,
- Порядку здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 26 червня 2013 року №444,
- Порядку організації та проведення спеціальних об'єктових навчань і тренувань з питань цивільного захисту, затвердженого наказом Міністерства внутрішніх справ України від 28.11.2019 № 991, зареєстрованим в Міністерстві юстиції України 16 січня 2020 р. за № 46/34329.

Також, при підготовці та проведенні тренувань необхідно орієнтуватись на:

- Порядок проведення навчання керівного складу та фахівців, діяльність яких пов'язана з організацією і здійсненням заходів з питань цивільного захисту, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 жовтня 2013 р. № 819;
- Положення про функціональну підсистему навчання дітей дошкільного віку, учнів та студентів діям у надзвичайних ситуаціях (з питань безпеки життєдіяльності) єдиної державної системи цивільного захисту, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 21.11.2016 № 1400, зареєстрованим в Міністерстві юстиції України 14 грудня 2016 р. за № 1623/29753,
- наказ Міністерства охорони здоров'я України від 9 березня 2022 року № 441 «Про затвердження порядків надання домедичної допомоги особам при невідкладних станах» .

Так, навчання з пожежної та техногенної безпеки з вихованцями, учнями, студентами, курсантами, слухачами в закладах освіти проводиться відповідно до Порядку здійснення навчання населення та законодавства України у сфері освіти.

Усі працівники під час прийняття на роботу повинні проходити інструктажі з питань цивільного захисту, пожежної безпеки та дій у надзвичайних ситуаціях за місцем роботи відповідно до Порядку здійснення навчання населення (відповідно до пункту 16 Порядку здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях, затвердженим постановою Кабінету Міністрів України від 26 червня 2013 року № 444, особи у разі прийняття на роботу та працівники щороку за місцем роботи проходять інструктаж з питань цивільного захисту, пожежної безпеки та дій у надзвичайних ситуаціях).

Інструктажі з питань пожежної безпеки проводяться у порядку, визначеному керівником закладу та установи відповідно до вимог нормативно-правових актів у сфері цивільного захисту. Особи, які суміщають професії (роботи), навчаються або інструктуються як за основною, так і за сумісною професією.

Хто проводить?

Організація своєчасного і якісного проведення навчання, інструктажів та перевірки знань з питань безпеки в закладі освіти покладається на його керівника, а в структурному підрозділі — на керівника відповідного підрозділу.

Команда реагування закладу освіти розробляє та подає на затвердження керівнику закладу освіти алгоритм дій учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти та інших потенційних небезпек, а також плани евакуації учасників освітнього процесу. Такі алгоритми є темою та змістом практичних відпрацювань під час проведення тренувань в закладі освіти. Тренування організовує та проводить команда реагування. До проведення можуть залучатись представники Національної поліції та/або ДСНС, залежно від теми тренування. Участь в тренуваннях беруть всі працівники закладу освіти. Спільні тренування, в яких беруть участь працівники закладу та підрозділ ДСНС, дають можливість відпрацювати взаємодію працівників закладу та співробітників оперативних служб.

Коли проводять?

План тренувань розробляється командою реагування та затверджується головою команди реагування на початку року.

Графіки проведення тренувань з питань реагування на надзвичайні ситуації щороку затверджуються керівником закладу, після попереднього погодження з виконавчими органами міських (районних у місті) рад, районними (міськими) державними адміністраціями та територіальними органами ДСНС України.

Як проводять?

Доцільно, аби план тренування враховував дії учасників тренування на весь період їх проведення і передбачав:

- організаційні заходи: час і місце тренування, склад учасників та склад команди реагування, призначення відповідальних за окремі напрями, визначення засобів зв'язку, підготовку матеріалів тощо;
- підготовчі заходи: встановлення засобів і знаків імітації (прапорців, плакатів, пояснювальних написів тощо);
- інструктаж відповідальних осіб, підготовка до роботи засобів пожежогасіння і тренажерів тощо;
- оперативні дії: оголошення про виникнення умовної події, введення в роботу засобів імітації, дії учасників тренування за алгоритмом дій, контроль за ходом тренування відповідальними особами, взаємодія учасників тренування;
- взаємодія з ДСНС: їх виклик та зустріч, інформування про поточну ситуацію в закладі, надання практичної допомоги в роз'ясненні місцезнаходження джерел протипожежного водопостачання та під'їзних шляхів, інформація про дії працівників закладу, участь у роботі штабу за потреби тощо;
- взаємодія з Національною поліцією;
- взаємодія із службою екстреної медичної допомоги;
- забезпечення порядку: оповіщення працівників, які не беруть участь у тренуванні, встановлення необхідних перегородок і розстановка відповідальних з метою запобігання проникненню сторонніх осіб на період тренування в зону умовної події.

Перед проведенням тренування команда реагування ретельно ознайомлюється з програмою тренування, передбачаючи очікувані дії учасників і вчасно змінює завдання, відповідно до ходу тренування.

Під час тренування команда реагування імітує умовну подію та вживає необхідних заходів для попередження помилкових дій будь-якого учасника тренування, які можуть призвести до нещасного випадку, аварії або інших небажаних наслідків.

Після проведення тренування команда реагування проводить аналіз його результатів (перебіг, дотримання алгоритмів, психологічний стан учасників тренування, швидкість реакції працівників ЗО, дотримання інструкцій тощо) для підвищення ефективності дій.

Зміст тренувань

Під час тренувань в закладі освіти важливо відпрацювати порядок дій кожного працівника закладу освіти в надзвичайних ситуаціях, які можуть виникнути під час освітнього процесу. До елементів тренувань входять практичні дії та психологічна складова. На початку року командою реагування спільно з ДСНС та Національною поліцією складаються алгоритми дій при реагуванні на надзвичайні ситуації.

Алгоритми дій мають створюватись на основі порядку дій визначеного наказом Міністерства внутрішніх справ України та Міністерства освіти і науки України від 18.08.2023 №685/1013 «Про затвердження Порядку раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти».

Рекомендації для підготовки та проведення тренувань

Визначення цілей тренування	Перш ніж розпочати тренування, команда реагування визначає мету та цілі проведення тренування. Це може включати ознайомлення працівників закладу з процедурами безпеки, розуміння ролей та відповідальності учасників, навички реагування на конкретні ситуації тощо.
Розроблення сценарію надзвичайної ситуації	Команда реагування створює детальний сценарій надзвичайної ситуації, яка може трапитися в закладі освіти. Це допоможе учасникам тренування краще зрозуміти, як реагувати та які дії потрібно вжити.
Підготовка матеріалів та ресурсів	Команда реагування має забезпечити необхідні матеріали та ресурси для проведення тренування, такі як сигнальні плакати, евакуаційні плани, медичні прилади першої допомоги тощо.
Проведення інструктажу	Перед початком тренування команда реагування проводить інструктаж з учасниками, пояснюючи їм цілі та очікування від тренування, правила безпеки та визначення ролей.
Симуляція надзвичайної ситуації	Під час тренування працівники закладу мають відтворити сценарій надзвичайної ситуації як найреалістичніше. Це може включати евакуацію учасників, симуляцію медичного втручання та/або емоційну реакцію на небезпеку.
Використання різних форматів тренувань	Працівники ЗО можуть використовувати різні формати тренувань, такі як симуляції, рольові ігри, дискусії, вправи з командної роботи тощо. Це допоможе залучити учасників і зробити тренування більш ефективним та цікавим.
Оцінка та аналіз	Після завершення тренування працівники закладу освіти мають провести оцінку ефективності та аналіз результатів. Це допоможе виявити слабкі місця у планах реагування та покращити підготовку до надзвичайних ситуацій.
Підготовка психологічної підтримки	Працівники ЗО мають бути готовими надавати психологічну підтримку здобувачам освіти та іншим працівникам під час надзвичайних ситуацій. Тренування також можуть включати рольові ігри або симуляції для практики роботи з емоційним стресом та травмою, відпрацювання надання першої психологічної допомоги та робота щодо організації конструктивного спілкування і взаємодії під час тренування та реагування на надзвичайну ситуацію.
Залучення експертів	Команда реагування може запросити експертів з безпеки або екстрених ситуацій для проведення тренувань або надання консультацій.
Підготовка до реальних сценаріїв	Важливо, щоб тренування відображали реально можливі ситуації, з якими можуть зіткнутися в закладі освіти. Працівники закладу мають бути готові до реагування на різні види надзвичайних ситуацій, такі як пожежі, природні катастрофи, терористичні загрози тощо.
Постійне навчання та вдосконалення	Педагогічні працівники мають продовжувати вдосконалювати свої навички та знання з питань безпеки та реагування на надзвичайні ситуації. Регулярні тренування та оновлення навичок допоможуть зберегти високий рівень готовності.

Основний принцип полягає у тому, щоб тренування були регулярними, реалістичними та інтерактивними, щоб педагоги та інші працівники закладу освіти були належним чином підготовлені до будь-яких небезпечних подій.

Проведення тренувань в закладі освіти є ключовим елементом підготовки до реагування на надзвичайні ситуації. Педагогічні працівники мають бути готовими до різних сценаріїв та вміти ефективно керувати ситуацією, забезпечуючи безпеку учасників освітнього процесу. Важливо досягти оптимально високого рівня готовності до дій у надзвичайних ситуаціях, відповідно до викликів, застосовуючи необхідний алгоритм дій, відпрацьований під час тренувань.

При підготовці та проведенні тренувань важливо враховувати

- кількість працівників та учнів/вихованців закладу освіти;
- характеристики будівлі (поверховість, особливості планування, кількість евакуаційних виходів, загальна територія закладу освіти, доступність евакуаційних шляхів для людей з інвалідністю та дітей з ООП);
- місцезнаходження об'єктів фонду захисних споруд цивільного захисту, їх захисні властивості;
- різні варіанти місцезнаходження здобувачів освіти та працівників закладу на момент початку події (діти знаходяться на перерві, частина здобувачів освіти в приміщенні, частина на вулиці, діти знаходяться в роздягальні, їдальні і т.д.);
- різні варіанти розвитку події (швидке завершення події, стрімке погіршення ситуації);
- взаємодію з пожежно-рятувальними підрозділами, підрозділами екстреної медичної допомоги та Національною поліцією;
- аналіз попередніх тренувань та/або небезпечних подій в закладі освіти.

Можлива тематика для проведення тренувань з евакуації в закладі освіти

Пошкодження будівлі закладу освіти

Обвал крила будівлі, непридатні для використання

Замінування закладу освіти

Безпечне місце (місця) на території закладу освіти

Напад на заклад освіти

Люди зі зброєю, активний стрілець

Зміна безпечного місця відповідно до зміни умов небезпечної ситуації (ускладнення завдання в процесі події)

Виводити дітей спершу в сховище, а потім із сховища через другий запасний вихід; спочатку евакуація за сигналом «Увага всім» , потім пожежа

Загроза з середини закладу

Людина з вибухо-небезпечним предметом

2.3 Створення алгоритмів дій під час надзвичайних ситуацій в закладі освіти

Алгоритм дій під час надзвичайної ситуації — це послідовність чітко визначених кроків і заходів, що повинні бути вжиті для забезпечення безпеки, мінімізації ризиків та ефективного реагування на виникнення небезпечної або кризової ситуації. Такі алгоритми включають інструкції для різних сценаріїв надзвичайних ситуацій, таких як природні катастрофи, техногенні аварії, пожежі, терористичні акти тощо. Створення алгоритму дій працівників під час надзвичайної ситуації в закладі освіти є ключовим етапом у забезпеченні безпеки учасників освітнього процесу.

Алгоритм дій має створюватись в кожному закладі освіти та відповідати особливостям, які притаманні саме цьому закладу: кількість працівників, кількість здобувачів освіти, характеристики будівлі, регіональні особливості розташування закладу та ін.

Порядок раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, затверджений наказом МВС та МОН від18.08.20023 №685/1013, визначає наступний алгоритм дій:

Алгоритм дій у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти

1. Керівник закладу освіти координує та контролює дії членів команди реагування закладу освіти та працівників закладу освіти.

2. Команда реагування закладу освіти та / або працівник закладу освіти:

- негайно викликають поліцію та (за необхідності) інші екстрені служби, вмикає систему оповіщення за першим сигналом та повідомляє керівнику закладу освіти про напад або ризик нападу на заклад освіти;
- з'ясовує обставини нападу або виникнення ризику нападу (сутність загрози, кількість постраждалих від нападу, їх фізичний стан та місце перебування);
- у разі неможливості евакуації, зокрема якщо проведення евакуації може бути небезпечним, вживає заходів щодо залишення учасників освітнього процесу в місці їх перебування в закладі освіти та блокування будь-яким способом дверей та вікон;
- у разі проведення евакуації вмикає систему оповіщення за другим сигналом;
- вживає заходів щодо проведення безпечної евакуації учасників освітнього процесу в безпечне місце;
- організовує безпечне пересування учасників освітнього процесу до укриття або іншого безпечного місця;
- перевіряє приміщення, будівлю закладу освіти на відсутність у них учасників освітнього процесу;
- виконує вимоги поліцейських та / або працівників ДСНС, які прибули в заклад освіти для реагування на напад або ризик нападу, та сприяє в межах компетенції їх діяльності та за можливості інформує про перебіг евакуації, місця перебування учасників освітнього процесу;
- у разі наявності постраждалих від нападу організовує надання їм домедичної допомоги, у тому числі із залученням екстрених служб;
- за можливості сповіщає батьків, інших законних представників про переміщення здобувачів освіти в укриття;
- погоджує повернення учасників освітнього процесу до навчання після завершення заходів, вжитих у разі нападу або ризику нападу на заклад освіти, а також перевіряє кількість здобувачів освіти.

Алгоритми дій мають створюватись на основі порядку дій визначеного Наказом Міністерства внутрішніх справ України та Міністерства освіти і науки України від 18.08.2023 №685/1013 «Про затвердження Порядку раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти»

Для створення алгоритмів дій вашого закладу освіти пропонується покрокова інструкція, яка визначає етапи підготовки до реагування на надзвичайні та кризові ситуації в закладі освіти.

- Проаналізуйте потенційні загрози: розгляньте можливі надзвичайні ситуації, такі як пожежі, природні лиха, інциденти зі зброєю тощо, які можуть виникнути у вашому закладі освіти.
- Визначте ризики: оцініть ймовірність виникнення кожної з наведених загроз і визначте їхні можливі наслідки для працівників закладу та здобувачів освіти.

- Розробіть план евакуації: визначте основні маршрути евакуації та зони безпеки. Переконайтеся, що всі працівники та здобувачі освіти знають, як діяти в разі надзвичайної ситуації.
- Створіть комунікаційну систему: розробіть систему оповіщення та зв'язку, яка дозволить швидко і ефективно інформувати всіх працівників про надзвичайну ситуацію та надання відповідних інструкцій.
- Навчання працівників ЗО: організуйте тренування для працівників щодо їх обов'язків та дій у разі надзвичайної ситуації, підкресліть важливість співпраці, швидкого реагування та спільних дій; регулярно організовуйте імітаційні вправи для працівників ЗО, які дозволять випробувати алгоритм дій в реальних умовах, але без реальної загрози. Це допоможе перевірити ефективність плану реагування та ідентифікувати можливі недоліки або проблеми.
- Розробіть алгоритми дій: створіть чіткі і докладні інструкції для працівників щодо того, як діяти в різних сценаріях надзвичайних ситуацій. Вони повинні містити конкретні кроки, відповідальність та засоби для виконання завдань.
- Перевіряйте та оновлюйте: регулярно переглядайте та оновлюйте алгоритми дій, враховуючи нові загрози та вивчені уроки з попередніх надзвичайних ситуацій.
- Враховуйте особливості закладу: при розробці алгоритму дій враховуйте специфічні особливості вашого закладу освіти, такі як його розмір, локація, а також наявність спеціалізованого обладнання чи матеріалів.
- Залучайте експертів: працюйте спільно з експертами з пожежної безпеки, цивільного захисту, представниками Національної поліції та іншими фахівцями, щоб забезпечити найвищий рівень безпеки та готовності до надзвичайних ситуацій.

Створення алгоритмів дій під час надзвичайної ситуації — це постійний процес, який вимагає уваги та зусиль. Систематична підготовка дозволить забезпечити належний рівень безпеки для всіх учасників освітнього процесу.

Важливо

Успішність тренувань залежить від впевнених дій команди реагування та працівників закладу, від знання ролей та задач всіма учасниками та дотримання алгоритмів дій.

Безумовно, виконання цих завдань вимагає від команди реагування не лише вміння керувати процесом, а й ретельності у плануванні та координації.

Для ефективної організації тренувань необхідно:

- чітке розуміння алгоритмів реагування та процедур, пов'язаних з безпекою, а також вміння адекватно реагувати на будь-які несподівані ситуації;
- здатність ефективно спілкуватися з усіма учасниками тренувального процесу;
- вміння створювати атмосферу довіри та сприяти плідному обміну інформацією між учасниками тренування, що є ключовим фактором для успішного виконання завдань під час тренування.

Роль команди реагування важлива і визначальна для забезпечення ефективності та успішності тренувань з реагування на надзвичайні ситуації в закладі освіти. Вона не лише відповідає за правильність виконання завдань, а й забезпечує безпеку та захищеність учасників освітнього процесу у випадку надзвичайних ситуацій.

Можлива тематика для створення алгоритмів дій

Стихійні лиха	Біологічна, радіаційна, хімічна загроза	Загрози техногенного характеру	Пожежа	Повітряна тривога	Загрози нападу, терористична загроза

2.4 Права та обов'язки педагогічних та науково-педагогічних працівників щодо захисту життя та здоров'я здобувачів освіти

Забезпечення безпеки та добробуту дітей — це завдання, що стоїть перед усіма, хто контактує з дітьми та їх сім'ями. Кожен, хто працює в сфері освіти, має свою роль у цьому процесі. Для того щоб ефективно виконувати свої обов'язки, кожен працівник закладу освіти має переконатись, що всі дії, які заплановані та виконуються, орієнтовані на дитину. Це означає, що дії дорослих в закладі освіти мають завжди керуватися інтересами, в першу чергу, дитини. Жоден з нас не може знати всіх потреб та обставин життя кожної дитини. Проте, щоб організувати безпечні умови для навчання та надати допомогу вчасно, кожен має робити свою частину роботи у виявленні проблем, обміні інформацією та подальших діях.

Захист добрубуту та благополуччя дітей в контексті безпечного освітнього середовища означає:

- захист від будь-яких форм насильства;
- уникнення погіршення фізичного та психічного здоров'я;
- створення умов для здобуття освіти та розвитку в безпечному середовищі;
- забезпечення рівних можливостей для всіх учасників освітнього процесу.

Важливу роль у цьому відіграють працівники закладів освіти, які можуть вчасно виявляти потенційні проблеми і складнощі та надавати необхідну допомогу. Всі працівники закладу освіти мають сприяти створенню безпечного освітнього середовища. Всі мають бути готові виявити дітей, які можуть потребувати допомоги, надавати їм підтримку та сприяти їхньому розвитку.

Якщо у працівників закладу виникають будь-які сумніви стосовно добробуту дитини, слід діяти відповідно до встановлених процедур в закладі освіти. Також, всі заклади освіти мають в своєму складі створену команду реагування, яка буде підтримувати працівників у виконанні заходів забезпечення безпеки та співпрацювати з іншими службами, зацікавленими в збереженні прав дітей. Команда реагування закладу освіти має повну картину ситуації та готова негайно реагувати на будь-які проблеми, тому важливо встановити ефективну внутрішню комунікацію між працівниками закладу освіти та членами команди реагування, для максимально швидкого реагування на потенційні загрози для дитини.

В Україні права та обов'язки педагогічних, науково-педагогічних і наукових працівників, а також керівників закладів освіти щодо захисту життя та здоров'я здобувачів освіти регулюються рядом нормативно-правових документів серед яких: Конституція України, Кодекс цивільного захисту України, Закон України «Про освіту», Закон України «Про вищу освіту», Закон України «Про повну загальну середню освіту», Закон України «Про дошкільну освіту» , «Про позашкільну освіту» , «Про професійно-технічну освіту» та інші нормативно-правові акти.

Конституція України

Стаття 3. Людина, її життя і здоров'я, честь, і гідність, недоторканість і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю.

Стаття 27. Кожна людина має невід'ємне право на життя. Ніхто не може бути свавільно позбавлений життя. Обов'язок держави - захищати життя людини. Кожен має право захищати своє життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань.

Кодекс цивільного захисту України

Стаття 41. Навчання здобувачів освіти

Закон України «Про освіту»

Стаття 54. Права та обов'язки педагогічних, науково-педагогічних і наукових працівників, інших осіб, які залучаються до освітнього процесу.

Стаття 57-1. Державні гарантії в умовах воєнного стану, надзвичайної ситуації або надзвичайного стану.

Закон України «Про повну загальну середню освіту»

Стаття 21 п 1. Заклад освіти створює безпечне освітнє середовище з метою забезпечення належних і безпечних умов навчання, виховання, розвитку учнів, а також формує у них гігієнічні навички та засади здорового способу життя.
Стаття 22 п 2. Педагогічні працівники мають права, визначені Законом України «Про освіту»,цим Законом, законодавством, колективним договором, трудовим договором та/або установчими документами закладу освіти.

Закон України «Про вищу освіту»

Стаття 57. Права науково-педагогічних, наукових і педагогічних працівників.
Стаття 58. Обов'язки науково-педагогічних, наукових і педагогічних працівників.
Стаття 59. Гарантії науково-педагогічним, науковим, педагогічним та іншим працівникам закладів вищої освіти.

Інші нормативно-правові акти

Правила пожежної безпеки для закладів освіти.
Санітарні правила для закладів освіти.
Інструкції з охорони праці для працівників закладів освіти.
Типові правила внутрішнього трудового розпорядку для закладів освіти.
Порядок раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти.

Обов'язки педагогічних, науково-педагогічних і наукових працівників:

- сприяти розвитку здібностей здобувачів освіти, формуванню навичок здорового способу життя, дбати про їхнє фізичне і психічне здоров'я;
- дотримуватися педагогічної етики;
- поважати гідність, права, свободи та законні інтереси всіх учасників освітнього процесу;
- настановленням і особистим прикладом утверджувати повагу до суспільної моралі та суспільних цінностей, зокрема правди, справедливості, патріотизму, гуманізму, толерантності, працелюбства;
- формувати у здобувачів освіти усвідомлення необхідності додержуватися Конституції та законів України, захищати суверенітет і територіальну цілісність України;
- виховувати у здобувачів освіти повагу до державної мови та державних символів України, національних, історичних, культурних цінностей України, дбайливе ставлення до історико-культурного надбання України та навколишнього природного середовища;
- формувати у здобувачів освіти прагнення до взаєморозуміння, миру, злагоди між усіма народами, етнічними, національними, релігійними групами;
- захищати здобувачів освіти під час освітнього процесу від будь-яких форм фізичного та психологічного насильства, приниження честі та гідності, дискримінації за будь-якою ознакою, пропаганди та агітації, що завдають шкоди здоров'ю здобувача освіти, запобігати вживанню ними та іншими особами на території закладів освіти алкогольних напоїв, наркотичних засобів, іншим шкідливим звичкам;
- додержуватися установчих документів та правил внутрішнього розпорядку закладу освіти, виконувати свої посадові обов'язки;
- повідомляти керівництво закладу освіти про факти булінгу (цькування) стосовно здобувачів освіти, педагогічних, науково-педагогічних, наукових працівників, інших осіб, які залучаються до освітнього процесу, свідком якого вони були особисто або інформацію про які отримали від інших осіб, вживати невідкладних заходів для припинення булінгу (цькування).
- дотримуватися принципів дитиноцентризму та педагогіки партнерства у відносинах з учнями та їхніми батьками;
- виконувати обов'язки, визначені Законом України «Про освіту», цим Законом, іншими актами законодавства, установчими документами закладу освіти, трудовим договором та / або їхніми посадовими обов'язками;
- володіти навичками з надання домедичної допомоги дітям.

Обов'язки керівника закладу освіти:

- створення у закладі освіти безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та булінгу (цькування);
- сприяння здоровому способу життя здобувачів освіти та працівників закладу освіти;
- створення умов для реалізації прав та обов'язків усіх учасників освітнього процесу;
- затвердження положення про внутрішню систему забезпечення якості освіти в закладі загальної середньої освіти, забезпечує її створення та функціонування;
- створення необхідних умов для здобуття освіти особами з особливими освітніми потребами;
- формання засад, створення умов, сприяння формуванню культури здорового способу життя учнів та працівників закладу загальної середньої освіти;
- створення в закладі загальної середньої освіти безпечного освітнього середовища, забезпечення дотримання вимог щодо охорони дитинства, охорони праці, вимог техніки безпеки;
- організація та здійснення заходів у сфері цивільного захисту України;
- організація харчування та сприяння медичному обслуговуванню учнів відповідно до законодавства.

Важливо зазначити, що права та обов'язки педагогічних, науково-педагогічних і наукових працівників та керівників закладів освіти щодо захисту життя та здоров'я здобувачів освіти можуть бути додатково врегульовані локальними нормативно-правовими актами закладу освіти, наприклад, статутом, колективним договором.

Поки здобувач освіти перебуває у закладі освіти, головне — це його безпека. Дотримання правил безпеки в закладах освіти є спільною відповідальністю адміністрації, педагогів, учнів та їх батьків, і кожен з цих учасників несе свою частку відповідальності за забезпечення безпечного навчального середовища.

Основні аспекти відповідальності



Види відповідальності

Адміністративна відповідальність

Адміністративна відповідальність — це застосування до особи, яка вчинила адміністративний проступок, заходів, передбачених Кодексом України про адміністративні правопорушення (штрафи, громадські, виправні роботи тощо). Може застосовуватися до всіх учасників освітнього процесу з метою виховання особи, яка вчинила адміністративне правопорушення, в дусі додержання законів України, поваги до правил співжиття, а також запобігання вчиненню нових правопорушень як самим правопорушником, так і іншими особами.

Дисциплінарна відповідальність

Дисциплінарна відповідальність — це обов'язок працівника відповідати перед роботодавцем за скоєний ним дисциплінарний проступок і понести дисциплінарні стягнення, передбачені нормами трудового законодавства. Включає догани, попередження або звільнення педагогічних працівників за порушення внутрішніх правил закладу освіти, вчинення працівником, який виконує виховні функції, аморального проступку, не сумісного з продовженням даної роботи тощо.

Цивільно-правова відповідальність

Цивільно-правова відповідальність — застосування правових заходів впливу для відновлення порушених майнових та немайнових прав, наприклад, виплата компенсації за шкоду, заподіяну здобувачам освіти або іншим особам внаслідок недотримання правил безпеки.

Кримінальна відповідальність

Кримінальна відповідальність — це відповідальність, передбачена Кримінальним кодексом за скоєння злочинів. Застосовується у випадку правопорушень, які становлять суспільну небезпеку, що призвели до тяжких наслідків, наприклад, загибелі або серйозного травмування здобувачів освіти.

РОЗДІЛ 3

ПОТЕНЦІЙНІ ВИКЛИКИ ТА ЗАГРОЗИ ДЛЯ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

ПІДГОТОВКА ТА АЛГОРИТМИ ДІЙ









3.1 Надзвичайні ситуації соціального, природного, техногенного та воєнного характеру

Заклади освіти мають бути готовими до надзвичайних ситуацій соціального, техногенного, природного та воєнного характеру з метою забезпечення безпеки здобувачів освіти і працівників ЗО, а також для мінімізації перерв у освітньому процесі. Підготовка до таких ситуацій є життєво важливою, оскільки дозволяє швидко та ефективно реагувати на різноманітні загрози, зберігаючи життя та здоров'я всіх учасників освітнього процесу.

Соціальні загрози, такі як акти насильства, терористичні атаки або громадські заворушення, можуть мати серйозні наслідки для безпеки в закладі освіти. Техногенні катастрофи, включаючи пожежі, хімічні викиди чи аварії на інфраструктурних об'єктах, можуть призвести до значних втрат і шкоди, якщо не вжити відповідних заходів. Природні катастрофи, такі як землетруси, повені, буревії та інші стихійні лиха, можуть виникнути раптово, вимагаючи від закладу освіти миттєвої та скоординованої реакції.

Готуючись до таких надзвичайних ситуацій, заклади освіти можуть розробляти ефективні плани дій, проводити регулярні тренування для працівників ЗО і здобувачів освіти, а також створювати систему раннього попередження та швидкого реагування. Це дозволяє не лише забезпечити фізичну безпеку, але й сприяє психологічній готовності до змін в звичному середовищі, а також зниженню рівня стресу серед учасників освітнього процесу. Розглянемо з якими основними викликами може зіткнутись заклад освіти.

Загрози соціального характеру

Соціальна надзвичайна ситуація — це порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній, або на водному об'єкті, спричинене протиправними діями терористичного і антиконституційного спрямування, або пов'язане зі зникненням (викраденням) зброї та небезпечних речовин, нещасними випадками з людьми тощо.

Основні види соціальних надзвичайних ситуацій

- Встановлення вибухових пристроїв у багатолюдних місцях, житловому секторі та на транспорті (тероризм)
- Нещасні випадки з людьми на воді (кризі)
- Нещасні випадки з людьми під час виконання службових обов'язків тощо

Головними причинами виникнення цих НС є порушення громадянами правил власної безпеки, нехтування вимогами техніки безпеки та правилами поведінки на водних об'єктах.

Основними причинами загибелі людей є порушення правил поводження на воді, брак контролю за дітьми з боку батьків, порушення правил користування плавзасобами. Нещасних випадків на кризі можна гарантовано уникнути, на відміну від багатьох небезпек, дотримуючись лише одного простого правила — не виходити на лід.

Загрози природного характеру

Надзвичайна ситуація природного характеру — це порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті, пов'язане з небезпечним геофізичним, геологічним, метеорологічним або гідрологічним явищем, деградацією ґрунтів чи надр, пожежею у природних екологічних системах, зміною стану повітряного басейну, інфекційною захворюваністю та отруєнням людей, інфекційним захворюванням свійських тварин, масовою загибеллю диких тварин, ураженням сільськогосподарських рослин хворобами та шкідниками тощо.

Серед природних загроз найбільшу небезпеку практично для всіх регіонів України становлять комплексні метеорологічні явища:

- Геологічного характеру
- Метеорологічного характеру
- Гідрологічного характеру
- Пожежі в природних екосистемах
- Медико-біологічного харктеру

Найбільш небезпечні загрози геологічного характеру в Україні

Підтоплення

Підтоплення є одним із найбільш поширених сучасних гідрологічних процесів, що розвиваються як у природних умовах, так і під впливом техногенних чинників.

Суть зазначеного процесу — це підйом рівня ґрунтових вод та стійке порушення природного режиму зволоження, що спричиняє несприятливі зміни геологічного середовища.

Для захисту населення та економіки країни від руйнівної дії паводків і повеней, запобігання підтопленню на території України створено потужний захисний комплекс гідротехнічних споруд, насосних станцій, дренажних систем, зрошувальних трубопроводів, меліоративних каналів, берегоукріплень, захисних дамб тощо.

Зсуви

Зсуви мають значне поширення на території країни. За даними моніторингу екзогенних геологічних процесів в останні роки зафіксовано близько 23 тис. зсувів, кількість яких може змінюватися внаслідок їх ліквідації, злиття окремих близько розташованих зсувів чи утворення нових.

Сучасна активізація зсувів найчастіше зумовлюється впливом швидкозмінних чинників - метеорологічних, гідрологічних, гідрогеологічних, підсилених техногенними змінами інженерно-геологічних умов.

Вплив господарської діяльності на розвиток зсувів часто пов'язаний з додатковим навантаженням, підрізкою схилів під час будівельних робіт, створенням динамічних навантажень тощо, що характерно для урбанізованих територій.

Ділянки відкритого карсту

Карст є особливо небезпечним екзогенним процесом, що розвивається у разі взаємодії води з розчинними гірськими породами, призводить до порушення стійкості території — її здатності зберігати функціональні несучі властивості під впливом інженерних споруд.

Деформації, що виникають у зв'язку з господарським освоєнням закарстованих територій (провали, воронки, осідання), супроводжуються руйнуванням будівель і споруд, розривами підземних комунікаційних мереж, ускладненням експлуатації гірничих виробок, втратами водних ресурсів з водосховищ і каналів, зменшенням площ орних земель тощо.

Абразія

Абразія та переробка берегів водосховищ — це процес механічного руйнування гірських порід хвилями та течіями. Морське узбережжя зазнає природного переформування берега через руйнування та перенесення матеріалу, який обвалився.

Основні чинники, які зумовлюють переформування берега — геолого-геоморфологічні, гідрометеорологічні (хвильовий, вітровий та рівневий режим моря) та техногенний вплив господарської діяльності. Інтенсивність абразії насамперед зумовлена середньо- та багаторічною мінливістю штормів та рівня моря (водосховища), властивостями порід, що складають берегову смугу, а також техногенною дестабілізацією схилів (нераціональне освоєння пляжної смуги, надмірне видобування піску з прибережних територій, порушення природного режиму міграції наносів). В Україні абразійний процес найпоширеніший на Чорноморському узбережжі. Швидкість абразії становить в середньому 1,3-4,2 м на рік.

Загрози метеоролічного характеру

- сильні зливи, град;
- сильна спека, посуха, суховії;
- урагани, шквали, смерчі, шторми;
- пилові бурі;
- снігові заноси, значні ожеледі, мороз;
- сильні тумани.

Кількість опадів взимку в останні роки зменшилася, весною і влітку змінилася несуттєво, а восени зросла. Почастішали випадки, коли половина або місячна норма опадів випадає за декілька годин, завдаючи значних матеріальних збитків.

Виникненню надзвичайних ситуацій природного походження в Україні, а саме — метеорологічних, сприяє низка природних факторів, зокрема особливості географічного положення України, атмосферні процеси, наявність гірських масивів, підвищень, близькість морів тощо.

Також величезною рушійною силою природних стихійних явищ є нерозсудлива людська діяльність. Внаслідок такої діяльності клімат зазнає незворотних змін. Це спричиняє надзвичайні природні явища, які завдають значних руйнувань та призводять до загибелі людей.

Загрози гідрологічного характеру

Особливістю гідрологічного режиму річок України в останні роки було маловодне весняне водопілля. Внаслідок чого середні за рік витрати води більшості річок країни були меншими та значно меншими за їхні середні багаторічні значення.

Низька водність весняного періоду, а особливо екстремально низька водність міжсезонного періоду і малий приплив води до водосховищ країни є несприятливими для секторів економіки та функціонування господарського сектору України.

Пожежі в природніх екосистемах

Пожежі в природних екосистемах зазвичай завдають великих збитків, а при масштабних пожежах та сильних поривах вітру полум'я може розповсюджуватись на прилеглі території та житлові масиви (споруди) в результаті чого може постраждати і населення, яке проживає в зоні їх поширення. До них відносяться:

- лісові пожежі;
- пожежі на торфовищах;
- пожежі на сільськогосподарських угіддях;
- пожежі на територіях і об'єктах природно-заповідного фонду;
- пожежі на сміттєзвалищах та інших відкритих ділянках місцевості.

Основними причинами виникнення пожеж у природних екосистемах є діяльність людини, обумовлена порушенням правил пожежної безпеки під час перебування у лісових масивах і випалюванням сухої рослинності, природні фактори, самозаймання торфу та спалювання залишків сільськогосподарської продукції.

Загрози медико-біологічного характеру

До загроз медико-біологічного характеру в першу чергу відносяться епідемії та пандемії, спричинені різноманітними хворобами. Захист населення, територій, навколишнього природного середовища та майна від надзвичайних ситуацій, небезпечних подій включає:

- оповіщення та інформування про загрозу або виникнення надзвичайних ситуацій;
- укриття населення у захисних спорудах, спорудах цивільного захисту та заходи з евакуації;
- інженерний захист територій, радіаційний та хімічний захист населення і територій;
- медичний, біологічний і психологічний захист, забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення;
- навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях.

Евакуація населення — це основний спосіб захисту населення у разі загрози або виникнення НС природного, техногенного або соціального характеру, внаслідок яких виникає безпосередня загроза життю та заподіяння шкоди здоров'ю людей.

Загрози техногенного характеру

Надзвичайна ситуація техногенного характеру — це порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті внаслідок транспортної аварії (катастрофи), пожежі, вибуху, аварії з викиданням (загрозою викидання) небезпечних хімічних, радіоактивних і біологічно небезпечних речовин, раптового руйнування споруд; аварії в електроенергетичних системах, системах життєзабезпечення, системах телекомунікацій, на очисних спорудах, у системах нафтогазового промислового комплексу, гідродинамічних аварій тощо.

Надзвичайні ситуації техногенного характеру в мирний час завжди вирізняються високим показником кількості загиблих, який становить близько 75% загальної кількості загиблих у надзвичайних ситуаціях (без урахування військових дій).

Серед надзвичайних ситуацій техногенного характеру, що виникають на території України, найбільшу частку становлять:

- Пожежі
- Вибухи, не пов'язані з військовими діями
- Аварії на транспорті
- Аварії в системах життєзабезпечення
- Раптове руйнування будівель та споруд
- Аварії в електроенергетичних системах

Центральними органами виконавчої влади, державними адміністраціями, органами місцевого самоврядування та суб'єктами господарювання розроблені Плани евакуації населення (працівників), матеріальних та культурних цінностей з необхідними розрахунками. У планах цивільного захисту на особливий період розроблено окремий розділ, де визначаються особливості проведення евакуації та приймання і розміщення матеріальних і культурних цінностей.

Готовність закладів освіти до надзвичайних ситуацій соціального, техногенного та природного характеру є критично важливою для забезпечення безпеки учасників освітнього процесу та нормального функціонування освітнього закладу. Ця готовність включає в себе розробку алгоритмів дій для різних видів надзвичайних ситуацій, систематичні тренування працівників закладу освіти та здобувачів освіти, створення команд реагування закладу освіти та забезпечення необхідними ресурсами для ефективного управління кризовими ситуаціями. Важливою складовою є також співпраця з органами місцевого самоуправління, правоохоронними органами та громадськими організаціями для обміну інформацією та координації заходів під час надзвичайних подій. Тільки завдяки комплексному підходу до підготовки і реагування заклади освіти можуть ефективно захищати учасників освітнього процесу в умовах загроз.

Загрози воєнного характеру

Сучасна реальність вимагає від закладів освіти не лише готовності до надзвичайних природних та техногенних ситуацій, а й до можливих загроз воєнного характеру. Такі загрози можуть включати в себе збройні конфлікти, терористичні акти, чи навіть ворожі військові операції, що ставлять під загрозу безпеку і нормальне функціонування освітнього процесу. В умовах потенційної воєнної загрози важливо мати чіткий план дій, спрямований на забезпечення безпеки всіх учасників освітнього процесу. Підготовка до можливих воєнних загроз включає в себе розробку ймовірних сценаріїв подій, встановлення системи внутрішнього сповіщення, а також підвищення обізнаності працівників закладу освіти та здобувачів освіти щодо процедур евакуації та захисту під час конфліктних ситуацій.

Повітряні тривоги стають критичним моментом у воєнних умовах, коли швидке та організоване реагування може врятувати життя. Заклади освіти повинні мати не лише технічні засоби для сповіщення, але й готовність працівників до вживання негайних заходів безпеки та евакуації учасників освітнього процесу.

Готовність закладу освіти до воєнних загроз вимагає систематичного навчання та тренувань, щоб у разі необхідності кожен працівник і здобувач освіти знав свої обов'язки та міг ефективно діяти для забезпечення безпеки й невідкладного реагування.

Воєнна надзвичайна ситуація — порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті, спричинене застосуванням звичайної зброї або зброї масового ураження, під час якого виникають вторинні чинники ураження населення, що її визначають в окремих нормативних документах.

Надзвичайну ситуацію воєнного характеру встановлено на всій території України через збройну агресію з боку російської федерації, що розпочалася 24.02.2022, та повномасштабне вторгнення в Україну збройних сил рф відповідно до підпункту 6 пункту 4 Порядку класифікації надзвичайних ситуацій за їх рівнями, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 24 березня 2003 р. № 368, та Указу Президента України від 24 лютого 2022 р. № 64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні», затвердженого Законом України від 24.02.2022 № 2102-IX, класифіковано НС воєнного характеру державного рівня.

З рекомендаціями від ДСНС для учасників освітнього процесу щодо дій під час сигналу оповіщення «УВАГА ВСІМ» можна ознайомитись у Додатку №3. В Додатку №4 розміщено рекомендації від ДСНС щодо поведінки під час обстрілів.



3.2 Пожежна безпека в закладі освіти

Пожежна безпека є важливою складовою безпеки в закладах освіти, оскільки вона безпосередньо стосується життя та здоров'я всіх учасників освітнього процесу. Відповідальність працівників закладу полягає в забезпеченні безпечних умов навчання та перебування, відповідно до законодавства та нормативних вимог. Профілактика виникнення пожеж та систематична підготовка працівників ЗО є ключовими аспектами стратегії запобігання небезпеці. Цей розділ спрямований на ознайомлення з основними принципами пожежної безпеки, дотримання правил та алгоритмів у випадку виникнення пожежі, а також на підготовку до оперативного реагування та евакуації учасників освітнього процесу.

Розуміння потенційних ризиків та належна підготовка забезпечують не лише безпеку, а й психологічний комфорт усіх учасників освітнього процесу, сприяючи впевненості в їх знаннях і навичках дій у критичних ситуаціях.

Умови виникнення і розповсюдження пожежі

Пожежа

Неконтрольований процес горіння, внаслідок якого знищується або пошкоджується майно, природні ресурси, а також виникають небезпечні чинники, що створюють загрозу життю та здоров'ю людей, тварин, негативно впливають на навколишнє природне середовище.

Трикутник вогню

Це символічна модель, яка використовується для пояснення умов виникнення і підтримки горіння. Вона складається з трьох вершин, які представляють необхідні компоненти для горіння: горючу речовину, окисник і джерело запалювання.



Горюча речовина

Це речовина, яка може загорітися і горіти. Вона може бути твердою або газом. Прикладами горючих речовин є дерево, паливо, тканина, папір, природний газ тощо.

Окисник

Це речовини, що здатні активно окислювати інші речовини чи легко розкладатися з виділенням речовин, що активно окислюються (наприклад: кисень, бертолетова сіль, нітратна кислота, хлор тощо).

Джерело запалювання

Це початковий імпульс, який починає реакцію горіння. Ним може бути відкрите полум'я, іскра, електричний струм, гарячий предмет або хімічна реакція.

Умови виникнення горіння полягають у тому, що всі три компоненти — горюча речовина, окисник і джерело запалення повинні бути одночасно присутніми. Якщо хоча б одна з цих складових відсутня, горіння не виникне або швидко припиниться.

Трикутник вогню використовується для наголошення важливості управління цими компонентами для запобігання і контролю пожеж. Заходи з пожежної безпеки спрямовані на зниження ймовірності зустрічі горючих речовин, окисників і джерел запалювання в одному місці, або на забезпечення швидкого виявлення і втручання для припинення горіння, якщо воно виникне.

Основні причини пожеж

- необережне поводження з вогнем;
- необережність під час паління;
- порушення правил пожежної безпеки при встановленні та експлуатації електроустановок (аварійні режими роботи);
- порушення правил пожежної безпеки при встановленні та експлуатації теплогенеруючих агрегатів та установок;
- підпали;
- пустощі дітей із вогнем;
- несправність виробничого обладнання, порушення технологічного процесу виробництва.

Умовами розповсюдження вогню є відсутність:

- засобів пожежогасіння та відповідних видів пожежної техніки або практичного досвіду їх використання;
- автоматичних установок пожежогасіння, пожежної сигналізації, систем протидимного захисту та оповіщення людей про пожежу;
- вогнезахисної обробки (просочення) конструкцій, матеріалів відповідно вимог;
- протипожежних перешкод, розривів.

Небезпечні фактори пожежі

Токсичні продукти горіння

Токсичні продукти горіння та термічного розкладання становлять найбільшу небезпеку та загрозу для життя людини, особливо при пожежах у будівлях. Синтетичні матеріали є основним джерелом токсичних продуктів згоряння.

Полум'я та іскри

Надзвичайно небезпечні фактори пожежі (температура полум'я сягає більше 1200-1400^0 С). Вони здатні викликати опіки та больові відчуття.

Підвищена температура навколишнього середовища

Небезпека полягає в тому, що вдихання розігрітого повітря разом із продуктами згоряння може призвести до ураження органів дихання та смерті. Наприклад +60^0 С градусів є небезпечною температурою для життя.

Дим

Суміш дрібних твердих часток (сажі, попелу і т. ін.) і газоподібних продуктів, які виділяються в повітря при згорянні. Він спричиняє подразнення органів дихання та слизових оболонок, а також зменшує видимість у приміщенні.

Зниження концентрації кисню

В процесі горіння відбуваються хімічні реакції окислення горючих речовин та матеріалів, що спричиняє зниження концентрації кисню. Коли вміст кисню зменшується до 14% при нормі 21% втрачається координація рухів, з'являються запаморочення, слабкість, ознаки гіпоксії.

Системи протипожежного захисту

В силу об`єктивних причин повністю виключити виникнення пожежі неможливо. Якщо пожежа виникла, то її розвиток є нерівномірним. Спочатку інтенсивність горіння невелика, але потім вона зростає і наступає лавиноподібний процес. Тому чим раніше виявлена пожежа, тим менші збитки від неї.

Протипожежний захист будинків, споруд, людей, які в них перебувають, зокрема досягається застосуванням систем протипожежного захисту.

Система протипожежного захисту

Комплекс технічних засобів, що змонтований на об'єкті, призначений для виявлення, локалізування та ліквідування пожеж без втручання людини, захисту людей, матеріальних цінностей та довкілля від впливу небезпечних чинників пожежі.

До основних систем протипожежного захисту належать:

Система пожежної сигналізації — це сукупність технічних засобів, установлених на об`єкті, що захищається, для виявлення пожежі, оброблення, подавання в заданому вигляді повідомлення про пожежу на цьому об`єкті, спеціальної інформації та/або подавання команд на включення автоматичних установок пожежогасіння та технічних обладнань.

Автоматична система пожежогасіння — система, яка виконує функції виявлення ознак горіння, оповіщення про пожежу та подавання вогнегасної речовини без втручання людини.

Система керування евакуацією (в частині систем оповіщення про пожежу і покажчиків напрямку евакуювання) — це сукупність технічних засобів та організаційних заходів, призначених для оповіщення про виникнення пожежі та подавання сигналів керування евакуацією.

Система протидимного захисту — комплекс технічних засобів і пристроїв (димо- та тепловидалення, припливу/підпору повітря, управління та запуску), призначених для створення бездимного прошарку нижче стабільного шару диму, шляхом видалення диму (димових газів, летких продуктів згоряння, нагрітого повітря) з приміщення (будинку, споруди) та шляхів евакуювання у разі пожежі.

Первинні засоби пожежогасіння

Первинні засоби пожежогасіння призначені для ліквідації невеликих осередків пожеж, а також для гасіння пожеж у початковій стадії їх розвитку силами працівників об'єктів до прибуття штатних підрозділів пожежної охорони.

Використовують такі види первинних засобів пожежогасіння:

- вогнегасники;
- пожежний інвентар (покривала з негорючого теплоізоляційного полотна, ящики з піском, бочки з водою, совкові лопати);
- пожежний інструмент (гаки, ломи, сокири тощо).

Первинні засоби пожежогасіння можуть розміщуватися на пожежних щитах (стендах).

Пожежні щити (стенди) встановлюються на території об'єкту площею більше 200 м2 із розрахунку один щит (стенд) на площу до 5000 м2. Порядковий номер пожежного щита вказують після літерного індексу «ПЩ». Пожежні щити повинні бути пофарбовані в червоний або білий колір. По периметру пожежного щита, пофарбованого в білий колір, наноситься окантовка червоного кольору шириною від 30 до 100 мм. Засоби пожежогасіння, вогнегасники та пожежний інструмент повинні бути пофарбовані в червоний колір.

Пожежні щити (стенди) повинні забезпечувати:

- захист вогнегасників від потрапляння прямих сонячних променів, а також захист знімних комплектуючих виробів від використання сторонніми особами не за призначенням (для щитів та стендів, які встановлюються поза приміщеннями);
- зручність та оперативність зняття (витягання) закріплених на щиті (стенді) комплектуючих виробів.

Ручний пожежний інструмент, який розміщується на щитах, необхідно періодично очищати від пилу, бруду та слідів корозії, а також фарбувати після використання на пожежі або практичного заняття.

Ящики для піску

Повинні мати місткість 0,5; 1,0 або 3,0 м3 та бути укомплектованими совковою лопатою. Конструкція ящика повинна забезпечувати зручність діставання піску та виключати попадання опадів. Для запобігання залежаності піску його необхідно систематично спушувати.

Бочки з водою

Встановлюються у виробничих, складських та житлових приміщеннях, спорудах у разі відсутності внутрішнього протипожежного водопроводу та за наявності горючих матеріалів, а також на території об'єктів, у садибах індивідуальних житлових будинків, дачних будиночків тощо, їх кількість у приміщеннях визначається з розрахунку встановлення однієї бочки на 250 - 300 м2 захищуваної площі.

Пожежні покривала

Повинні мати розмір не менше ніж 1 х 1 м. Їх призначено для гасіння невеликих осередків пожеж у разі займання речовин, горіння яких не може відбуватися без доступу повітря.

Вогнегасник

Технічний засіб, призначений для припинення горіння подаванням вогнегасної речовини, що міститься в його корпусі, під дією надлишкового тиску, за масою і конструктивним виконанням придатний для транспортування і застосування людиною.

Встановлено, що з використанням вогнегасників успішно ліквідують загоряння протягом перших 4 хвилин з моменту його виникнення, тобто до прибуття пожежних підрозділів.

Загальний принцип роботи вогнегасника полягає в утворенні надлишкового тиску в корпусі, під дією якого вогнегасна речовина подається до осередку пожежі.

Вогнегасник складається з корпусу для зберігання вогнегасної речовини або компонентів для її отримання, пристрою підготовки вогнегасної речовини та подавання її на вогнище пожежі, пристроїв, що запобігають підвищенню тиску понад допустимий у випадковому приведенню до дії, джерела надлишкового тиску (стиснений газ може знаходитись у корпусі вогнегасника).

Залежно від способу транспортування до місця пожежі вогнегасники поділяють

- переносні, конструктивне виконання та маса яких забезпечують зручність їхнього перенесення людиною (ручні);
- пересувні;
- стаціонарні.

За видом вогнегасної речовини вогнегасники поділяють на:

- водяні (із зарядом води чи води з добавками);
- водопінні (із зарядом водного розчину піноутворювальних добавок; у тому числі аерозольні);
- порошкові (із зарядом вогнегасного порошку);
- газові, у тому числі вуглекислотні (із зарядом діоксиду вуглецю чи іншого газу, що не підтримує горіння).

На маркуванні корпусу кожного вогнегасника позначаються класи пожеж у вигляді символів для гасіння яких рекомендовано або не рекомендовано вогнегасник. Символи класів пожеж, для гасіння яких вогнегасник непридатний, перекреслюються червоною діагональною лінією від верхнього лівого кута до нижнього правого кута використовуваного символу.

Вибір типу та визначення потрібної кількості вогнегасників здійснюється згідно з таблицями, що наведені в наказі МВС від 15.01.2018 № 25 «Про затвердження Правил експлуатації та типових норм належності вогнегасників» (зі змінами), залежно від їх вогнегасної здатності, граничної захищуваної площі, класу пожежі тощо.

Переносні вогнегасники повинні розміщуватися шляхом:

- навішування на вертикальні конструкції на висоті не більше 1,5 м від рівня підлоги до нижнього торця вогнегасника і на відстані від дверей, достатній для її повного відчинення;
- встановлення в пожежні шафи поруч з пожежними кранами, у спеціальні тумби або на пожежні щити (стенди).
- навішування вогнегасників на кронштейни, розміщення їх у тумбах або пожежних шафах повинні забезпечувати можливість чіткого розрізнення маркувальних написів на корпусі.

Експлуатація та технічне обслуговування вогнегасників має здійснюватись згідно з паспортами заводів-виробників, а також затвердженими у встановленому порядку регламентами технічного обслуговування.

Водопінні вогнегасники

Водопінні вогнегасники використовуються для гасіння пожеж класів А і В (горіння твердих та рідких речовин).

Під час гасіння пожежі класу А (горіння твердих речовин) піну необхідно подавати так, щоб створювався шар, який покрив би охоплені полум'ям поверхні.

Під час гасіння пожежі класу В (горіння рідких або твердих, що переходять у рідкі речовини) необхідно подавати обережно на охоплену полум'ям рідину, котра при цьому не повинна розбризкуватися. Під час гасіння рідини в місткості у перший момент піну подають на задній внутрішній борт, потім у різних напрямках, намагаючись покрити піною всю площу. При гасінні розливу подають струмінь на поверхню горіння навкруги, створюючи перешкоду поширення вогню.

Порошкові вогнегасники

Порошкові вогнегасники використовуються для гасіння пожеж класів А В і С (горіння твердих, рідких та газоподібних речовин).

Під час гасіння пожежі класу А (горіння твердих речовин) вогнегасний порошок необхідно подавати до осередку пожежі, переміщуючи струмінь з боку в бік з метою збиття полум'я. Після того як полум'я збито, необхідно наблизитись і покрити всю поверхню речовини, що горить, і особливо окремі осередки шаром порошку, при цьому порошок подається переривчастими порціями.

Під час гасіння пожежі класу В (горіння рідких речовин) струмінь порошку спочатку подають на найближчий край, переміщуючи насадок з боку в бік для покриття пожежі по всій ширині. Подачу порошку необхідно робити безперервно при повністю відкритому клапані, переміщуючись уперед, постійно підтримувати у зоні горіння порошкову хмару.

Під час гасіння пожежі класу С (горіння газоподібних речовин) струмінь вогнегасного порошку спочатку необхідно спрямовувати в струмінь газу майже паралельно газовому потоку.

Вуглекислотні вогнегасники

Вуглекислотні вогнегасники застосовуються, як правило, для гасіння пожежі класу В (горіння рідких речовин) й електроустаткування в приміщеннях, де зберігаються цінні матеріали (картинні галереї, музеї, архіви, бібліотеки).

Характерною особливістю рідкої вуглекислоти є те що при швидкому випаровуванні відбувається переохолодження з утворенням твердої вуглекислоти (снігу). При цьому температура снігоутворення знижується до -78^0 С. При подачі снігоподібної вуглекислоти на вогнище знижується концентрація кисню в повітрі, і шляхом відбирання тепла горюча поверхня охолоджується.

При застосуванні всіх типів вогнегасників необхідно дотримуватися таких загальних правил безпеки

- у випадку виявлення пожежі подати сигнал тривоги й сповістити ДСНС за номером 101;
- не проходити повз пожежу у пошуках вогнегасника, тому що тупикове приміщення може стати пасткою;
- гасіння здійснювати з навітряного боку;
- залишати вільним шлях евакуації (забезпечити собі можливість евакуації);
- у разі невдалого гасіння залишити приміщення і очікувати на допомогу;
- під час використання для гасіння кількох вогнегасників не здійснювати гасіння струменями вогнегасної речовини, спрямованої назустріч один одному;
- після закінчення гасіння відходити необхідно, залишаючись обличчям до вогнища;
- у разі наявності запасного вогнегасника з вогнегасною речовиною охолоджувальної дії зробити обробку нагрітих поверхонь, щоб запобігти повторному займанню.

Шляхи евакуації у випадку пожежі

До головних завдань і обов'язків керівництва закладів та управлінь освіти належить забезпечення виконання вимог законодавства у сфері пожежної безпеки щодо забезпечення, організації та здійснення під час виникнення пожежі евакуаційних заходів.

Евакуація

Організоване виведення чи вивезення із зони надзвичайної ситуації або зони можливого ураження населення, якщо виникає загроза його життю або здоров'ю, а також матеріальних і культурних цінностей, якщо виникає загроза їх пошкодження або знищення.

Рятування

Вимушене переміщення людей назовні у випадку впливу на них небезпечних факторів пожежі або при виявленні безпосередньої загрози цього впливу. Рятування здійснюється самостійно, за допомогою пожежно-рятувальних підрозділів або спеціально навченим персоналом.

Евакуаційний вихід

Це вихід із будинку (споруди) безпосередньо назовні або вихід із приміщення, що веде назовні, до коридору чи сходового майданчика безпосередньо або через суміжне приміщення. З будинку з кожного поверху та з кожного приміщення необхідно передбачати не менше двох евакуаційних виходів. Висота евакуаційних виходів повинна бути не нижче 2,0 м, а ширина 0,8 м.

Виходи вважаються евакуаційними, якщо вони ведуть із приміщень:

- першого поверху безпосередньо назовні або через коридор, вестибюль, сходовий майданчик;
- будь-якого поверху, крім першого, до коридору, що веде на сходовий майданчик або безпосередньо у сходовий майданчик (в тому числі через хол). При цьому сходові майданчики повинні мати вихід назовні безпосередньо або крізь вестибюль, що відокремлений від прилеглих коридорів перегородками з дверима;
- до сусіднього приміщення на тому ж поверсі, яке забезпечене вже згаданими виходами.

Шлях евакуації — безпечний для руху людей шлях, який веде до евакуаційного виходу.

Висота шляхів евакуації повинна бути не меншою як 2,0 м, а їхня ширина 1,0 м. Коридори поверхів необхідно поділяти протипожежними перегородками на ділянки, довжина яких не повинна перевищувати 60 м.

Сходові марші і майданчики повинні мати справні огорожі із поручнями, котрі не повинні зменшувати ширину сходових маршів і майданчиків.

Ліфти, ескалатори та інші механічні засоби транспортування людей, а також засоби, передбачені для рятування під час пожежі, не враховуються як шляхи евакуації.

Дії працівників закладу освіти під час пожежі мають бути чіткими, швидкими та зрозумілими всім учасникам освітнього процесу. Під час тренувань, які проводить команда реагування, працівники ЗО тренуються евакуювати здобувачів освіти та користуватись первинними засобами пожежогасіння. З рекомендаціями ДСНС щодо дій працівників закладу освіти у разі виникнення пожежі можна ознайомитись в Додатку №5.

Відповідальність за порушення правил пожежної безпеки

Пожежна безпека повинна забезпечуватись шляхом проведення організаційних, технічних та інших заходів, що спрямовані на попередження пожеж, забезпечення безпеки людей, зниження можливих майнових втрат і зменшення негативних екологічних наслідків у разі їх виникнення, створення умов для швидкого виклику пожежних підрозділів та успішного гасіння пожеж.

У будь-якій організації, зокрема в закладі освіти, повинні проводитися всі заходи, спрямовані на унеможливлення виникнення стихії або її розвитку.

Пожежна безпека вважається ефективною, якщо заклад:

- має системи протипожежного захисту
- забезпечений всім необхідним для локалізації пожежі
- має налагоджену систему навчання правилам всіх працівників

У разі виявлення під час перевірки органами державного нагляду (контролю) у сфері пожежної та техногенної безпеки порушень цих правил будь-яким громадянином і тими, хто зобов'язаний забезпечувати пожежну безпеку, винуватець несе відповідальність згідно з чинним законодавством України.

Залежно від ступеня тяжкості порушення та обсягу наслідків, до яких воно призвело, особа, відповідальна за порушення, може бути притягнута до:

- дисциплінарної відповідальності;
- адміністративного стягнення у вигляді штрафу;
- кримінальної відповідальності.

3.3 Мінна безпека: вибухонебезпечні предмети

Вибухонебезпечні предмети

Це будь-які пристрої, засоби, підозрілі предмети, що здатні за певних умов вибухати.

Вибухові речовини

Хімічні з'єднання або суміші, що здатні під впливом певних зовнішніх дій (нагрівання, удар, тертя, вибух іншого вибухового пристрою) до швидкого хімічного перетворення, що поширюються з виділенням великої кількості енергії та утворенням газів.

Боєприпаси

Вироби військової техніки одноразового вживання, призначені для ураження живої сили супротивника. До боєприпасів належать: бойові частки ракет; авіаційні бомби; артилерійські боєприпаси (снаряди, міни); інженерні боєприпаси (протитанкові та протипіхотні міни); ручні гранати; стрілецькі боєприпаси (набої до пістолетів, карабінів, автоматів тощо).

Піротехнічні засоби

Патрони (сигнальні, освітлювальні, імітаційні, спеціальні); вибухові пакети; петарди; ракети (освітлювальні, сигнальні); гранати; димові шашки.

Саморобні вибухові пристрої

Пристрої, в яких застосований хоча б один елемент конструкції саморобного виготовлення: саморобні міни-пастки, міни-сюрпризи, що імітують предмети домашнього побуту, дитячі іграшки або речі, що привертають увагу.

⚠ У разі знаходження вибухонебезпечного пристрою ЗАБОРОНЕНО



Наближатись до предмета



Пересувати його або брати до рук



Розряджати, кидати, бити по ньому



Розпалювати багаття поряд або кидати до нього предмет



Приносити предмет додому, у двір, до школи

Необхідно негайно відійти від знахідки тим самим шляхом, яким підходили, не допускати наближення до предмету оточуючих та з безпечної відстані повідомити ДСНС (101), поліцію (102), або дорослих про знахідку!

Рекомендації керівнику закладу освіти

Останнім часом почастішали випадки телефонних повідомлень про замінування приміщень та виявлення підозрілих предметів, що можуть виявитися вибуховими пристроями.

На такий випадок пропонуються заходи попереджувального характеру:

- посилення пропускного режиму при вході та в'їзді на територію закладу, пильнування системи сигналізації та відеоспостереження;
- проведення обходів території закладу і періодичної перевірки складських приміщень на предмет своєчасного виявлення вибухових пристроїв або підозрілих предметів;
- організація проведення спільних із працівниками цивільного захисту, правоохоронних органів інструктажів і практичних занять з питань дій у разі загрози або виникнення небезпечних подій.

У разі виявлення підозрілого предмета працівниками закладу освіти чи здобувачами освіти потрібно негайно повідомити правоохоронні органи, територіальні органи ДСНС. До прибуття слідчо-оперативної групи керівник закладу освіти повинен дати вказівку співробітникам знаходитися на безпечній відстані від знайденого предмета. У разі потреби - евакуювати людей згідно з наявним планом евакуації.

Потрібно забезпечити можливість безперешкодного під'їзду до місця виявлення підозрілого предмета автомашин правоохоронних органів, співробітників територіальних органів ДСНС, екстреної медичної допомоги, служб експлуатації, забезпечити присутність осіб, що знайшли знахідку, до прибуття слідчо-оперативної групи.

У всіх випадках керівник закладу освіти дає вказівку не наближатися, не чіпати, не розкривати та не переміщати підозрілу знахідку, зафіксує час її виявлення.

Практично всі вибухові речовини чутливі до механічних дій і нагрівання. Поводження з ними вимагає підвищеної уваги та обережності.

Однією з серйозних загроз сучасного суспільства є тероризм. Більшість цих злочинів здійснюються з використанням вибухових пристроїв. Нерідко це саморобні, нестандартні пристрої, що їх складно виявити, знешкодити або ліквідувати. Зазвичай вони поміщаються у звичайні портфелі, сумки, банки, пакунки та потім залишаються у багатолюдних місцях.

У такому разі важко відрізнити сумку з вибухівкою від такої ж сумки, залишеної забудькуватим громадянином. Часто такі міни-пастки мають досить привабливий вигляд. Відомі випадки застосування їх в авторучках, мобільних телефонах, гаманцях, дитячих іграшках. Тому бездоглядні предмети вимагають особливої уваги.

Ознаки, що дозволяють припустити, що маємо справу з вибуховим пристроєм

- припарковані біля будівель автомашини, власник яких невідомий або державні номери яких не знайомі мешканцям, а також коли автомобіль давно непорушно припаркований;
- наявність у знайденому предметі антени або приєднаних до нього дротів;
- звуки, що лунають від предмета (цокання годинника, сигнали через певний проміжок часу), миготіння індикаторної лампочки;
- наявність джерел живлення на предметі або поряд з ним (батарейки, акумулятори тощо);
- наявність розтяжки дротів або дротів, що тягнуться від предмету на велику відстань.

Якщо підозрілий предмет знайдено в під'їзді, то треба опитати сусідів, можливо, він належить їм. У разі неможливості встановити власника — негайно повідомити про знахідку до ДСНС за телефоном «101» або поліцію за номером «102».

Якщо підозрілий предмет знайдено в установі, потрібно негайно повідомити про знахідку адміністрацію. Для поштової кореспонденції з пластиковою міною характерна надмірна товщина, пружність, вага не менше 50 г і ретельна упаковка. На конверті можуть бути різні плями, проколи, можливий специфічний запах. Повинно насторожити настирне бажання вручити лист неодмінно в руки адресата і надписи на кшталт: «розкрити тільки особисто», «особисто в руки», «секретно» і т.ін. Підозрілий лист не можна відкривати, згинати, нагрівати або опускати у воду.

Алгоритм дій у разі знаходження вибухонебезпечного пристрою

- Негайно повідомити ДДСНС за телефоном «101» або поліцію за номером «102».
- Не підходити до предмета, не торкатися і не пересувати його, не допускати до знахідки інших людей.
- Припинити всі види робіт в районі виявлення вибухонебезпечного предмета.
- Не користуватися засобами радіозв'язку, мобільними телефонами (вони можуть спровокувати вибух).
- Дочекатися прибуття фахівців; вказати місце знахідки та повідомити час її виявлення.

Необхідно пам'ятати, що розмінуванням, знешкодженням або знищенням вибухонебезпечних предметів займаються тільки підготовлені фахівці-піротехніки, допущені до цього виду робіт.

Опинившись поблизу вибуху, стримайте свою цікавість і не намагайтеся наблизитись до епіцентру, щоб розгледіти або допомогти рятувальникам. Найкраще, що можна зробити — залишити небезпечне місце.

До того ж варто знати, якщо вибуховий пристрій встановлено зловмисно, то вони часто встановлюються парами, щоб, через деякий час після вибуху першого з них, пролунав другий вибух. Це зроблено для того, щоб після першого вибуху на його місці зібрались люди, у тому числі й представники силових структур, і при повторному вибуху постраждалих було набагато більше.

Не варто робити самостійно жодних маніпуляцій зі знахідками або підозрілими предметами, що можуть виявитися вибуховими пристроями. Виявивши річ без господаря, треба звернутися до працівника поліції. Не можна торкатися знахідки. Не користуйтеся мобільним та радіозв'язком поблизу підозрілої знахідки.

РОЗДІЛ 4

ЗАПОБІГАННЯ ТА ПРОТИДІЯ НАСИЛЬСТВУ

В ЗАКЛАДІ ОСВІТИ



4.1 Профілактика насильства під час війни

Всесвітня організація охорони здоров'я визначає насильство як «навмисне застосування фізичної сили або влади, здійснене або у вигляді загрози, направлене проти себе, проти іншої особи, групи осіб або спільноти, результатом якого є (або є висока вірогідність цього) тілесні ушкодження, смерть, психологічна травма, відхилення в розвитку або різного роду збитки».

В статті 10 Закону України «Про охорону дитинства» держава гарантує кожній дитині право на свободу, особисту недоторканність та захист гідності. Дисципліна і порядок у сім'ї, навчальних та інших дитячих закладах мають забезпечуватися на принципах, що ґрунтуються на взаємоповазі, справедливості і виключають приниження честі та гідності дитини.

Умови військового конфлікту ставлять перед закладами освіти складні завдання з профілактики та захисту від насильства, яке може загрожувати учасникам освітнього процесу. Забезпечення безпеки під час війни вимагає відповідальності, глибокого розуміння можливих ризиків та готовності до ефективного реагування на кожному етапі конфлікту.

Профілактика насильства у військових умовах включає у себе не лише здійснення попереджувальних заходів, але й психологічну підтримку для учасників освітнього процесу, які можуть зазнавати стресу та травматичних переживань. Важливою є також відповідальність учасників освітнього процесу щодо усвідомлення особистої безпеки та взаємодії у кризових ситуаціях.

Працівники закладів освіти, які контактують з дітьми, повинні бути ознайомлені з інформацією про захист дітей від усіх форм насильства (домашнього насильства, експлуатації, найгірших форм дитячої праці, проявів жорстокого поводження з дитиною).

Насильство по відношенню до дитини може відбуватись:

В сім'ї чи в межах місця проживання

У такому випадку насильство кваліфікується як домашнє насильство (що так само охоплюється поняттям «жорстоке поводження з дитиною»).

Поза межами сім'ї чи місця проживання

У такому випадку насильство кваліфікується як жорстоке поводження з дитиною.

Домашнє насильство — це діяння (дії або бездіяльність) фізичного, сексуального, психологічного або економічного насильства, що вчиняються в сім'ї чи в межах місця проживання або між родичами, або між колишнім чи теперішнім подружжям, або між іншими особами, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у родинних відносинах чи у шлюбі між собою, незалежно від того, чи проживає (проживала) особа, яка вчинила домашнє насильство, у тому самому місці, що й постраждала особа, а також погрози вчинення таких діянь (Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»).

Фізичне насильство — форма домашнього насильства, що включає ляпаси, стусани, штовхання, щипання, шмагання, кусання, а також незаконне позбавлення волі, нанесення побоїв, мордування, заподіяння тілесних ушкоджень різного ступеня тяжкості, залишання в небезпеці, ненадання допомоги особі, яка перебуває в небезпечному для життя стані, заподіяння смерті, вчинення інших правопорушень насильницького характеру.

Психологічне насильство — форма домашнього насильства, що включає словесні образи, погрози, у тому числі щодо третіх осіб, приниження, переслідування, залякування, інші діяння, спрямовані на обмеження волевиявлення особи, контроль у репродуктивній сфері, якщо такі дії або бездіяльність викликали у постраждалої особи побоювання за свою безпеку чи безпеку третіх осіб, спричинили емоційну невпевненність, нездатність захистити себе або завдали шкоди психічному здоров'ю особи.

Економічне насильство — форма домашнього насильства, що включає умисне позбавлення житла, їжі, одягу, іншого майна, коштів чи документів або можливості користуватись ними, залишення без догляду чи піклування, перешкоджання в отриманні необхідних послуг з лікування чи реабілітації, заборону працювати, примущування до праці, заборону навчатися та інші правопорушення економічного характеру.

Сексуальне насильство — форма домашнього насильства, що включає будь-які діяння сексуального характеру, вчинені стовно повнолітньої особи без її згоди або стосовно дитини незалежно від її згоди, або в присутності дитини, примушування до акту сексуального характеру з третьою особою, а також інші правопорушення проти статевої свободи чи статевої недоторканності особи, у тому числі вчинені стосовно дитини або в її присутності.

Жорстоке поводження з дитиною — будь-які форми фізичного, психологічного, сексуального або економічного насильства над дитиною, зокрема домашнього насильства, а також будь-які незаконні угоди стосовно дитини, зокрема вербування, переміщення, переховування, передача або одержання дитини, вчинені з метою експлуатації, з використанням обману, шантажу чи уразливого стану дитини (Закон України «Про охорону дитинства»).

Жорстоке поводження з дитиною може бути пов'язане з:

- будь-якою формою рабства або практикою, подібною до рабства, зокрема продажем дітей та торгівлею ними, борговою залежністю, примусовою чи обов'язковою працею, включаючи примусове чи обов'язкове вербування дітей для використання їх у збройних конфліктах;
- вчиненням сексуального насильства стосовно дитини;
- використанням, вербуванням або пропонуванням дитини для зайняття проституцією, виробництва творів, зображень, кіно- та відеопродукції, комп'ютерних програм, інших предметів порнографічного характеру;
- роботою, яка за характером чи умовами виконання може заподіяти шкоду фізичному або психічному здоров'ю дитини;
- використанням дитини в жебрацтві, втягненням її в жебрацтво (систематичне випрошування грошей, речей, інших матеріальних цінностей у сторонніх осіб);
- втягненням дитини у злочинну діяльність, залученням її до вживання алкоголю, наркотичних засобів, психотропних речовин;
- діями, що призвели до виникнення обставин, за яких дитина стала очевидцем злочину проти життя, здоров'я, волі, честі, гідності, статевої свободи, статевої недоторканності особи;
- діяннями (діями або бездіяльністю) домашнього насильства, внаслідок якого дитина постраждала або свідком (очевидцем) якого вона була;
- діяннями (діями або бездіяльністю) домашнього насильства, в якому дитина є кривдником;
- вчиненням булінгу (цькування) стосовно дитини;
- вчиненням булінгу (цькування) дитиною тощо.

Будь-який вид насильства призводить до різного роду наслідків, але поєднує їх одне — шкода здоров'ю дитини чи створення небезпеки для її розвитку та життя. Розрізняють наближені, або гострі (відчутні відразу після факту насильства, розвиваються у короткий проміжок часу), і віддалені наслідки жорстокого поводження з дитиною (можуть розвиватися та мати вплив протягом життя).

Ознаки та докази насильства щодо дитини можуть проявлятися не відразу і стають очевидними лише через деякий час (віддалені наслідки). Педагогічні працівники повинні знати та вміти застосовувати інформацію про наслідки жорстокого поводження з дітьми та ознаки (індикатори) його вчинення для вчасного виявлення проблеми, попередження її розвитку, надання дитині допомоги з метою її реабілітації, а також для вжиття заходів з притягнення кривдників до відповідальності.

Приклади індикативних таблиць

Індикатори насильства — це фізичний, психоемоційний та поведінковий прояв тих наслідків, що настали для дитини у результаті вчиненого щодо неї фізичного, психологічного, сексуального або економічного насильства.

Профілактична робота в закладі освіти щодо протидії насильству має бути системною, послідовною та комплексною. У ході планування та здійснення профілактики насильства в закладі освіти важливо поєднувати різні види профілактичної роботи, виходячи зі специфіки кожного для досягнення комплексного підходу у вирішенні проблеми, а також високої результативності профілактичних впливів.

4.2 Відповідальність учасників освітнього процесу щодо насильства

Сам факт неповноліття не завжди стримує особу від вчинення протиправних адміністративно та кримінально караних діянь. Законодавець передбачає можливість притягнення неповнолітніх до адміністративної та кримінальної відповідальності, а також відповідальність батьків та законних представників за правопорушення, скоєні дітьми.

Часто через незнання законів та нерозуміння наслідків своїх дій діти порушують встановлені норми та правила поведінки в суспільстві. Принцип «незнання закону не звільняє від відповідальності» залишається в силі. Вікові психологічні особливості неповнолітніх також можуть сприяти таким порушенням.

Відповідальність неповнолітніх регламентується адміністративно-правовими та кримінально-правовими нормами. Це реакція з боку уповноважених суб'єктів на діяння неповнолітніх осіб, які порушили встановлені законом заборони або не виконали покладених на них обов'язків. Вона виражається у застосуванні до винних осіб заходів впливу, які можуть мати характер позбавлення особистого або майнового характеру.

Стаття 34 КУпАП зазначає, що однією з обставин, які пом'якшують відповідальність за адміністративне правопорушення, є неповноліття дитини, яка вчинила правопорушення.

Пояснюється це тим, що неповнолітні загалом не мають стійкої психіки, достатнього життєвого досвіду, не завжди усвідомлюють шкоду від заподіяного, легко піддаються впливу інших осіб, особливо старших за віком, що часто стають організаторами або підбурювачами правопорушень; враховується також, що неповнолітні легко піддаються виховному впливу і можуть виправитись без застосування до них жорстких заходів адміністративного стягнення».

Кримінальна відповідальність неповнолітніх настає з 16 років, а за тяжкі та особливо тяжкі злочини — з 14 років.

Особа вважається такою, що досягла відповідного віку, не в день свого народження, а з початку наступної доби. Вік неповнолітнього встановлюється за документами, а у разі їх відсутності та неможливості одержання - експертизою.

Відставання у психічному розвитку неповнолітнього, встановлене судовою психолого-психіатричною або педагогіко-психолого-психіатричною експертизою, має, зокрема, враховуватися при розв'язанні питання про те, чи міг неповнолітній повністю усвідомлювати значення своїх дій і якою мірою керувати ними.

Якщо внаслідок відставання у психічному розвитку неповнолітній не був здатний повною мірою усвідомлювати свої дії (бездіяльність) та (або) керувати ними, то він повинен визнаватися обмежено осудним, що береться до уваги при визначенні правових наслідків вчиненого посягання відповідно до ч. 2 ст. 20 КК України. У разі недосягнення кривдником вказаного віку відповідальність за нього несуть батьки або особи, що їх замінюють.

Законодавство України, а саме Сімейний кодекс у ст. 150, визначає, що батьки зобов'язані виховувати дитину у дусі поваги до прав і свобод інших людей, любові до своєї сім'ї та родини, свого народу, своєї Батьківщини. Батьки зобов'язані піклуватися про здоров'я дитини, її фізичний, духовний та моральний розвиток, забезпечити здобуття дитиною повної загальної середньої освіти, зобов'язані поважати дитину, готувати її до самостійного життя.

Батьки (усиновлювачі) є законними представниками своїх малолітніх та неповнолітніх дітей. Опікуни є законним представником малолітньої особи та фізичної особи, визнаної недієздатною. Законним представником у випадках, встановлених законом, може бути інша особа. Опіка встановлюється над малолітніми, позбавленими батьківського піклування, і над особами, які визнані недієздатними.

Особи, які призначені опікунами або піклувальниками, є законними представниками тих осіб, щодо яких ухвалено відповідне рішення. Опікуна або піклувальника призначає орган опіки та піклування. Опікуном або піклувальником може бути лише фізична особа з повною цивільною дієздатністю. Фізична особа може бути призначена опікуном або піклувальником лише за її письмовою згодою. Опікун або піклувальник призначається переважно з осіб, які перебувають у сімейних, родинних відносинах з підопічним, з урахуванням особистих стосунків між ними, можливості особи виконувати обов'язки.

Відповідальність за правопорушення

Кодекс України про адміністративні правопорушення

Загальний вік з 16 років

Стаття 44. Незаконні виробництво, придбання, зберігання, перевезення, пересилання наркотичних засобів або психотропних речовин без мети збуту в невеликих розмірах
Стаття 51. Дрібне викрадення чужого майна
Стаття 89. Жорстоке поводження з тваринами
Стаття 121-127 у сфері ЗДБР
Стаття 130. Керування транспортними засобами або суднами особами, які перебувають в устані алкогольного, наркотичного чи іншого сп'яніння або під впливом лікарських препаратів, що знижують їх увагу та швидкість реакції
Стаття 139. Пошкодження автомобільних доріг, вулиць, дорожніх споруд, залізничних переїздів і технічних засобів регулювання дорожнього руху, створення перешкод для руху та невжиття необхідних заходів щодо їх усунення
Стаття 154 Ч.3. Порушення правил утримання собак і котів
Стаття 173. Дрібне хуліганство
Стаття 173-4. Булінг (цькування) учасника освітнього процесу
Стаття 174. Стрільба з вогнепальної, холодної метальної чи пневматичної зброї, пристроїв для відстрілу патронів, споряджених гумовими чи аналогічними за своїми властивостями метальними снарядами несмертельної дії в населенних пунктах і в не відведених для цього місцях або з порушенням установленого порядку
Стаття 181-1. Заняття проституцією
Стаття 185. Злісна непокора законному розпорядженню або вимозі поліцейського, члена громадського формування з охорони громадського порядку і державного кордону, військослужбовця
Стаття 173-2. Вчинненя домашнього насильства, насильства за ознакою статі, невиконання термінового заборонного припису або неповідомлення про місце свого тимчасового перебування
Стаття 173-5. Мобінг (цькування) працівника
Стаття 175-1. Куріння тютюнових виробів у заборонених місцях
Стаття 178. Розпиття пива, алкогольних, слабоалкогольних напоїв на виробництві
Стаття 180. Доведення неповнолітнього до стану сп'яніння
Стаття 182. Порушення вимог законодавчих та інших нормативно-правових актів щодо захисту населення від шкідливого впливу шуму чи правил додержання тиші в населенних пунктах і громадських місцях
Стаття 183. Завідомо неправдивий виклик спеціальних служб
Стаття 184. Невиконання батьками або особами, що їх замінюють, обов'язків щодо виховання дітей
Стаття 188-53. Невиконання законних вимог Уповноваженого із захисту державної мови під час здійснення ним державного контролю за застосуванням державної мови
Стаття 188-54. Порушення вимог законодавства у сфері забезпечення якості освіти
Стаття 188-55. Невиконання законних вимог освітнього омбудсмена

Кримінальний кодекс України

З 16 років, з 14 років за вчинення тяжких і особливо тяжких злочинів

Злочини проти основ національної безпеки України

Стаття 109. Дії, спрямовані на насильницьку зміну чи повалення конституційного ладу або захоплення державної влади

Стаття 110. Посягання на територіальну цілісність і недоторканність України

Стаття 111. Державна зрада

Стаття 111-1. Колабораційна діяльність

Стаття 113. Диверсія

Стаття 114. Шпигунство

Стаття 114-2. Несанкціоноване поширення інформації про направлення, переміщення зброї, озброєння та бойових припасів в Україну, рух, переміщення або розміщення Збройних Сил України чи інших утворених відповідно до законів України військових формувань, вчинене в умовах воєнного або надзвичайного стану

Кримінальні правопорушення проти життя та здоров'я особи

Стаття 115. Умисне вбивство

Стаття 116. Умисне вбивство, вчинене в стані сильного душевного хвилювання

Стаття 119. Вбивство через необережність

Стаття 120. Доведення до самогубства

Стаття 121. Умисне тяжке тілесне ушкодження

Стаття 122. Умисне середньої тяжкості тілесне ушкодження

Стаття 123. Умисне тіжке тілесне ушкодження, заподіяне в стані сильного душевного хвилювання

Стаття 125. Умисне легке тілесне ушкодження

Стаття 126. Побої та мордування

Стаття 126-1 Домашнє насильство

Стаття 128. Необережне тяжке або середньої тяжкості тілесне ушкодження

Стаття 129. Погроза вбивством

Стаття 135. Залишення в небезпеці

Стаття 136. Ненадання допомоги особі, яка перебуває в небезпечному для життя стані

Стаття 137. Неналежне виконання обов'язків щодо охорони життя та здоров'я дітей

Кримінальні правопорушення проти статевої свободи та статевої недоторканності особи

Стаття 152. Згвалтування

Стаття 153. Сексуальне насильство

Стаття 154. Примушування до вступу в статевий зв'язок

Стаття 155. Вчинення дій сексуального характеру з особою, яка не досягла шістнадцятирічного віку

Стаття 156. Розбещення неповнолітніх

Стаття 156-1. Домагання дитини для сексуальних цілей

Кримінальні правопорушення проти виборчих, трудових та інших особистих прав і свобод людини і громадянина

Стаття 183. Порушення права на отримання освіти

Кримінальні правопорушення проти власності

Стаття 185. Крадіжка

Стаття 186. Грабіж

Стаття 187. Розбій

Стаття 190. Шахрайство

Стаття 194. Умисне знищення або пошкодження майна

Стаття 198. Придбання, отримання, зберігання чи збут майна, одержаного кримінально протиправним шляхом

Кримінальні правопорушення проти безпеки руху та експлуатації транспорту

Стаття 286. Порушення правил безпеки дорожнього руху або експлуатації транспорту особами, які керують транспортними засобами

Стаття 186-1. Порушення правил безпеки дорожнього руху або експлуатації транспорту особами, які керують транспортними засобами в стані сп'яніння

Стаття 289. Незаконне заволодіння транспортним засобом

Кримінальні правопорушення проти громадського порядку та моральності

Стаття 293. Групове порушення громадського порядку

Стаття 294. Масові заворушення

Стаття 295. Заклики до вчинення дій, що загрожують громадському порядку

Стаття 296. Хуліганство

Стаття 297. Наруга над могилою, іншим місцем поховання або над тілом померлого

Стаття 299. Жорстоке поводження з тваринами

Стаття 304. Втягення неповнолітніх у протиправну діяльність

Кримінальні правопорушення у сфері обігу наркотичних засобів, психотропних речовин, їх аналогів або прекурсорів та інші кримінальні правопорушення проти здоров'я населення

Стаття 307. Незаконне виробництво, виготовлення, придбання, зберігання, перевезення, пересилання чи збут наркотичних засобів, психотропних речовин або їх аналогів

Стаття 309. Незаконне виробництво, виготовлення, придбання, зберігання, перевезення, пересилання чи збут наркотичних засобів, психотропних речовин або їх аналогів без мети збуту

Стаття 310. Посів або вирощування снотворного маку чи конопель

Стаття 314. Незаконне введення в організм наркотичних засобів, психотропних речовин або їх аналогів

Стаття 316. Незаконне публічне вживання наркотичних засобів

Стаття 325. Порушення санітарних правил і норм щодо запобігання інфекційним хворобам та масовим отруєнням

Відповідальність учасників освітнього процесу в питаннях насильства полягає у суворому дотриманні законодавчих норм, активній профілактичній роботі та своєчасній реакції на будь-які прояви насильства, що сприяє створенню безпечного та здорового освітнього середовища.

4.3 Дії педагогічних працівників у разі виявлення ознак домашнього насильства

Педагогічні працівники є невід'ємною частиною системи, яка забезпечує безпеку та підтримку здобувачів освіти, особливо в контексті профілактики та реагування на домашнє насильство. Загальна мета їхньої діяльності полягає в створенні сприятливих умов для розвитку та навчання кожного здобувача освіти, де кожен може почувати себе захищеним і підтриманим. Це сприяє побудові освітнього середовища, яке підтримує фізичне, емоційне та соціальне благополуччя всіх його учасників.

Відповідно до п. 2 ст. 11 Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству» навчальні заклади та установи системи освіти під час здійснення заходів у сфері запобігання та протидії домашньому насильству:

- проводять з учасниками навчально-виховного процесу виховну роботу із запобігання та протидії домашньому насильству;
- повідомляють не пізніше однієї доби службу у справах дітей, уповноважені підрозділи органів Національної поліції України у разі виявлення фактів домашнього насильства стосовно дітей або отримання відповідних заяв чи повідомлень;
- проводять інформаційно-просвітницькі заходи з учасниками навчально-виховного процесу з питань запобігання та протидії домашньому насильству, у тому числі стосовно дітей та за участю дітей, приділяючи особливу увагу формуванню небайдужого ставлення учнів до постраждалих дітей, усвідомлення необхідності невідкладного інформування вчителів про випадки домашнього насильства, що стали їм відомі, повідомлення про такі випадки до кол-центру з питань запобігання та протидії домашньому насильству, насильству за ознакою статі та насильству стосовно дітей;
- організовують роботу практичного психолога та/або соціального педагога з постраждалими дітьми;
- взаємодіють з іншими суб'єктами, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству, відповідно до статті 15 цього Закону;
- звітують центральному органу виконавчої влади, що реалізує державну політику у сфері запобігання та протидії домашньому насильству, про результати здійснення повноважень у цій сфері у порядку, визначеному центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики у сфері запобігання та протидії домашньому насильству.

Організація роботи закладу освіти щодо запобігання та протидії насильству здійснюється відповідно до Порядку взаємодії суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству і насильству за ознакою статі, затвердженого Постановою КМУ від 22.08.2018 № 658.

- організація роботи практичного психолога та/або соціального педагога з постраждалими дітьми;
- визначення уповноваженого спеціаліста з числа працівників закладу для проведення невідкладних заходів реагування у разі виявлення фактів насильства та/або отримання заяв/повідомлень від постраждалої особи/інших осіб.

У разі виявлення фактів насильства уповноважена посадова особа закладу загальної середньої освіти:

- протягом доби за допомогою телефонного зв'язку, електронної пошти інформує уповноважений підрозділ органу Національної поліції та службу у справах дітей (у разі коли постраждалою особою та/або кривдником є дитина);
- забезпечує надання медичної допомоги (у разі потреби);
- фіксує необхідну інформацію в журналі реєстрації фактів виявлення (звернення) про вчинення домашнього насильства та насильства за ознакою статі за формою згідно з додатком 3 Постанови.

Керівники закладів професійної (професійно-технічної) та вищої освіти визначають фахівця з числа працівників закладу для організації заходів у сфері запобігання та протидії насильству.

У разі виявлення (візуально або під час опитування) фактів насильства стосовно повнолітніх учнів (студентів) закладів освіти або отримання відповідних заяв чи повідомлень від неповнолітнього учня (студента), інших осіб уповноважена посадова особа закладу освіти:

- не пізніше однієї доби інформує уповноважений підрозділ органу Національної поліції про виявлення факту вчинення насильства або відповідне звернення за допомогою телефонного зв'язку, електронної пошти, фіксує факт виявлення (звернення) в журналі реєстрації фактів виявлення (звернення) про вчинення домашнього насильства та насильства за ознакою статі за формою згідно з додатком 3 Постанови;
- вживає першочергових заходів для надання медичної, психологічної або іншої допомоги постраждалій особі відповідно до вимог законодавства.

Педагогічні працівники закладів освіти у разі виявлення фактів або реальної загрози вчинення насильства щодо здобувача освіти:

- передають уповноваженій особі закладу освіти, а у разі її відсутності безпосередньо керівникові закладу освіти (директору) чи заступнику директора інформацію про здобувача освіти;
- надають медичну допомогу (за потребою).

Алгоритми реагування на випадки насильства для дорослих та дітей

Алгоритми реагування педагогічними працівниками та перенаправлення ними дітей, постраждалих від насильства, з особливою увагою до домашнього насильства, в умовах дистанційного навчання під час війни

Загальний алгоритм дій при потраплянні в ситуацію домашнього насильства (для дорослої особи)

Алгоритми ваших дій в ситуації домашнього насильства в умовах дистанційного навчання під час війни. Рекомендації для дітей та підлітків

Як батькам запобігти ризиків домашнього насильства щодо дітей в період війни

4.4 Булінг у закладі освіти: профілактика, алгоритм реагування

Булінг (цькування) — діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Типовими ознаками булінгу (цькування) є:

- систематичність (повторюваність) діяння;
- наявність сторін — кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності);
- дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та / або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого».

Алгоритм реагування педагогів у випадку виявлення булінгу

Відповідно до Порядку реагування на випадки булінгу (цькування), затвердженого наказом МОН від 28.12.2019 №1646 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти» визначено наступне:

Педагогічні (науково-педагогічні) та інші працівники закладу освіти у разі, якщо вони виявляють булінг (цькування), зобов'язані:

- вжити невідкладних заходів для припинення небезпечного впливу;
- за потреби надати домедичну допомогу та викликати бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги для надання екстреної медичної допомоги;
- звернутися (за потреби) до територіальних органів (підрозділів) Національної поліції України;
- повідомити керівника закладу освіти та принаймні одного з батьків або інших законних представників малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу (цькування).

Варто пам'ятати, що у разі застосування заходів щодо припинення (втручання, відвернення, перешкоджання, реагування) такого впливу потрібно дотримуватись принципу «пропорційності»: шкода, яка заподіяна у результаті впливу (припинення, відвернення), не повинна перевищувати блага, для захисту якого цей вплив застосований.

Невідкладне припинення небезпечного впливу під час випадку булінгу (цькування) є правом та обов'язком кожного учасника освітнього процесу.

Подання заяв або повідомлень про випадки булінгу (цькування) в закладі освіти

Учасники освітнього процесу можуть повідомити про випадок булінгу (цькування), стороною якого вони стали або підозрюють про його вчинення стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу або про який отримали достовірну інформацію, керівника закладу освіти або інших суб'єктів реагування на випадки булінгу (цькування) у закладах освіти.

У закладі освіти заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) або підозру щодо його вчинення приймає керівник закладу. Повідомлення можуть бути в усній та/або письмовій формі, у тому числі із застосуванням засобів електронної комунікації. Варто наголосити, що повідомлення (інформацію) про випадок булінгу (цькування), отримані керівником закладу освіти в усній формі, мають бути зафіксовані в письмовій формі та зареєстровані відповідно до порядку внутрішнього діловодства.

Звертаємо увагу, що подання та розгляд заяв про випадки булінгу в закладі освіти здійснюються відповідно до законів України «Про освіту» та «Про звернення громадян», зокрема з урахуванням: конфіденційності та заборони розголошення відомостей, що містяться у зверненнях про особисте життя громадян без їх згоди та іншої інформації, якщо це ущемляє права і законні інтереси громадян, заборони переслідування громадян за подання звернення і неприпустимість примушування їх до його подання (ст. 9 Закону України «Про звернення громадян»).

Керівник ЗО в разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування):

- невідкладно в строк, що не перевищує однієї доби, повідомляє територіальний орган (підрозділ) Національної поліції України, принаймні одного з батьків або інших законних представників малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу (цькування);
- за потреби викликає бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги для надання екстреної медичної допомоги;
- повідомляє службу в справах дітей із метою розв'язання питання щодо соціального захисту малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу (цькування), з'ясування причин, які призвели до випадку булінгу (цькування) та вжиття заходів для усунення такт причин;
- повідомляє центр соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді з метою здійснення оцінки потреб сторін булінгу (цькування), визначення соціальних послуг та методів соціальної роботи, забезпечення психологічної підтримки та надання соціальних послуг.
- скликає засідання комісії з розгляду випадку булінгу (цькування) (далі - комісія) не пізніше ніж упродовж трьох робочих днів із дня отримання заяви або повідомлення.

Варто зазначити, що керівник закладу освіти повідомляє до територіальних органів (підрозділів) Національної поліції України не про доведений факт вчинення булінгу (цькування), а про випадок булінгу (цькування), який став йому відомим із заяви чи повідомлення, оскільки визначення юридичного складу адміністративного правопорушення, адміністративне розслідування не є компетенцією керівника закладу освіти, комісії з розгляду випадків булінгу (цькування) у закладі освіти чи інших учасників освітнього процесу.

Своєю чергою поліція, отримавши інформацію від суб'єктів реагування (у тому числі від керівника закладу освіти) про надходження повідомлення про випадок булінгу (цькування), здійснює належне реагування відповідно до порядку, встановленого законодавством.

За результатами перевірки інформації, що міститься в повідомленні суб'єкта реагування (у тому числі керівника закладу освіти), поліція визначає чи підтвердився факт булінгу (цькування). У разі не підтвердження факту булінгу (цькування), поліція повідомляє про це керівника закладу освіти та осіб, які були зазначені як сторона булінгу (цькування) у повідомленні до поліції, а в разі підтвердження відповідного факту — діє у межах своєї компетенції в порядку, встановленому законодавством.

Незалежно від результатів перевірки поліцією інформації, зазначеної у повідомленні про випадок булінгу (цькування), керівник закладу освіти та комісія з розгляду випадків булінгу (цькування) у закладі освіти здійснюють реагування відповідно до цього Порядку.

Керівник закладу освіти повинен бути свідомим того, що законні інтереси дитини мають переважати над інтересами збереження бездоганної репутації закладу освіти, а діяльність щодо запобігання та протидії булінгу (цькуванню) у закладі освіти має бути постійним системним процесом, спрямованим на превенцію булінгу (цькування).

Також звертаємо увагу, що керівник закладу освіти відповідно до частини п'ятої статті 173–4 КУпАП за неповідомлення уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України про випадки булінгу (цькування) учасника освітнього процесу за рішенням суду може бути притягнутий до адміністративної відповідальності.

РОЗДІЛ 5

ІНФОРМАЦІЙНА БЕЗПЕКА ТА КІБЕРБЕЗПЕКА

В ЗАКЛАДІ ОСВІТИ









5.1 Кіберпростір в закладі освіти

Інформаційна безпека та кібербезпека є важливими аспектами створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти. Інформаційна безпека охоплює комплекс заходів, спрямованих на захист всієї інформації, що використовується в закладі освіти, незалежно від її формату чи носія. Кібербезпека, у свою чергу, фокусується на захисті інформації, яка зберігається, обробляється та передається в комп'ютерних системах та мережах закладу.

	Інформаційна безпека	Кібербезпека
Об'єкт захисту	Вся інформація	Інформація в комп'ютерних системах і мережах
Загрози	Широкий спектр загроз, включаючи фізичні, людські та технічні	Кібератаки, несанкціонований доступ, втрата або пошкодження даних
Заходи захисту	Широкий спектр заходів, включаючи технічні, організаційні та фізичні	Технічні та організаційні заходи

Створення інформаційно безпечного освітнього середовища в закладі освіти є однією з найважливіших задач сучасного закладу освіти. Це потребує комплексного підходу, який охоплює не лише технічні аспекти, але й юридичні, освітні та комунікаційні компоненти.

Правовий компонент

Правовий компонент — норми та механізми системи захисту інформації, забезпечення відповідних механізмів щодо попередження, реагування та розслідування будь-яких посягань на кібербезпеку. Цей компонент передбачає розробку чіткої політики кібербезпеки для закладу освіти:

- політика використання персональних даних відповідно до Закону України «Про захист персональних даних» (Додаток №6);
- політика отримання згоди на використання фото/відео матеріалів відповідно до Закону України «Про захист персональних даних» та Закону України «Про охорону дитинства» (Додаток №7);
- політика цифрової безпеки закладу освіти, яка встановлює правила користування мережею закладу освіти, а також має включати актуальну інформацію для учасників освітнього процесу про ризики цифрової безпеки та алгоритми дій у кризових ситуаціях. Ця політика має включати інструкції щодо створення та використання паролів, керування доступом до різних ресурсів, базове інформування про навички кібербезпеки, а також процедури реагування на інциденти кібербезпеки. Також важливо включити у політику та впровадити системи контролю та аудиту, що дозволяють відстежувати та аналізувати мережевий трафік на предмет підозрілої активності (Додаток №8).

Технічний компонент

Технічний компонент — інженерно-технічні заходи конфіденційності, цілісності та доступність інформації. На цьому рівні важливо захистити інтернет-з'єднання в закладах освіти: встановлення якісних фаєрволів та антивірусних програм є важливим аспектом для захисту внутрішніх мереж від несанкціонованого доступу та інших кіберзагроз; та регулярне оновлення програмного забезпечення та операційних систем на всіх комп'ютерах, яке допомагає уникнути вразливостей, котрі можуть бути використані зловмисниками.

Кіберзахист екосистеми базового обладнання ЗО включає в себе:

Серверне обладнання

Комп'ютери з підвищеною продуктивністю та технічними характеристиками; зазвичай призначені для надання одного або декількох специфічних сервісів, на кшталт електронного поштового обміну, баз даних, IP-телефонії, файлового сховища тощо.

Середовище передачі даних

Телефонні кабелі, кабелі типу «вита пара», оптоволоконні лінії, бездротові канали передачі даних такі як Wi-Fi, WiMax, Bluetooth.

Активне мережеве обладнання

Комутатори, маршрутизатори, модеми, бездротові точки доступу, телефонія.

Пристрої захисту

Міжмережеві екрани, системи виявлення/попередження вторгнень тощо.

Автоматизовані робочі місця працівників

Стаціонарні комп'ютери, ноутбуки, мобільні пристрої та інші гаджети.

При технічному облаштуванні закладу освіти варто пам'ятати:

Роутери

Роутери у школі повинні мати вбудовані функції безпеки, включаючи брандмауер, захист від DoS-атак, VPN-підтримку для захищеного віддаленого доступу. Роутери мають підтримувати сучасні, захищені протоколи бездротового з'єднання, такі як WPA3, для забезпечення безпечного доступу до Wi-Fi мережі. Роутер в закладі освіти повинен дозволяти детальне налаштування мережевих параметрів, включаючи гостьові мережі, сегментацію мережі та контроль доступу.

Всі мережеві пристрої

Зокрема принтери, також повинні мати систему для захисту доступу до них та управління ними, наприклад, паролі чи інші методи автентифікації.

Сервери

Сервери, які зберігають великі обсяги даних і критично важливі для функціонування закладу освіти, мають бути оснащені відповідними системами фізичного та програмного захисту.

Комунікаційний компонент

Комунікаційний компонент — забезпечення системи моніторингу та формування контенту, який створюється у соціальних мережах та веб-сайтах ЗО, а також включає правила нетикету. Він, в першу чергу, має інтегрувати норми нетикету в освітньому процесі, навички перевірки інформації для освітян та дітей, які створюють та поширюють будь-який контент в мережі Інтернет, включаючи соціальні мережі та веб-сайти.

Освітній компонент

Освітній компонент — інтегроване систематичне навчання базовим навичкам кібербезпеки у закладах освіти, а також підвищення кваліфікації для працівників які відповідають в закладі освіти за кібербезпеку. Воно має включати регулярні заняття з кібербезпеки для педагогів, здобувачів освіти та їх батьків/опікунів. Це навчання має охоплювати актуальні теми, як-от розпізнавання фішингових атак, безпечне використання електронної пошти та соціальних мереж, а також захист особистих даних. Важливо залучати дітей до активної участі у процесах кібербезпеки, наприклад, через проведення тематичних майстер-класів, конкурсів або проходження безкоштовних онлайн-курсів.

Фізичний компонент

Фізичний компонент — фізичний захист інформаційної інфраструктури (комп'ютерів, роутерів, камер та самих приміщень). Встановлення систем відеонагляду, застосування огорож та замків на дверях та вікнах серверних приміщень та інших технічних кімнат допомагає запобігти втручанням в обладнання. Також ефективним є використання засобів обмеження фізичного доступу, таких як картки чи цифрові ключі. Під час воєнного стану, рекомендується розміщувати серверні приміщення та декілька комп'ютерів з доступом до Інтернету в укритті. Не менш важливо мати систему для моніторингу мережі та управління доступом, що включає можливість виявлення і відстеження ненормативної поведінки в мережі та швидкого реагування на інциденти, які можуть статися.

Використання онлайн-технологій в освітньому процесі є важливим і сучасним аспектом, але необхідно забезпечувати належний рівень безпеки для всіх учасників освітнього процесу, щоб максимально використовувати їх переваги і одночасно мінімізувати можливі ризики.

Цифрова безпека — це спільна відповідальність працівників закладу освіти, батьків та дітей.

5.2 Виклики та ризики для онлайн-безпеки в освітньому процесі

Аналіз ризиків для онлайн-безпеки є необхідним елементом захисту даних здобувачів освіти, працівників закладів освіти та самих освітніх закладів. Впровадження ефективного аналізу ризиків дозволяє визначити, оцінити та пріоритезувати потенційні загрози, а також розробити та впровадити відповідні заходи для їх уникнення чи пом'якшення.

Інтернет є потужним інструментом для навчання, спілкування та розваг. Проте він також несе в собі низку ризиків, які можуть негативно вплинути на користувачів, особливо на дітей та молодь.

Використання онлайн-технологій у сучасному освітньому процесі є безперечно корисним, оскільки відкриває широкі можливості для навчання, співпраці та персоналізації освітнього процесу. Проте, разом з перевагами існують і ризики, пов'язані з онлайн- безпекою, які потребують уважного управління для забезпечення безпеки учасників освітнього процесу.

Ключові ризики, з якими можуть зіткнутись люди в мережі

Кіберзлочини

Люди можуть стати жертвами хакерських атак, фішингу, шахрайства, крадіжки особистих даних, а також різних форм онлайн-шахрайства, таких як інвестиційне шахрайство чи фейкові Інтернет-магазини.

Віруси

Від завантаження шкідливих програм до інфікування вірусами, які можуть пошкодити апаратне забезпечення, вкрасти особисту інформацію або навіть заблокувати доступ до ваших файлів (вимагаючи викуп).

Приватність і витік даних

Неправильне управління особистими даними може призвести до їх витоку, включаючи фінансову інформацію, персональні фотографії, паролі та інше.

Соціальна інженерія

Маніпуляції, спрямовані на введення в оману людей з метою отримання конфіденційної інформації або спонукання до певних дій, які можуть призвести до фінансових втрат або інших негативних наслідків.

Інтернет-мобінг та харасмент

Особливо серед молоді, це може включати цькування, переслідування, неприємні коментарі та інші форми агресії, які негативно впливають на психологічний стан жертв.

Експлуатація та неприйнятний контент

Доступ до небезпечного або незаконного контенту, включаючи екстремістські матеріали, порнографію або насильницький контент, що може бути особливо шкідливим для неповнолітніх.

Залежність від Інтернету

Збільшення часу, проведеного в мережі, може призвести до соціальної ізоляції, зниження продуктивності, проблем зі сном та інших проблем зі здоров'ям.

Врахування цих ризиків і розробка відповідних стратегій захисту є ключовими для забезпечення безпечного та відповідального використання Інтернету.

Управління кризовими ситуаціями в Інтернеті вимагає ефективного плану дій, адаптованого під різні типи потенційних інцидентів. З алгоритмами дій щодо кризових ситуацій у мережі Інтернет можна ознайомитись у Додатку №10.

Зважаючи на те, що здобувачі освіти проводять значну кількість часу в Інтернеті, підготовка до його безпечного використання є необхідною складовою освітнього процесу. Впровадження комплексного підходу до онлайн-безпеки в закладі освіти дозволяє створити безпечне та сприятливе середовище для навчання, де здобувачі освіти можуть використовувати Інтернет для досягнення своїх освітніх цілей без ризиків для своєї безпеки та благополуччя.

Базові навички онлайн-безпеки

Використання надійних паролів

Це перший крок до захисту онлайн-акаунтів.

Довжина має значення

Пароль повинен містити щонайменше 12 символів. Чим довше, тим краще. Довгі паролі складніше зламати, що ускладнює зловмисникам несанкціонований доступ.

Різноманітність

Використовуйте комбінацію великих і малих літер, цифр та спеціальних символів. Це робить пароль більш складним, що ускладнює його вгадування або зламування.

Конфіденційність

Ніколи не діліться своїми паролями ні з ким, навіть з найближчими друзями або членами сім'ї. Спільне використання паролів збільшує ризик несанкціонованого доступу та ставить під загрозу вашу онлайн-безпеку.

Уникайте шаблонів

Не використовуйте слова зі словника або передбачувані шаблони. Зловмисники часто використовують автоматизовані програми, які можуть швидко вгадувати поширені слова або фрази. Натомість спробуйте використовувати парольні фрази-комбінації не пов'язаних між собою слів - щоб зробити ваші паролі безпечними, й такими, які запам'ятовуються.

Регулярне оновлення

Рекомендується регулярно оновлювати паролі. Найкраще змінювати їх кожні три-шість місяців або негайно, якщо ви підозрюєте, що ваш акаунт було зламано. Проактивна поведінка дозволяє бути на крок попереду потенційних загроз.

Уникайте повторного використання

Повторне використання паролів є ризикованим. Якщо один акаунт буде зламано, всі інші стануть вразливими. Використання менеджера паролів може допомогти генерувати та зберігати унікальні паролі для кожного акаунту в безпеці.

Двофакторна автентифікація

Двоетапна перевірка (двофакторна автентифікація) — це спосіб додаткового захисту, який забезпечує додатковий захист даних, зокрема повідомлень електронної пошти та соціальних мереж. Зазвичай, використовується автоматичне надсилання SMS-повідомлень або окрема програма, яка генерує коди доступу (рекомендований спосіб). Прикладами таких програм є Microsoft Authenticator та Google Duo.

Використання VPN

Віртуальні приватні мережі (VPN) відіграють життєво важливу роль у захисті вашої цифрової безпеки. VPN діє як безпечний тунель між вашим пристроєм (комп'ютером, телефоном тощо) і віддаленим сервером, яким керує VPN-провайдер. Коли ви підключаєтесь до Інтернету через VPN, вся ваша онлайн-діяльність, включаючи історію переглядів і передачу даних, шифрується перед проходженням через цей захищений тунель. Це шифрування робить ваш трафік невидимим для третіх осіб, таких як Інтернет-провайдери або будь-хто, хто контролює публічні мережі Wi-Fi.

Переклад та адаптація міжнародних рекомендацій про безпеку в цифровому середовищі:

«Захист дітей у цифровому середовищі: рекомендації для батьків та освітян»

«Захист дітей у цифровому середовищі: рекомендації для індустрій»

«Захист дітей у цифровому середовищі: рекомендації для органів державної влади»

5.3 Безпечна поведінка в цифровому середовищі

Цифрове середовище стало невід'ємною частиною нашого повсякденного життя. З одного боку, Інтернет, соціальні мережі та інші цифрові платформи відкривають безліч можливостей для навчання, спілкування, розваг, розвитку та самовираження. З іншого, виникають нові виклики, пов'язані з безпекою в онлайн-просторі. Захист особистих даних, розпізнавання кібербулінгу, уникнення шахрайських схем, безпечне використання соціальних мереж є важливими аспектами, які потребують особливої уваги. Відповідно, створення норм цифрової поведінки в закладі освіти може слугувати орієнтиром для формування відповідального та свідомого підходу до використання цифрових технологій.

У сучасному світі, де спілкування дедалі більше відбувається онлайн, конфіденційність та безпека даних стають ключовими пріоритетами. З великої кількості доступних програм для обміну повідомленнями важливо вибрати ту, яка ставить на перше місце захист даних.

Норми безпечної поведінки в цифровому середовищі

Наскрізне шифрування — це обов'язкова функція. Воно гарантує, що ваші повідомлення будуть зашифровані з моменту надсилання з вашого пристрою до отримання на пристрої одержувача. Це робить їх нечитабельними, навіть якщо їх перехоплять.

Важливо уважно ознайомитися з політикою конфіденційності месенджера. Переконайтеся, що вона чітко описує, як обробляються та захищаються дані користувачів. Шукайте програми, які не збирають непотрібну особисту інформацію та мають сувору політику щодо передачі даних користувачів третім особам.

Вибирайте месенджер з хорошою репутацією у сфері безпеки. Шукайте програми, які регулярно оновлюють свої протоколи безпеки та мають досвід оперативного усунення вразливостей. Читаючи відгуки користувачів та перевіряючи репутацію програми, можна скласти уявлення про її турботу про безпеку користувачів.

Проведіть ретельне дослідження та виберіть месенджер на основі ваших особистих потреб та функцій безпеки програми. Загалом, обирайте більш захищені альтернативи звичним месенджерам. Наприклад, популярні Telegram та Viber, які збирають інформацію про користувачів та не захищають усі дані (у Telegram шифрування каналу передачі повідомлень вимкнено за замовчуванням), можна замінити на такі програми, як Signal, Wire та Threema. Ці програми не мають вбудованих трекерів та пропонують захищене з'єднання.

Провести власне дослідження ви можете, скориставшись порівняльним сайтом www.securemessagingapps.com

Платформа для аудиту приватності застосунків www. reports.exodus-privacy.eu.org

Нетикет (мережевий етикет/етикет в Інтернеті) — це набір правил і рекомендацій, які допомагають підтримувати ввічливе, шанобливе і конструктивне спілкування в мережі.

Щоб краще зрозуміти цю концепцію, уявіть Інтернет як велике соціальне зібрання, де люди з різних верств суспільства обмінюються ідеями, шукають розваги і висловлюють свої думки. Як і в реальному житті, тут існують основні правила ввічливості, які допомагають створити гармонійне і приємне середовище для всіх:

Поважайте інших

Важливо ставитися до людей в Інтернеті з такою ж повагою, як і в реальному житті. Уникайте образливих висловлювань, образ і особистих нападів.

За кожним користувачем стоїть реальна людина

Використання великих літер може сприйматися як крик або агресія. Використовуйте клавішу Caps Lock помірковано, щоб підкреслити важливість, але не створювати враження агресивності.

Чіткість і зрозумілість

Використовуйте правильну граматику і пунктуацію. Хоча стандарти правопису в інтернет-спілкуванні можуть бути менш суворими, важливо, щоб ваші повідомлення були зрозумілими і легкими для читання.

Цифрова репутація

Враження, яке люди формують про нас на основі наших дій в Інтернеті, створює наш особистий імідж у мережі. Наш онлайн-слід може мати як позитивні, так і негативні наслідки для нашої репутації.

Не перевіряючи інформацію, ви можете зашкодити не лише собі, але й іншим — насамперед вашим близьким, рідним і друзям. Для несвідомого розповсюдження дезінформації чи фейків серед вашої спільноти в соцмережах і месенджерах достатньо лайкнути таку інформацію або залишити коментар. Більше того, аналізуючи ваш цифровий слід, алгоритми мереж пропонуватимуть ще більше маніпулятивної інформації.

Отже, наша цифрова репутація важлива не менше, ніж репутація в реальному житті, адже вона впливає на якість взаємодії з іншими людьми в цифровому середовищі та визначає можливості отримати бажану роботу чи освіту, налагодити співпрацю тощо.



Поширюючи будь-який контент, завжди пам'ятайте про «правило білборду» і запитуйте себе: «А якщо цю інформацію буде розміщено на білборді?».

Приватність

Особиста інформація — це інформація за допомогою якої можна ідентифікувати людину. Ця інформація може включати ім'я, дату народження, адресу електронної пошти та номер телефону, а також пости/фото у соцмережах та іншу цифрову інформацію.

Щоб захистити таку інформацію важливо розуміти, як збираються дані. Перш ніж користуватися новим вебсайтом або додатком, бажано ознайомитися з політикою конфіденційності. Цей документ описує, як ваша інформація використовується та передається, що дає можливість робити усвідомлений вибір для користувача. Щоб уникнути надмірного обміну даними з третіми сторонами, важливо регулярно переглядати свої налаштування конфіденційності та обмежувати непотрібний обмін даними.

Захист ваших облікових записів в Інтернеті є надзвичайно важливим. Рекомендується уникати простих для вгадування паролів, таких як дати народження або імена домашніх тварин. Натомість створюйте складні паролі, які буде складно вгадати навіть найзавзятішому хакеру. Подумайте про використання менеджера паролів — цифрового сховища, яке можна використовувати для безпечного зберігання та керування паролями. Двофакторна автентифікація додає додатковий рівень безпеки, вимагаючи додаткового етапу перевірки, окрім пароля.

Спроби фішингу, замасковані під дружні, робочі або інші електронні листи, є постійною загрозою. Важливо проявляти обережність при роботі з небажаними електронними листами. Бажано перевіряти справжнє призначення посилань (наведіть на них курсор миші), перш ніж переходити за ними. Також важливо ніколи не вводити конфіденційну інформацію на підозрілих вебсайтах.

Надважливо ретельно керувати своєю присутністю в Інтернеті. Необхідно переглянути налаштування конфіденційності в соціальних мережах, контролюючи, хто бачить ваші публікації та особисту інформацію. Також важливо регулярно перевіряти дозволи додатків на телефоні та планшеті, забороняючи доступ до даних, які для них не є необхідними. Бажано використовувати розширення для браузерів, пошукових систем і комунікаційних додатків, орієнтованих на конфіденційність. Ці інструменти можуть стати потужними союзниками в мінімізації збору даних, зменшенні вашого сліду в Інтернеті та підвищенні безпеки його використання.

Важливо бути уважним під час навігації в онлайн-просторі. Обмежте обмін конфіденційною інформацією, такою як домашня адреса або номер телефону, на публічних форумах або в соціальних мережах. Перш ніж написати повідомлення — зважте на потенційні наслідки обміну особистою інформацією або думками. Варто проявляти стриманість перед публікацією на будь-якій платформі, особливо коли йдеться про обмін особистою інформацією або думками.

Обмін даними про місцезнаходження може бути зручним, але важливо розуміти, які програми мають доступ до цих даних, і вимикати служби визначення місцезнаходження, коли вони не використовуються.

Важливо регулярно оновлювати операційну систему, веббраузер і додатки, щоб забезпечити наявність найновіших виправлень безпеки та покращень для захисту конфіденційності. Будьте в курсі нових загроз конфіденційності та шахрайства, слідкуючи за авторитетними джерелами новин про кібербезпеку. Якщо ви підозрюєте порушення конфіденційності або що вашу інформацію було скомпрометовано, повідомте про це відповідні органи та негайно вживайте заходи для захисту вашої особистостої інформації.

Приватність — це безперервна подорож, а не одноразовий пункт призначення.

Впроваджуючи ці стратегії та зберігаючи пильність, ви можете відновити контроль над своєю ідентичністю в Інтернеті та орієнтуватися в цифровому світі з більшою впевненістю.

Пам'ятайте, що з кожним свідомим кліком та усвідомленим вибором ви будуєте міцнішу цифрову фортецю, захищаючи свої персональні дані та формуючи майбутнє, в якому Інтернет розширює ваші можливості, а не викриває вас.

З метою забезпечення безпеки та захисту персональних даних учасників освітнього процесу, а також для ефективного використання цифрових технологій в освітньому процесі, закладу освіти рекомендується розробити наступні політики та процедури:

Політика обробки персональних даних закладу освіти (Додаток №6)

Ця політика має визначати правила та процедури обробки персональних даних дітей, педагогічних працівників та інших осіб, що співпрацюють з закладом освіти. Вона має ґрунтуватися на вимогах чинного законодавства України, зокрема Закону України «Про захист персональних даних».

Політика цифрової безпеки закладу освіти (Додаток №8)

Ця політика має охоплювати заходи щодо захисту від кіберзагроз, таких як віруси, фішинг, хакерські атаки та інші форми кіберзлочинності. Вона повинна включати рекомендації щодо використання надійних паролів, регулярного оновлення програмного забезпечення, використання антивірусних програм та навчання працівників ЗО і здобувачів освіти основам кібербезпеки.

Політика інформаційної безпеки закладу освіти (Додаток №9)

Ця політика має встановлювати заходи для захисту конфіденційної інформації та інтелектуальної власності закладу освіти. Вона має регулювати доступ до інформаційних ресурсів, зберігання та передачу конфіденційної інформації, а також відповідальність за порушення інформаційної безпеки.

Для створення політик і процедур у закладі освіти потрібно враховувати специфіку кожного конкретного закладу. Надані у Додатках рекомендації допоможуть забезпечити ефективний захист даних та інформаційних ресурсів у закладі освіти.

Онлайн курс Безпека в Інтернеті під час війни

Онлайн-безпека на Дія.Освіта

Організація навчання здобувачів освіти правил з онлайн-безпеки передбачає системний, багатовекторний та багаторівневий підхід.

Варто почати з впровадження таких елементарних правил онлайн-безпеки:

- права та обов'язки здобувачів освіти;
- стійкість та оцінка ризиків;
- ефективні загальношкільні підходи;
- інтегрована та специфічна навчальна програма;
- постійне вдосконалення шляхом перегляду та оцінювання.

Алгоритм аналізу та зменшення потенційних загроз в Інтернеті (Додаток №18)

Крок 1. Аналіз використання Інтернету

Визначте активність у мережі

Оцініть, які типи вебсайтів, сервісів і додатків ви регулярно використовуєте. Зверніть увагу на соціальні мережі, банківські сервіси, платформи для онлайн-покупок і т.ін.

Перегляньте прилади та підключення

Запишіть, з яких пристроїв ви заходите в Інтернет (смартфони, планшети, ноутбуки) та типи мереж (домашній Wi-Fi, публічний Wi-Fi).

Крок 2. Ідентифікація потенційних ризиків

Кібератаки

Визначте, чи є ваші акаунти або пристрої потенційно вразливими до атак (фішинг, шкідливе програмне забезпечення, віруси).

Приватність даних

Оцініть ризики, пов'язані з приватністю та безпекою ваших особистих даних. Подумайте про можливість витоку інформації через недостатньо захищені вебсайти або додатки.

Соціальна інженерія.

Розгляньте, як інформація, яку ви публікуєте в соцмережах, може бути використана проти вас.

Крок 3. Оцінка вразливостей

Паролі та автентифікація

Перевірте надійність ваших паролів і налаштувань автентифікації. Чи використовуєте ви двофакторну автентифікацію там, де це можливо?

Оновлення програмного забезпечення

Переконайтеся, що всі ваші системи та програми оновлені до останніх версій для захисту від всіх відомих вразливостей.

Крок 4. Розроблення плану дій

Зміцнення захисту

Розробіть стратегію посилення безпеки, включаючи встановлення надійних антивірусних рішень, зміну паролів на складніші, активацію двофакторної автентифікації.

Регулярні перевірки безпеки

Встановіть графік регулярних перевірок безпеки для перевірки захисту ваших даних та систем.

Крок 5. Освітні заходи

Навчання

Запишіться на курси або семінари з онлайн-безпеки.

5.4 Цифрові загрози для здобувачів освіти в Інтернеті

Інтернет — це глобальний ресурс, який дозволяє здобувачам освіти спілкуватися, навчатися та переживати багато різних емоцій. Разом з тим, є багато ризиків, які існують на всіх платформах і всіх пристроях. Обізнаність щодо потенційних ризиків є важливою для всіх користувачів мережі Інтернет.

Ризики в Інтернеті можна розділити на наступні категорії:

Контент
Група онлайн-ризиків, коли діти можуть бути під загрозою перегляду невідповідного матеріалу.

Контакт
Група онлайн-ризиків, коли діти є об'єктом шкідливої взаємодії від інших користувачів мережі.

Поведінка
Група онлайн-ризиків, які пов'язані з особистою поведінкою дитини в мережі, яка збільшує ймовірність або завдає шкоди через самостійні дії/вчинки/публікації.

Ця класифікація, яку запропонувала у 2009 році дослідна група EU Kids Online, стала класичною точкою відліку у питаннях онлайн-ризиків.

Концепція Контент-Контакт-Поведінка вплинула на діяльність низки організацій, що займаються питаннями захисту дітей онлайн. Це такі організації, як: ЮНІСЕФ, Європейська комісія (ЄК), Рада Європи, Організація економічного співробітництва та Розвитку (ОЕСР) та інші.

Дану концепцію також використовують передові Британські організації зокрема Ofcom, Британською радою з безпеки дітей в Інтернеті (UKCCIS, тепер UKCIS), UK Safer Internet Center (UKSIC). На сьог одні концепція Контент-Контакт-Поведінка застосовується з певними модифікаціями (зокрема, щодо спроб спроб приділити більшу увагу ризикам, пов'язаним з комерціалізацією, даними та профілюванням).

Онлайн-ризики: як упізнати й розрізняти

Кіберсталкінг (переслідування) згідно зі Стамбульською конвенцією — це залучення до небажаного спілкування чи навмисне інформування людини про те, що за нею ведеться нагляд, щоб викликати страх за свою безпеку. Це може бути завдання шкоди власності, дії проти сім'ї, друзів дитини або поширення неправдивої інформації через Інтернет.

Сталкінг в онлайн-світі (кіберсталкінг) — це дії зловмисника, які спрямовані на постійне спостереження та привертання уваги за допомогою соціальних мереж, дзвінків (як на мобільний телефон, так і у месенджерах), докучання та переслідування онлайн. Сталкінг часто нормалізується у стосунках підлітків. Згідно з дослідженням Школи громадської охорони здоров'я Бостонського університету, до 48% підлітків, які були у стосунках, зазнавали переслідувань або домагань зі сторони партнера, а 42% - переслідували або домагалися партнера.

Кібербулінг — систематичне цькування та вчинення насильства за допомогою засобів електронної комунікації. У 2020 році було презентоване перше комплексне дослідження, щодо кібербулінгу в Україні, яке було проведено Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ), 29% дітей хоч раз ставали жертвами кібербулінгу, а ще 16% пропускали навчання через кіберцькування.

Продукція порнографічного характеру — це будь-які матеріальні об'єкти, предмети, друкована, аудіо-, відеопродукція, зокрема реклама, повідомлення та матеріали, продукція засобів масової інформації, електронних засобів масової інформації, змістом яких є детальне зображення анатомічних чи фізіологічних деталей сексуальних дій та/або які мають інформацію порнографічного характеру.

Відповідно до Закону України «Про медіа» на території України в медіа та на платформах спільного доступу до відео забороняється поширювати порнографічні матеріали, а також матеріали, що заохочують сексуальну експлуатацію та насильство над дітьми, демонструють статеві відносини дітей, використовують образ дітей (візуальний запис образу дітей) у видовищних заходах сексуального чи еротичного характеру.

Перегляд порнографії у дитячому віці нормалізує раннє сексуальне експериментування та заохочує сексуальну активність задовго до того, як діти будуть емоційно, соціально чи інтелектуально готові до цього. Часто такий матеріал зображає секс як випадковий, незахищений та насильницький.

Згідно з дослідженням, більшість дітей в Україні (83%) побачили вперше сексуальний контент у віці 7-13 років. 59,8% побачили його неочікувано самостійно. 12,6% — хтось показав неочікувано, лише 7,8% самостійно шукали подібний контент. Щодо дітей молодшого шкільного віку, то вони «значущо відмічали, що не бачили» контент сексуального змісту. (3,7% бачили майже кожен день, а 6,3% бачили щонайменше раз на тиждень).

Секстинг — це обмін власними фото, відео та текстовими матеріалами інтимного характеру, із застосуванням сучасних засобів зв'язку: мобільних телефонів, електронної пошти, соціальних мереж.

Статистичних даних в Україні по секстингу наразі немає. Світова статистика повідомляє, секстинг це явище, яке поширене серед 22% дівчат та 18% хлопців до 18 років. При цьому 15% дітей, надсилають свої фото/відео матеріали тим, кого знають тільки в онлайні. 61% тих підлітків, які надсилали зображення оголеного тіла, визнають, що на них тиснули, щоб зробити це хоча б раз.

Сексторшн — це налагодження незнайомцями довірливих стосунків в Інтернеті з дитиною з метою отримання приватних матеріалів, інтимних фото чи/або відео, шантажування ними та вимагання грошей чи додаткових матеріалів. Згідно із дослідженнями організації «Центру дослідження кібербулінгу», як мінімум 5% підлітків стали жертвами сексторшну. Статистичні дані в Україні поки відсутні.

Онлайн-грумінг — це побудова дорослим/групою дорослих осіб довірливих стосунків із дитиною (підлітком) із метою сексуального насильства онлайн чи у реальному житті. Часом це переростає до вимагання офлайн-зустрічей. Де діти можуть стати жертвами сексуального насильства або стати об'єктом для використання їх у виготовленні матеріалів сексуального характеру. Однією з причин таких випадків є те, що спілкуючись з людиною онлайн, до цієї людини діти перестають застосовувати правила поведінки з незнайомими людьми.

Усі зазначені ризики потребують залучення представників правоохоронних органів та соціальних служб, оскільки такі випадки є проявом насильства стосовно дитини. Міжвідомча взаємодія в цьому контексті є важливим елементом ефективної боротьби з такими проявами насильства.

Для ознайомлення пропонуємо відеоролики про це:

Відео 1

Відео 2

Відео 3

В Інтернеті діти особливо вразливі через феномен «ілюзія спальні», бо відчувають себе в безпеці вдома і не розуміють як дії в онлайн можуть призвести до проблем у реальному житті. Але потрібно пам'ятати, що дії, зроблені онлайн, мають наслідки у офлайн-світі.

Важливо усвідомлювати, що сексуальне насильство над дітьми в Інтернеті має такий самий негативний вплив на постраждалу дитину, як і офлайн насильство, а в деяких аспектах може мати ще серйозніші наслідки.

Це відбувається з кількох причин:

Всеохопність насильства

Онлайн-насильство переслідує дитину всюди, де є Інтернет: вдома, у школі, на прогулянці тощо. Це створює відчуття, що кривдник постійно поруч і спостерігає за дитиною, що викликає сильний психологічний тиск.

Постійний доступ до жертви

Від сексуального насильства в Інтернеті неможливо сховатися, воно може відбуватися 24/7, і у дитини немає жодного безпечного місця для відпочинку чи відволікання.

Шантаж і погрози

Кривдники можуть використовувати погрози та шантаж не лише щодо самої дитини, а й стосовно її близьких, що посилює стрес і страх.

Складність припинення

Якщо в офлайні можна уникнути насильства, змінюючи місце перебування чи оточення, то в Інтернеті зробити це набагато складніше. Кривдники можуть швидко знаходити нові способи контакту з дитиною.

Специфіка онлайн-ризиків під час війни

Фейки

Публікація свідомо неправдивої інформації для маніпуляції суспільною думкою. Навмисне поширення неправдивої інформації, для розділення суспільної думки на кілька ворогуючих таборів. Наприклад, фейки про публічні катування, утиски російськомовних українців.

ІПСО

Інформаційні психологічні спеціальні операції. Наприклад, на початку війни з'явилася інформація, що балончиками із фарбою наносять мітки для позначення напрямку руху ворожої техніки. Або ІПСО про т.зв. «любов ворога до приурочення своїх обстрілів, наступальних дій, до «особливих дат». Це все робиться з метою поширення паніки та відволікання людей та військових від інших важливих ситуацій/подій.

Публікація шкідливого контенту

Поширення, створення інформації, яка може нашкодити дитині. Наприклад, публікація результатів обстрілів, прильотів ракет, фото/відео/прямі трансляції із подібних локацій.

Боти

Комунікація з спеціальними програмами, автором яких є люди. Ці програми виконують певний алгоритм дій за заданим розробником порядком. Вони можуть бути частиною ІПСО, можуть дізнаватися інформацію у дітей, атакувати їх соціальні мережі та провокувати кібербулінг.

Таємні завдання

Надання фото/відео/геолокації для отримання інформації про розташування українських військових, місць скупчення людей.

Анонімні чати

Створення чатів з прихованою метою для отримання інформації. Наприклад, дитину додають в чат, де вона нікого не знає. Починають комунікацію, завойовують довіру. Створюють Телеграм-канал і додають туди учасників, де грають у рольові ігри у текстовому форматі, а у перервах між грою — спілкуються. Дитина думає, що з нею комунікують «справжні користувачі», а насправді це одна людина, яка спілкується від імені інших, щоб втертися у довіру і отримати потрібну їй інформацію, часто заради шантажу, вимагання, залякування.

З алгоритмом дій учасників освітнього процесу щодо безпеки в Інтернеті можна ознайомитись у Додатку №12.

Корисні ресурси щодо безпеки в Інтернеті

Для дітей та підлітків:

Урядова консультаційна лінія з питань безпеки дітей в Інтернеті

Телефон: 1545 кнопка 3 (цілодобово, безкоштовно)

Teenergizer

Психологічна допомога «рівний-рівному»

Веб-сайт: https://teenergizer.org

Національна гаряча лінія для дітей та молоді ГО «Ла Страда-Україна»

Телефон: 0 800 500 225 (з мобільного або стаціонарного)

Телефон: 116 111 (з мобільного)

Веб-сайт: https://la-strada.org.ua/novyny/v-ukrayini-zapustyly-chat-bot.html (чат-бот)

ГО «Стоп секстинг»

Психологічна підтримка підліткам та молоді

Веб-сайт: https://stop-sexting.in.ua/

Кіберпес у Telegram та Viber

Чат-бот Кіберпес у Telegram:

https://www.makemoneyadultcontent.com/best-telegram-sexting-bot/

Чат-бот Кіберпес у Viber: https://chats.viber.com/

Для дорослих

Поліція

102 (цілодобово, безкоштовно)

Веб-сайт: https://www.npu.gov.ua/gromadyanam/zvernennya

Кіберполіція

Гаряча лінія: 0800 505 170 (цілодобово, безкоштовно)

Веб-сайт: https://ticket.cyberpolice.gov.ua/

Чат-бот StopFraud

Telegram: https://t.me/StopFraudMriya_bot

Уповноважений ВР України з прав людини (Омбудсман)

Веб-сайт: https://ombudsman.gov.ua/uk/zayavniku

Гаряча лінія: 0800-50-17-20, 044-299-74-08

Служба безпеки України (СБУ)

Веб-сайт: https://ssu.gov.ua/zvernennia-hromadian

Сервіси та ресурси, які допоможуть у сфері онлайн-безпеки

Zillya

Сервіс для ознайомчих цілей з тестувань паролів. При введенні власного пароля варто змінити один чи два символи, щоб не розкривати конфіденційну інформацію. Zillya! Антивірус не збирає та не зберігає інформацію про Ваші паролі. Отримані результати мають довідковий характер.

Кібер Брама

Сайт «Кібер Брама» створений для підвищення обізнаності громадян про кібервиклики в різних сферах життя та в умовах війни, підвищення цифрової та медіаграмотності.На сайті «Кібер Брама» великий акцент зроблено на освітньому контенті з кібербезпеки в різних сферах життя, таких як «Кібербезпека в освіті», «Кібербезпека в роботі», «Кібербезпека в повсякденному житті» і «Кібербезпека в розвагах і спілкуванні». У цих розділах представлені основні виклики та рекомендації від фахівців щодо їх запобігання. Кожен із них має аудіовізуальний контент, такий як: відеоінструкції, посилання на онлайн-курси, тренінги, онлайн-тренажери, ігри.

Портал Дія. Освіта

Вебпортал цифрової освіти призначений для реалізації права кожного на якісну та доступну освіту шляхом забезпечення створення можливості дистанційного навчання через Інтернет. Це освітні серіали, що дозволяють українцям відкрити нові кар'єрні можливості та покращувати свої цифрові навички. Користувач Дія.Освіта може створити персональну траєкторію навчання, вибравши ті навички, які цікавлять найбільше, щоб отримати персоналізовані освітні серіали.

Вебсайт МІНЗМІН

На сайті ви можете покращити свої знання із безпеки в Інтернеті через освітні курси, подкасти, гайди, рекомендації, скрінкасти, вебінари, онлайн-школи, конференції та корисні відео на ютуб-каналі. А також ознайомитись із дослідженнями які стосуються безпеки в Інтернеті.

Nadiyno

Онлайн-платформа Nadiyno допоможе:

- посилити власну онлайн-безпеку та захистити себе від онлайн-загроз
- підвищити цифрову грамотність громадян
- надати поради із захисту персональних даних і пристроїв, підтримку від операторів гарячої лінії та інших фахівців з цифрової безпеки.

Платформа Як?

На платформі розміщено рекомендації щодо особистої безпеки в онлайн-просторі. Як налаштувати пристрій, створити надійні паролі та інша корисна інформація.

Рекомендуємо ознайомитись із такими посиланнями:

Про приватність у Telegram

Тут можна отримати відповіді на такі запитання: як встановити двофакторну автентифікацію в Telegram, що потрібно знати про безпеку аккаунту, як налаштувати приватність в Telegram?

Про приватність у TikTok

Тут можна отримати відповіді на такі запитання: що про мене знає TikTok, як встановити двоетапну перевірку в TikTok, налаштування приватності аккаунту в TikTok.

Про приватність в Інстаграм

З цих відео можна дізнатись, як налаштувати приватність коментарів в Instagram, як встановити двофакторну автентифікацію в Instagram, що таке приватність дописів, які данні збирає Instagram про користувачів, та інші.

Про приватність у Facebook

Це перелік відео лекцій, з яких можна дізнатись які дані про користувачів збирає Facebook і як їх обмежити, як налаштовувати приватність публікацій, аккаунту, пошуку в цій соціальній мережі і встановити двофакторну автентифікацію.

Онлайн-курс для батьків «Приватність дітей в Інтернеті»

Курс містить більше 10 відео для батьків про те, як убезпечити онлайн-діяльність дітей в Інтернеті: як перевірити, що дивиться дитина в мережі, забезпечити її конфіденціальність, чи варто постити фото дітей в Інтернеті, та багато іншої корисної інформації.

РОЗДІЛ 6

ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА

ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА









6.1 Поняття психологічно безпечного освітнього середовища

У Законі України «Про освіту» визначено, що метою освіти є всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства. Це включає розвиток її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей та необхідних компетентностей для успішної самореалізації. Закон також підкреслює важливість виховання відповідальних громадян, які здатні робити свідомий суспільний вибір та спрямовувати свою діяльність на користь іншим людям і суспільству. Ці зусилля спрямовані на збагачення інтелектуального, економічного, творчого та культурного потенціалу українського народу, а також на підвищення освітнього рівня громадян для забезпечення сталого розвитку України та її європейського вибору.

У преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я зазначено, що здоров'я — це не лише відсутність хвороб або фізичних дефектів, а стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя.

Це передбачає не лише відсутність хвороб або фізичних порушень, а й гармонійний розвиток, емоційну стабільність, безпечне середовище та можливості для соціальної інтеграції і самореалізації.

Психологічна безпека освітнього середовища

Психологічна безпека освітнього середовища розглядається як ключовий компонент системи безпеки закладу освіти. Вона полягає у забезпеченні комфортної міжособистісної взаємодії, емоційного добробуту всіх учасників освітнього процесу, відсутності насильства та забезпеченні необхідних ресурсів для його запобігання, а також дотриманні прав людей і норм безпеки.

Компоненти психологічно безпечного освітнього середовища

- Комфортна міжособистісна взаємодія
- Емоційний добробут учасників освітнього процесу
- Відсутність будь-яких проявів насильства та наявність достатніх ресурсів для їх запобігання
- Інклюзивність та прийняття різноманітності
- Дотримання прав і норм фізичної, психологічної, інформаційної та соціальної безпеки кожного учасника освітнього процесу

Фундаментом для створення атмосфери, де кожен учасник освітнього процесу відчуває себе захищеним, цінним, почутим і готовим до нових знань та досвіду є принципи психологічно безпечного освітнього середовища.

Принципи психологічно безпечного освітнього середовища

Принцип домінування життя людини як головної цінності

Визначає модель мінімальної (необхідної) безпеки, максимально усуває ризики, що загрожують життю як дітей, так і дорослих.

Принцип регіональної специфіки

Передбачає під час організації системи безпеки освітнього середовища закладу освіти облік небезпек і можливих надзвичайних ситуацій конкретного регіону (міста, області, району).

Принцип комплексності оцінки небезпек (ризиків)

Задає методику оцінки різних педагогічних (освітніх) ризиків (зовнішніх і внутрішніх) на основі комплексного, системно-синергетичного підходів.

Принцип міні-макса

Визначає досягнення максимального ефекту безпеки при наявності мінімуму ресурсного забезпечення.

Принцип максимальної ефективності управління

Спрямований на систему заходів і створених педагогічних умов, спрямованих на забезпечення максимальної безпеки освітнього середовища і закладу освіти, як соціального інституту в цілому.

Психологічно безпечне освітнє середовище будується на гуманізмі, відкритому діалозі, чітких правилах та постійному розвитку. Воно має бути адаптованим до потреб кожного учня, включаючи дітей з особливими освітніми потребами. Це передбачає створення таких умов, де кожен має рівні можливості для навчання, виховання та розвитку. Чіткі правила та норми поведінки, які підтримують взаємоповагу та толерантність, є основою такого середовища. Булінг, дискримінація та будь-які форми насильства є неприпустимими і мають явні наслідки.

З метою створення умов для соціального та інтелектуального розвитку здобувачів освіти, охорони психічного здоров'я, надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань, в системі освіти України діє психологічна служба. До складу психологічної служби входять практичні психологи, соціальні педагоги закладів освіти, керівники (директори), методисти навчально-методичних центрів/кабінетів/лабораторій психологічної служби, працівники психологічної служби департаментів, управлінь, відділів освіти.

Одним з завдань психологічної служби є сприяння забезпеченню психологічної безпеки, надання психологічної і соціально-педагогічної допомоги всім учасникам освітнього процесу. Фахівці психологічної служби здійснюють соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу, які опинилися у складних життєвих обставинах, перебувають у кризових ситуаціях (постраждали від соціальних, техногенних, природних катастроф, перенесли тяжкі хвороби, стреси, переселення, зазнали насильства тощо); захист конституційних прав і статусу, законних інтересів здобувачів освіти. З алгоритмом дій педагогічних працівників для перенаправлення здобувачів освіти для отримання психологічної допомоги від практичного психолога закладу освіти можна ознайомитись в Додатку №12.

Крім надання психологічної допомоги, фахівці служби проводять профілактичні заходи, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту, управління стресом та запобігання булінгу. Тісна співпраця з вчителями, адміністрацією та іншими фахівцями дозволяє створити інклюзивне освітнє середовище, де кожна дитина почувається безпечно та комфортно. Фахівці психологічної служби системи освіти сприяють формуванню психологічно безпечного освітнього середовища в закладі освіти, відповідно до наказу МОН України від 22.05.2018 № 509 «Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України».

Психологічна безпека освітнього середовища — це фундамент, на якому будується ефективне навчання та особистісний розвиток кожного здобувача освіти. Психологічна компетентність педагогічного працівника є однією зі складових професійного стандарту, та інструментом, який дозволяє створювати та підтримувати безпечний простір для взаємодії та здобуття освіти.

Актуалізація знань в галузі психології та кризового консультування допоможе педагогічним працівникам надавати ефективну психологічну підтримку учасникам освітнього процесу та сформувати психологічну готовність щодо ефективного реагування у разі небезпечної події. В умовах воєнного стану педагогічним працівникам потрібно поглибити ряд ключових знань та навичок, які допоможуть їм ефективно реагувати на небезпечні події та надавати підтримку здобувачам освіти. Цей процес включає в себе обізнаність в алгоритмах реагування на надзвичайні ситуації та вміння застосовувати їх на практиці, включаючи евакуаційні процедури та першу психологічну допомогу. Педагогам важливо знати, як розпізнавати симптоми стресу та тривожності, що можуть вплинути на психічне здоров'я учасників освітнього процесу, та вміти ефективно їх мінімізувати.

Для надання допомоги здобувачам освіти під час та після небезпечної події з метою психоемоційної регуляції педагогам рекомендовано використовувати алгоритм дій, який розміщено в Додатку №13.

Важливим елементом створення психологічно безпечного освітнього середовища є психосоціальна підтримка, що спрямована на збереження та зміцнення психічного здоров'я дітей, попередження психічних розладів та допомогу тим, хто вже має труднощі з психічним здоров'ям. Вона включає в себе аспекти, які стосуються психологічної допомоги, соціальної та освітньої підтримки, а також межсекторальної співпраці.

Роль закладів освіти в цьому процесі носить міжсекторальний характер і передбачає тісну співпрацю з іншими установами, які працюють в сферах охорони здоров'я, соціального захисту, освіти, юстиції, праці та ін.

Психологічно безпечне освітнє середовище в закладі освіти

Це середовище, де відсутнє насильство, де головною орієнтацією всіх його учасників є людина, де надається перевага вільному та взаємовідкритому спілкуванню в рамках демократичних стандартів, де гарантується захист прав кожної особистості та стимулюється розвиток соціально-психологічних компетентностей.

Формула безпеки



6.2 Кризові та стресові ситуації: фізіологічні, когнітивні, емоційні та поведінкові ознаки

Стресові ситуації є невід'ємною частиною життя, а стрес є природною реакцією організму на різноманітні життєві виклики. Кризові ситуації сприймаються людиною як загроза її благополуччю або виклик, з яким важко впоратися, і вимагають від неї адаптації та мобілізації ресурсів. Такі ситуації можуть бути пов'язані з різними аспектами життя, включаючи роботу, стосунки, фінансові труднощі, проблеми зі здоров'ям тощо. Варто пам'ятати, що завжди стрес шкідливий для людини. Існує так званий «еустрес» — позитивний стрес, який мотивує до дій та досягнення цілей. Проте, хронічний стрес, або «дистрес», може мати негативні наслідки для здоров'я. Іноді стрес може перерости в кризу, якщо своєчасно не вживати заходів. Для подолання стресу люди можуть використовувати такі стратегії, як фізична активність, релаксаційні техніки, планування часу, соціальна підтримка тощо.

Стрес — це неспецифічна реакція організму у відповідь на дію (подразник) ззовні, яка перевищує норму; захисна реакція організму та нервової системи на зовнішні подразники, що проявляється психічно, фізично, емоційно та дає змогу адаптуватися до змін.

Стресова ситуація — це обставини або події, що викликають у людини фізіологічну, емоційну чи психологічну реакцію стресу. Стресові ситуації впливають на людину різними способами, і ці впливи можна класифікувати за фізіологічними, когнітивними, емоційними та поведінковими ознаками:

Фізіологічні ознаки стресу

- прискорене серцебиття;
- зміна ритму дихання;
- підвищення артеріального тиску;
- надмірне напруження м'язів;
- пітливість;
- головний біль;
- порушення секреції травних залоз (нудота, біль у животі, діарея або закрепи);
- зміна ваги;
- хронічні захворювання;
- ослаблення імунної системи;
- пришвидшене старіння;
- проблеми зі сном (сонливість або безсоння) тощо.

Поведінкові ознаки стресу

- порушення сну;
- зловживання шкідливими звичками;
- агресивна поведінка;
- зміна соціальних ролей;
- зміни в апетиті;
- адиктивна поведінка;
- соціальна ізоляція;
- зниження продуктивності;
- нервові звички (гризіння нігтів, посмикування волосся або інші повторювані дії) тощо.

Когнітивні ознаки стресу

- зниження концентрації уваги;
- труднощі із зосередженням, підвищене відволікання, звуження поля уваги;
- порушення мисленнєвих процесів;
- труднощі у прийнятті рішень;
- зниження творчого потенціалу;
- погіршення показників оперативної пам'яті;
- проблеми у відтворенні інформації;
- проблеми з пам'яттю (труднощі з запам'ятовуванням або пригадуванням інформації);
- негативні думки (схильність до катастрофічних сценаріїв або песимістичного мислення);
- втрата сенсу життя;
- розгубленість: важко приймати рішення або організовувати думки тощо.

Емоційні ознаки стресу

- зміна загального емоційного фону (похмурий настрій, відчуття туги, неспокій, підвищена тривожність та ін.);
- виражені негативні емоції (роздратованість, приступи гніву, відчуженість та ін.);
- характерологічні зміни (зниження самооцінки, посилення інтроверсії);
- виникнення невротичних станів (невроз тривожного очікування, астенічний невроз та ін.);
- почуття провини тощо.

Травматичний стрес — це складна система реакцій на подію, яку людина на особистому рівні сприймає як травматичну. Для травматичного стресу характерне надзвичайно сильне відчуття жаху, безпорадності, безсилля будь-що вчинити, втрата контролю, втрата відчуття безпеки.

Для надання допомоги здобувачам освіти під час освітнього процесу у випадку гострої стресової реакції рекомендовано використовувати алгоритм дій, який розміщено в Додатку №14.

Травматичні реакції виникають тоді, коли звичні дії не дають результату, коли не можливий опір. Система самозахисту людини виходить із ладу, не спрацьовують звичні стратегії пристосування до життя. Саме травматичний стрес може запустити реакції «бий», «біжи» або «завмри».

Чинники, що можуть посилити травматичний стрес

- сприйняття того, що сталося як крайньої несправедливості, неможливості й такого, що виходить за межі людського досвіду;
- нездатність та / або неможливість у будь-який спосіб протистояти ситуації;
- наявність у минулому невдалого досвіду подолання травматичних ситуацій;
- поведінкова пасивність;
- фізична перевтома, соматичні захворювання;
- відсутність підтримки.

Чинники, що можуть послабити травматичний стрес

- сприйняття того, що сталося, як можливого;
- наявність позитивного досвіду самостійного вирішення складних життєвих ситуацій;
- поведінкова активність;
- задовільне фізичне самопочуття;
- підтримка від оточення.

Часті або хронічні стресові ситуації можуть перевантажувати нервову систему, що в результаті може викликати панічні атаки. З алгоритмом самодопомоги у випадку панічної атаки можна ознайомитись в Додатку №15. Для надання допомоги здобувачам освіти під час освітнього процесу у випадку панічної атаки рекомендовано використовувати алгоритм дій, який розміщено в Додатку №16.

На відміну від стресових ситуацій, кризові — набагато глибші за своїм впливом на людину. Якщо стрес — це скоріше реакція на повсякденні виклики, то криза — це серйозна загроза для благополуччя людини, яка має тривалий характер, може призвести до значних змін для особистості, у міжособистісних стосунках, світогляді та вимагає мобілізації всіх ресурсів. Тому, для подолання кризи потрібна спеціалізована допомога: психологічне консультування, терапія, підтримка з боку фахівців (лікарі, психологи, соціальні працівники тощо) та підтримка з боку близьких.

Криза — це гострий, обмежений у часі феномен, який суб'єктивно переживається як приголомшлива емоційна реакція на стресову ситуацію або подію, соціальну ситуацію або подію, катастрофу, стихійне явище або суб'єктивне сприйняття цієї події.

Кризова ситуація — це подія або серія подій, що мають надзвичайний, критичний характер і значно впливають на людину, викликаючи відчуття неспроможності впоратися з нею звичайними способами.

Стресові та кризові ситуації пов'язані з негативними переживаннями і вимагають від людини адаптації, але між ними існують суттєві відмінності.

Відмінності кризових та стресових ситуацій

Характеристика	Стресова ситуація	Кризова ситуація
Інтенсивність	Середня, тимчасова напруга	Висока, гостра, загрозлива
Тривалість	Відносно коротка, може повторюватися	Довготривала, може радикально змінити життя
Вплив на життя	Обмежений вплив на окремі сфери	Глибокий вплив на всі сфери життя
Ресурси для подолання	Власні ресурси, релаксаційні техніки	Професійна допомога, підтримка оточення

Розпізнавання та розуміння стресових та кризових ситуацій надає можливість людині вчасно звернутися за допомогою, якщо ситуація виходить за межі можливостей, знайти власні способи подолання, обрати найбільш оптимальні стратегії, та запобігти розвитку більш серйозних проблем, таких як депресія, тривожні розлади чи психологічна травма.

Психологічна травма

Травма, що виникла в результаті дії на психіку людини особисто значущої інформації; емоційна дія, яка спричинила психічний розлад; шкода, нанесена психічному здоров'ю людини в результаті інтенсивного впливу несприятливих факторів середовища або гостроемоційних, стресових впливів інших людей на її психіку. Травматична інтерпретація у всіх різна, адже люди по-різному реагуватимуть на ту саму ситуацію. Це переважно залежить від індивідуальних, характерологічних, вікових та особистісних особливостей та попереднього досвіду людини.

Формування психологічної травми



6.3 Конструктивне спілкування та взаємодія в закладі освіти

Створення психологічно безпечного освітнього середовища неможливе без побудови конструктивного спілкування в закладі освіти. Це є ключовим елементом, що сприяє розвитку довіри, взаємоповаги та співпраці між усіма учасниками освітнього процесу. Коли учасники освітнього процесу відчувають, що можуть вільно висловлювати свої думки та почуття без страху осуду чи негативних наслідків, вони стають більш відкритими і готовими до взаємодії. Конструктивне спілкування сприяє вирішенню конфліктів, які можуть виникати під час освітнього процесу і запобіганню булінгу. Вміння ефективно спілкуватися дозволяє вирішувати непорозуміння та суперечки мирним шляхом, знаходячи компромісні рішення. Це зменшує рівень агресії та напруги, створюючи більш гармонійне та спокійне середовище.

Також конструктивне спілкування сприяє розвитку соціально-емоційних навичок здобувачів освіти. Вміння слухати, висловлювати свої думки і емоції, вести діалог і аргументувати свою позицію є важливими навичками, які формуються в процесі взаємодії. Ці навички допомагають не тільки в освітньому процесі, але й у повсякденному житті, сприяючи особистісному та професійному зростанню. Крім цього, конструктивне спілкування підвищує рівень залученості та мотивації до навчання. Коли здобувачі освіти відчувають, що їх думку почуто й враховано, вони стають більш мотивованими і залученими до освітнього процесу. Це позитивно впливає на академічну успішність.

Взаємодія між членами команди реагування та іншими працівниками закладу освіти впливає на підготовку до реагування на надзвичайні ситуації.

Ефективна взаємодія в кризових ситуаціях між учасниками освітнього процесу:

- допомагає створити мережу підтримки, де учасники можуть ділитися своїми переживаннями, отримувати емоційну підтримку та ресурси, що сприяє їхньому психологічному благополуччю;
- дозволяє ефективно координувати дії, забезпечувати безпеку учасників освітнього процесу та вирішувати логістичні питання;
- сприяє швидкому виявленню та вирішенню поточних проблем, де учасники освітнього процесу можуть обговорювати питання, що виникають, і спільно шукати рішення;
- допомагає розвивати відчуття спільності та співпраці, що є важливим для емоційної стійкості учасників, що є особливо значущим для дітей, які відчувають себе більш захищеними та впевненими, коли бачать, що дорослі діють злагоджено та підтримують один одного.

Метод ненасильницького спілкування (ННС) — це стратегія спілкування, яка базується на принципах поваги, емпатії, співробітництва і взаєморозуміння. Його також називають «гуманним спілкуванням» або «спілкуванням з використанням внутрішньої сили». Метод був розроблений Маршалом Розенбергом (Marshall Bertram Rosenberg) на початку 1960-х років. Головна ідея методу полягає в тому, що конфлікти можна вирішити без використання агресії або насильства, а шляхом встановлення ефективного спілкування, взаєморозуміння і співробітництва між сторонами.

Усвідомивши вагу слів, Ви знайдете спільну мову з будь-ким, будь-де, будь-коли — як в особистому, так і в професійному житті.

Маршал Розенберг сформулював чотири правила спілкування без агресії, опираючись на гуманістичну філософію Махатми Ганді й на дослідження американського психолога Карла Роджерса, засновника методу клієнт-центрованої психотерапії.

4 правила спілкування без агресії

1. Спостереження без оцінок і суджень через факти

Намагайтеся спостерігати нейтрально, без оцінювання.

2. Почуття

Важливо розуміти і враховувати почуття — як власні, так і оточуючих.

3. Потреби

За кожною емоцією приховується певна інформація про потреби. Саме в потребах криються джерело та причини почуттів.
Коли мої потреби задоволені, я відчуваю: радість, наповненість, захоплення, бадьорість, задоволення, насолоду, цікавість, ентузіазм, піднесення, вдячність, щастя, надію.
Коли мої потреби не задоволені, я відчуваю: сум, біль, розчарування, роздратованість, напруження, відчай, самотність, стурбованість, тривогу, збентеження, страх, безпорадність, безнадію, образу.

4. Прохання (звернення) не є вимогою

Якщо людина під час комунікації буде орієнтуватись виключно на свої почуття та потреби, в комунікації буде агресивний підтекст. Якщо ж орієнтуватись лише на почуття й потреби інших, то може накопичуватись пасивна агресія. Важливо пам'ятати, що комунікація — це двосторонній процес.

Кожна критика — це вираження незадоволеної потреби. Якщо людина починає вас критикувати, то в неї теж є певна незадоволена потреба

Процес ННС:

- конкретні дії, які ми спостерігаємо;
- наші почуття з приводу того, що ми спостерігаємо;
- потреби, цінності, бажання, що формують наші почуття;
- конкретні дії.

Конфлікт — зіткнення протилежних інтересів і поглядів, напруження і крайнє загострення суперечностей.

Ієрогліф «криза» (або конфлікт) складається з 2 частин:
ЗАГРОЗА і МОЖЛИВІСТЬ



Алгоритм ННС

Ваші почуття (я відчуваю)	Факт (коли...)	Потреба (для мене важливо)	Потреби та почуття іншої людини, прохання або ефективний план дій
Я злюсь	коли мої речі не на своїх місцях	порядок у домі, важливо, що мою працю поважають	Я розумію, що для тебе важливий комфорт та твій особистий простір, і тобі важливо підтримувати той порядок речей, який зараз є. Я поважаю твій вибір. Чи можеш ти прибирати свої речі один раз на тиждень, коли тобі зручно?

Коли ми просимо про щось, то маємо бути готовими отримати відмову.
Варто пам'ятати про важливість двосторонньої комунікації — важливо вміти домовитися та бути гнучкими. Конфлікти є невід'ємною частиною життя. Сприйняття конфліктних ситуацій та реакція на них здебільшого зумовлені попереднім досвідом людини. Важливо розуміти, що сам конфлікт не є головною проблемою, ключове значення має саме те, як людина на нього реагує. Якщо людина бачить в конфлікті загрозу для себе, то її реакція буде відповіддю саме на загрозу, а не на ті події, які відбуваються. Якщо розглядати конфлікт як можливість вирішити суперечності, ставлення до нього стає більш спокійним і конструктивним. Крім того, ефективність реакції на конфлікт багато в чому залежить від здатності його вирішувати, а це вміння можна і потрібно вдосконалювати.

Модель конфлікту Томаса Кілманна

У 1974 році дослідники Кеннет В. Томас і Ральф Х. Кілманн провели дослідження конфліктів на робочому місці і виявили п'ять основних способів вирішення конфліктів. Ці способи утворили основу Інструменту моделі конфлікту Томаса Кілманна та Моделі вирішення конфліктів, які включають два підходи: асертивність і співпраця.



Дієвим способом вирішення конфліктних ситуацій є медіація.

Медіація — це спосіб вирішення суперечки шляхом переговорів за участю посередника-медіатора.

Сутність медіації полягає у вирішенні конфліктів за участі посередника, який має відповідну підготовку, є незалежним та організовує переговори з метою сприяння комунікації та створення умов, щоб досягти взаєморозуміння.

Фасилітація — це організація процесу колективного розв'язання проблем у групі, що полегшує процес спільного прийняття рішення.

Педагог-фасилітатор — це організатор процесу колективного розв'язання проблем у мікрогрупах. Його завдання - сприяти, допомагати, полегшувати. Такий педагог створює комфортну атмосферу в групі, полегшуючи комунікацію та працює на основі принципів поваги та толерантності.

Фасилітація у закладі освіти передбачає 5 аспектів:

- Індивідуальний підхід педагога до кожного здобувача освіти.
- Створення позитивного середовища в закладі освіти, що базується на принципах справедливості, довіри та поваги.
- Віра в здібності здобувача освіти, в здібності педагога, довіра до адміністрації закладу освіти.
- Прийняття та толерантне ставлення до інакшості та вирішення конфліктів без застосування насильства.
- Увага до конфліктних ситуацій: в разі непорозумінь у групі або суперечок, конфлікти мають розглядатись конструктивно, ігнорування чи замовчування не є конструктивними стратегіями.

6.4 Емоційна саморегуляція педагога в стресових та кризових ситуаціях

Контроль над власними емоціями є щоденною практикою кожного педагога. Рутинні виклики, з якими стикаються педагоги, вимагають високого рівня емоційної саморегуляції: підготовка до уроків, спілкування з батьками, вирішення конфліктних ситуацій, багато додаткового навантаження неминуче впливають на емоційний стан. В умовах стресових та кризових ситуацій управління власними емоціями набуває надважливого значення. Вміння контролювати свої емоції допомагає педагогам не лише зберігати власне психічне здоров'я та благополуччя, а й створювати сприятливу атмосферу для здобувачів освіти, що є значущим для їхнього навчання та розвитку.

Значення емоційної саморегуляції педагога в контексті психологічно безпечного освітнього середовища

Вплив на стан здобувачів освіти

Педагог, який ефективно контролює свої емоції та поведінку, створює сприятливу атмосферу для навчання.

Приклад для здобувачів освіти

Педагогічний працівник, який демонструє емоційну стабільність у стресових ситуаціях, є прикладом управління емоційним станом.

Краще прийняття рішень

Людина в спокійному, врівноваженому стані здатна краще аналізувати ситуацію та приймати обдумані рішення, що допомагає уникнути багатьох небажаних ситуацій.

Зниження ризику вигорання

Стрес та кризові ситуації можуть призвести до емоційного вигорання педагогічного працівника. Емоційна саморегуляція допомагає знизити цей ризик, дозволяючи успішно керувати емоціями та рівнем стресу.

Емоційний стан педагога безпосередньо впливає на якість освітнього процесу та безпеку здобувачів освіти — психологічну під час освітнього процесу, та фізичну — в умовах кризового реагування. Коли педагог перебуває у стані стресу або емоційного виснаження, це негативно позначається на атмосфері в класі та ефективності навчання. Тому важливо вміти розпізнавати свої емоції та вчасно їх нормалізувати.

Способи розпізнавання власних емоцій

Самоаналіз — допомагає усвідомити свої емоції та їх вплив на поведінку. Ведення щоденника емоцій може стати корисним інструментом. Записуючи свої почуття, думки та ситуації, що їх викликають, можна виявити закономірності і краще зрозуміти, як реагувати на різні події.

Увага до фізичних відчуттів — емоції часто мають фізичні прояви. Наприклад, стрес може викликати напруження м'язів, прискорене серцебиття або підвищене потовиділення. Звертаючи увагу на своє тіло, можна розпізнати емоції ще до того, як вони стануть надто сильними.

Відстеження тригерів — важливо розпізнавати ситуації, які викликають сильні емоції. Це можуть бути певні люди, місця або події. Знання своїх тригерів допомагає підготуватися до ситуацій, де вони можуть зустрітися, та спланувати свої реакції чи стратегії поведінки.

Рефлексія — регулярна рефлексія над власними реакціями та поведінкою допомагає краще розуміти себе. Це можна робити через медитацію, практику усвідомленості або просто виділяючи час для роздумів.

Емоційне вигорання є серйозною проблемою, яка може негативно впливати на професійну діяльність педагогів. Відсутність належних механізмів емоційної саморегуляції призводить до виснаження, втрати мотивації та ефективності.

Емоційне вигорання — це реакція на постійний стрес, пов'язаний з інтенсивними емоційними ситуаціями та великим обсягом комунікації. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, вигорання — це синдром, що виникає в результаті постійного стресу на робочому місці, з яким важко впоратися.

Цей синдром може виникати у будь-якій професії, але найчастіше відчувають його ті, хто працює у сфері «людина-людина», де необхідно постійно спілкуватися, що актуально для педагогів. Потреба бути на зв'язку, слухати інших, висловлювати свої думки, відстоювати позиції, виправдовувати очікування, конкурувати та показувати відмінні результати — все це може спричинити емоційне вигорання.

Стадії вигорання та симптоми, що їм притаманні

Напруга

Постійне почуття виснаження або втоми, яке призводить до порушення сну, зниження імунітету, проблем з концентрацією уваги.

Резистенція

Інтелектуальна та емоційна дистанція від професійних обов'язків через відчуття негативу та цинізму щодо ситуацій, пов'язаних з роботою, відірваність від колективу, відсутність мотивації, негативне сприйняття реальності.

Виснаження

Зниження професійної ефективності, внаслідок якого розвивається відчуття неспроможності, з'являються сумніви у власних здібностях і компетентності.

Алгоритм реагування на професійне вигорання (Додаток №17)

Що таке професійне вигорання?

Професійне вигорання

Виснаження емоційних, розумових і енергетичних ресурсів людини, яке розвивається на тлі сильного хронічного стресу в роботі.

Ознаки професійного вигорання

Психофізичні

- хронічна втома;
- зниження активності;
- емоційне виснаження;
- порушення сну та безсоння;
- головні болі; нудота;
- втрата апетиту;
- проблеми зі шлунком чи кишківником.

Соціально-психологічні

- порушення сну;
- зловживання шкідливими звичками;
- агресивна поведінка;
- зміна соціальних ролей;
- зміни в апетиті;
- адиктивна поведінка;
- соціальна ізоляція;
- зниження продуктивності;
- нервові звички (гризіння нігтів, посмикування волосся або інші повторювані дії) тощо.

Що робити?	Як робити?
Не приховувати емоції	Шукайте підтримку у рідних, близьких, колег.
Займатися фізичною працею	Підтримуйте своє фізичне здоров'я та намагайтеся тримати себе у формі. Дбайте про збалансоване харчування, повноцінний відпочинок, ведіть здоровий спосіб життя.
Пам'ятати про відпочинок	Робіть невеликі перерви у роботі. Переключайтеся на інші види діяльності.
Займатися творчістю	Приділяйте час для хобі або заняття, якому зможете присвячувати свій вільний час. Системність занять надасть відчуття впевненості та стабільності.
Навчитися розслаблятися	Опануйте прийоми саморегуляції та керування стресом.
Звернутися до фахівця	Коли виникає розуміння, що самостійно справитися з проблемою професійного вигорання не вдається — звертайтесь по допомогу до спеціалістів: психолога або психотерапевта.

Що робити далі?

- Опануйте навички тайм-менеджменту.
- Правильно розставляйте пріоритети та цілі.
- Не намагайтеся бути найкращим/кращою завжди та в усьому.
- Розробіть чіткі стратегії, які допоможуть вам справитись зі стресом (турбота про себе, збалансоване харчування, здоровий сон тощо).
- Регулярні перерви в роботі, поряд зі щоденними вправами на відновлення, можуть допомогти вам у боротьбі з вигоранням.

РОЗДІЛ 7

ТРАВМОФОКУСОВАНИЙ ПІДХІД

В ДІЯЛЬНОСТІ ПЕДАГОГА



7.1 Сутність та принципи травмофокусованої підтримки

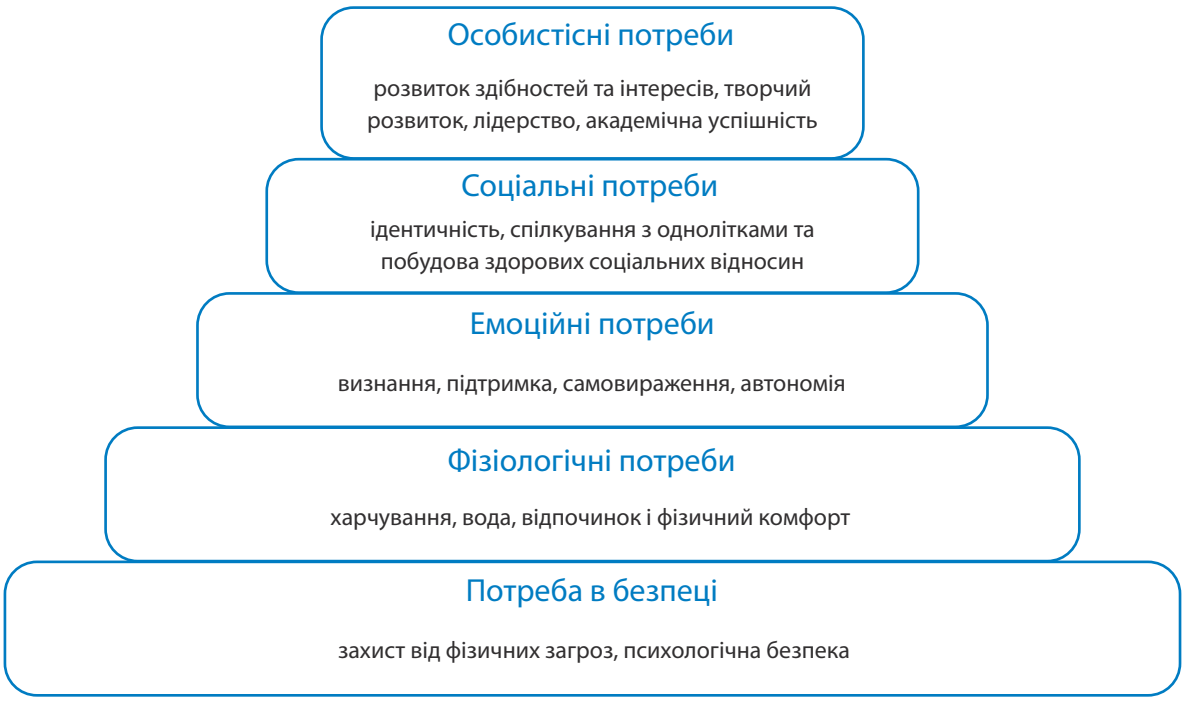
Травматичні події залишають стійкий слід у психологічному розвитку людини, впливаючи на її емоційний стан і поведінку. Сьогодні здобувачі освіти стикаються з численними травматичними подіями та втратами, такими як життя в постійному страху за особисту безпеку та безпеку своєї сім'ї, страх зазнати насильства, страждання від розлучення з членами родини та іншими стресовими ситуаціями. Можливо, їм доводилося швидко втікати від війни, залишивши свій дім, заклад освіти, друзів і родичів. Така травматична подія може залишити психологічні симптоми, які не зникатимуть тривалий час. Травматичний досвід може супроводжувати людину роками, мати глибокий вплив на поведінку, здатність до навчання та взаємодію з оточуючими. Для дітей та молоді, які переживають такі події, важливо забезпечити підтримку та допомогу, щоб вони могли впоратися зі своїми емоціями, адаптуватися до нових умов життя та навчання, а також знайти шлях до відновлення.

Тому, педагогічна підтримка, яка орієнтується на травмофокусований підхід, стає все більш актуальною та необхідною для забезпечення успішного навчання та благополуччя. Травмофокусований підхід у педагогічній діяльності можна розглядати як один з методів роботи, який враховує психологічний стан здобувачів освіти, які зазнали травматичних подій, і допомагає їм краще адаптуватися до освітнього процесу. Травмофокусована педагогічна підтримка спрямована на адаптацію навчальних методів та матеріалів, враховуючи індивідуальні потреби здобувачів освіти для створення умов, за яких вони зможуть досягати академічного прогресу.

Сутність травмофокусованої педагогічної підтримки полягає в:

- розумінні того, як травматичні події можуть впливати на поведінку, навчання та емоційний стан здобувачів освіти;
- забезпеченні фізичної та психологічної безпеки;
- наданні емоційної підтримки, допомоги здобувачам освіти розуміти свої почуття та управляти ними;
- врахуванні індивідуальних потреб і особливостей;
- взаємодії з іншими фахівцями з питань психічного здоров'я.

Забезпечення основних потреб здобувачів освіти при травмофокусованому підході базується на моделі ієрархії потреб, подібній до піраміди Маслоу, але адаптованої до особливих потреб осіб, які пережили травматичні події. Кожен рівень цієї піраміди будується на основі попереднього, створюючи цілісний підхід до підтримки здобувачів освіти:



Ця піраміда допомагає створити структурований підхід до підтримки здобувачів освіти, які пережили травматичні події, забезпечуючи їх фізичні, психологічні, соціальні та академічні потреби в освітньому процесі.

Вплив травматичної події на навчання, поведінку та соціальні відносини в закладі освіти

Академічна успішність

Травма, що виникає внаслідок пережитого негативного досвіду, може впливати на розвиток основних навичок необхідних для академічної успішності. Здатність учнів до читання, письма, розв'язування математичних задач та спілкування залежить від таких факторів, як сприймання, увага, пам'ять, мотивація до навчання та впевненість у власних силах. Травма може негативно впливати на мовні та комунікативні навички, здатність виконувати навчальні завдання та інструкції, систематизацію та запам'ятовування нової інформації, а також розуміння причинно-наслідкових зв'язків.

Поведінкові прояви

Для деяких здобувачів освіти, які пережили травматичні події, освітнє середовище може стати «майданчиком для боротьби», де їхнє уявлення про світ як небезпечне місце впливає на здатність зберігати спокій і регулювати свою поведінку в групі. Для того щоб почувати себе в безпеці та контролювати ситуацію психіка створює захисні поведінкові механізми, які виражаються в непередбачуваній поведінці. Незалежно від того, чи дитина екстерналізує (діє) чи інтерналізує (замикається в собі), її поведінкова реакція на травму може призвести до втрати часу на навчання та напружених стосунків з педагогами та однолітками.

Соціальні зв'язки

У здобувачів освіти які постраждали внаслідок травматичної події може втрачатись або суттєво змінюватись відчуття безпечності світу. Зникає довіра до оточуючих, що суттєво впливає на побудову та розвиток міжособистісних стосунків.

Створення психологічно безпечного освітнього середовища в закладі освіти передбачає застосування принципів травмофокусованої педагогічної підтримки, що спрямовані на захист психологічного благополуччя учасників освітнього процесу та попередження можливих травматичних наслідків від негативних досвідів.

7 основних принципів травмофокусованої педагогічної підтримки

Безпечне середовище

Створення сприятливого та безпечного середовища для всіх учасників освітнього процесу, де вони можуть відчувати себе в безпеці: фізично та психологічно.

Емпатія та підтримка

Розуміння та врахування емоційних потреб учасників освітнього процесу, надання підтримки та співчуття у випадках стресу чи травматичних подій.

Інклюзія та повага

Створення інклюзивного середовища, де кожен учасник є важливим та відчуває підтримку.

Самовираження та самовизначення

Заохочення самовираження та самовизначення учасників освітнього процесу, сприяння їхньому особистісному розвитку та самореалізації.

Партнерство та співпраця

Розвиток партнерських відносин та співпраці між усіма учасниками освітнього процесу, зокрема педагогів, учнів, батьків та інших.

Професіоналізм та компетентність

Забезпечення високого рівня професіоналізму та компетентності педагогів з питань психологічної безпеки та травмофокусованої педагогічної підтримки.

Постійне навчання та розвиток

Підтримка безперервного навчання та професійного розвитку учасників освітнього процесу у питаннях психологічної безпеки та травмофокусованої педагогічної підтримки.

7.2 Перша психологічна допомога під час надзвичайної ситуації. Алгоритми дій

Перша психологічна допомога — це сукупність заходів загальнолюдської підтримки та практичної психологічної допомоги людям, які зазнали впливу значних стресорів. Її надання не передбачає значної професійної підготовки, достатньо педагогічних знань, отриманих в межах загальноосвітнього психологічного інформування, і природної здатності проявляти співчуття, людяність.

Важливою характеристикою першої психологічної допомоги є її простота. Потреба у першій психологічній допомозі залежить від глибини впливу події на людину. Ступінь впливу зазвичай визначається як незначний, помірний, тяжкий. У більшості випадків перша психологічна допомога надається під час тяжкого впливу психотравмуючої події на особу. Саме оцінка поведінки постраждалого є вирішальною для прийняття рішення про надання першої психологічної допомоги. Перша психологічна допомога визначає гуманні, підтримуючі заходи реагування на страждання особи, яка може потребувати підтримки.

ППД включає такі елементи:

- ненав'язливе надання практичної допомоги та підтримки;
- оцінювання потреб і проблем;
- надання допомоги в задоволенні базових потреб (наприклад: їжа, вода, інформація);
- слухання людей, не примушуючи їх говорити;
- розрада та заспокоєння людей;
- надання допомоги в отриманні інформації, встановленні зв'язку із службами та структурами соціальної підтримки;
- захист людини від подальшої шкоди.

Завдання ППД:

- формувати відчуття безпеки, зв'язку з іншими людьми, спокою і надії;
- сприяти доступу до соціальної, фізичної та емоційної підтримки;
- зміцнювати віру в можливість допомогти собі та оточуючим.

Етичні правила надання ППД:

- зберігайте конфіденційність та утримуйтеся від розголошення отриманих від людини даних;
- враховуйте культурні, вікові та гендерні особливості кожної особи;
- позбудьтесь власних упереджень;
- чітко поясніть особі, що навіть якщо вона відмовиться від допомоги зараз, вона може звернутися за нею пізніше.

Забезпечуючи ППД не можна:

- надавати неправдиві обіцянки або передавати недостовірну інформацію;
- намагатися нав'язати свою допомогу, проявляти настирливість і нахабство;
- змушувати людину розповідати про свої переживання;
- висловлювати судження щодо дій та почуттів людини;
- просити у людини гроші або послуги в обмін на надання допомоги.

Працюючи в межах ППД важливо дотримуватися певних принципів, які допоможуть правильно оцінити ситуацію в кризових обставинах, забезпечити власну безпеку на місці події, знайти підхід до постраждалих, зрозуміти їх потреби та перенаправити їх туди, де вони можуть отримати практичну допомогу та інформацію.

Принципи надання ППД

Спостерігайте:

- перевірте умови безпеки;
- перевірте, чи є люди, які потребують екстреної медичної допомоги або особливої турботи та захисту;
- перевірте, чи є люди у стані стресу.

Слухайте:

- встановіть контакт;
- запитайте, чим допомогти;
- вислухайте;
- залишайтеся поруч.

Спрямовуйте:

- допомагайте задовольняти базові потреби;
- допомагайте налагодити зв'язки з відповідними службами.

Під час надання ППД необхідно:

- знайти для розмови тихе місце, де ніщо не відволікатиме;
- поважати конфіденційність і не розголошувати особисті відомості;
- бути поруч із людиною, але дотримуватися необхідної дистанції з урахуванням її віку, статі та культури;
- показувати зацікавленість під час слухання, наприклад, кивком голови чи вимовляючи короткі підтверджувальні репліки;
- бути терплячим і спокійним;
- надавати фактичну інформацію, чесно говорити про свої знання: «Я не знаю, але спробую для вас дізнатися»;
- надавати інформацію зрозумілою мовою, простими словами;
- висловлювати співпереживання людям, які говорять вам про свої почуття, перенесену втрату чи важливі події (втрата будинку, смерть близької людини тощо);
- надати людині можливість помовчати.

ППД можна надавати у відносно безпечному місці:

- відразу на місці події;
- у місцях, де надається допомога постраждалим: у медичних установах, притулках для біженців, освітніх закладах, пунктах розподілу продуктів та інших місцях;
- під час проведення масових заходів або у ситуаціях, коли відбувається масова концентрація людей.

Перед початком надання допомоги переконайтесь у власній безпеці.

Важливо утримуватись від вживання таких фраз, як: «Заспокойтесь», «Припиніть плакати», «Візьміть себе в руки», «Що з тобою не так?», «Ви не повинні так думати» або «Радійте, що вижили».

Алгоритм надання першої психологічної допомоги в кризових та стресових ситуаціях під час освітнього процесу

ППД

Це сукупність заходів загальнолюдської підтримки та практичної психологічної допомоги людям, які зазнали впливу значних стресорів.

Мета ППД

Надання підтримки, зняття психоемоційного напруження, формування відчуття безпеки та зв'язку з іншими людьми.

ППД передбачає	Надається
• надання ненав'язливого, делікатного практичного нагляду і підтримки; • проведення оцінки потреб та переживань; • надання допомоги щодо задоволення базових потреб людини (їжа, вода тощо; • утішання та заспокоєння; • надання допомоги щодо пошуку та користування інформацією, послугами та засобами підтримки; • забезпечення захисту від можливої подальшої небезпеки і шкоди.	Під час тяжкого впливу психотравмуючої події на особу: • під час кризової події, або відразу після неї; • переживання втрати; • в умовах небезпечної ситуації.

Алгоритм надання ППД в кризових та стресових ситуаціях

- Перевірте умови безпеки. Перевірте, чи потребує людина екстреної медичної допомоги. Медична допомога та фізична безпека — першочергові потреби, які необхідно задовольнити. Якщо Ви бачите, що людина потребує допомоги медичних працівників, зверніться по допомогу. Попередьте людину, що зараз ви маєте покликати лікаря. Якщо людина медичної допомоги не потребує, тоді надаємо ППД.
- Підійдіть до потерпілого таким чином, щоб потрапити в його поле зору, але на безпечну відстань (витягнутої руки / ноги). Підлаштуйтесь до людини: якщо людина сидить, то сядьте поруч, якщо знервовано ходить, почніть ходити разом з нею в тому ж темпі.
- Встановіть контакт: назвіть своє ім'я та запитайте як звати людину. Запитайте дозвіл, щоб поговорити. Запитайте, чи потрібна допомога. Коментуйте все, що ви будете робити, кожну вашу дію.
- Якщо людина не реагує — потисніть їй руку в рівному темпі і при цьому попросіть потиснути вам руку у відповідь.
- Дотримуйтесь необхідної дистанції відповідно до віку, статі та культури; спитайте дозвіл, якщо необхідно обійняти людину.
- Допоможіть знайти додаткову опору. Це може бути стілець, стіна, Ваша рука тощо.
- Запитайте у людини, що трапилося, поясніть де ви знаходитесь. Надавайте інформацію зрозумілою мовою, простими словами. Демонструйте зацікавленість, киваючи головою чи вимовляючи короткі підтверджувальні репліки. Проявляйте терпіння і спокій.
- Підкресліть, що ситуація вже завершилася.
- Для відновлення у людини відчуття контролю спонукайте її до активних самостійних дій: наприклад, попросіть порахувати кількість стільців навколо. Можна використати техніку «Три так» для встановлення ефективного контакту: поставити послідовно три прості запитання, на які людина з великою ймовірністю відповість «так».
- Застосовуйте техніки «заземлення», наприклад, техніку керованого дихання.
- Використовуйте фрази «я з тобою», «ти в безпеці». Утримуйтесь від обіцянок, які ви не можете виконати.
- У разі прояву у людини поведінкових або емоційних реакцій заспокойте її словами: «це нормальна реакція на ненормальні обставини».
- Плач не потрібно заспокоювати.
- Якщо людина знаходиться у стані ступору, застосуйте подразники: проведіть рукою перед її очима, дайте людині в руки щось холодне / гаряче, помасажуйте їй точки на чолі над очима рівно посередині між лінією росту волосся і бровами.
- Допоможіть людині задовільнити базові потреби.
- У разі бажання людини побути на самоті, дозвольте їй це зробити, але тримайте людину у полі зору.
- Переадресуйте людину, якій надаєте допомогу, до фахівця, який буде далі її супроводжувати, відповідно до ситуаці.

Особливості надання ППД дітям та підліткам:

- розмову ведіть на рівні очей дитини: для цього сядьте або присядьте;
- допоможіть дитині проговорити свої проблеми та запитання;
- слухайте уважно та перепитуйте в дитини, чи ви правильно зрозуміли її;
- пам'ятайте, що діти можуть проявляти регресію у розвитку, у поведінці чи використанні мовлення під час кризових ситуацій;
- підлаштуйте своє мовлення до рівня розуміння дитини, відповідно до її віку;
- висловлюйтеся чітко і просто;
- з підлітками розмовляйте так, як «дорослий із дорослим» (так ви даєте їм зрозуміти, що з повагою ставитесь до їхніх почуттів, проблем та запитань).

7.3 Соціально-емоційне навчання

Соціально-емоційне навчання — це набуття навичок розпізнавати емоції та керувати ними, ставити та досягати цілі, відчувати та проявляти емпатію до інших, формувати та зміцнювати підтримуючі стосунки та приймати відповідальні, турботливі рішення та конструктивно вирішувати міжособистісні ситуації.

Соціально-емоційне навчання — невід'ємна складова освіти та розвитку особистості, завдяки якій і молодь, і дорослі набувають і застосовують знання та навички, а також формують свої погляди та встановлюють зв'язки, що сприяють розвитку здорової самоідентифікації, допомагають управляти емоціями й досягати особистих та спільних цілей.

СЕН-підхід — це сукупність програм, технологій, інструментів в освіті, що зосереджуються на розвитку соціально-емоційних навичок дітей і дорослих задля їх кращої соціальної інтеграції, досягнення життєвого успіху та благополуччя.

Ефективний підхід до соціально-емоційного навчання включає п'ять основних компетенцій (методологія CASEL2)

Побудова стосунків	Здатність встановлювати та підтримувати здорові стосунки та ефективно орієнтуватися в середовищі з різними людьми та групами: • розбудова позитивних відносин, ефективна комунікація; • виявлення культурної компетентності; • виявлення навичок командної роботи та колективного вирішення проблем; • уміння конструктивно вирішувати конфлікти; • виявлення навичок лідерства; • відстоювання інтересів та прав інших.
Соціальна свідомість	Здатність розуміти позицію інших, співпереживати: • сприйняття поглядів інших; • виявлення емпатії, турботи про почуття інших; • виявлення різноманітних соціальних норм, у тому числі несправедливих; • розуміння впливу систем та організації на поведінку.
Самоусвідомлення	Здатність розуміти власні емоції, думки і цінності та їхній вплив на ситуацію: • визначення особистих, культурних та мовних цінностей; • розуміння власних емоцій; • розуміння зв'язку між почуттями, цінностями і думками; • розуміння стереотипів та упереджень; • розвиток інтересів; • розвиток мислення зростання (націленість на постійний розвиток).
Самоуправління	Здатність управляти емоціями, думками та ефективно поводитись задля досягнення цілей: • управління емоціями; • визначення та використання стратегій управління стресом: • виявлення самодисципліни та самомотивації; • встановлення власних та групових цілей; • навички планування та організації; • ініціативність.
Прийняття відповідальних рішень	Здатність робити конструктивний вибір відносно власної поведінки та соціальної взаємодії: • визначення шляхів розв'язання особистих або соціальних проблем; • виявлення цікавості та відкритості; • вміння прийняти рішення на основі оцінювання фактів, інформації та даних; • передбачення та оцінювання наслідків своїх дій; • застосування навичок критичного мислення; • оцінювання особистого, міжособистісного, громадського впливів; • розуміння своєї ролі в сприянні особистісному, сімейному та громадському добробуту.

Чому СЕН — це важливо?

Дослідження свідчать, що соціально-емоційне навчання має такий вплив:

- покращує академічні досягнення;
- зростає відвідуваність занять;
- сприяє позитивним змінам в поведінці дітей, мотивації їх до навчання;
- підвищує рівень безпеки , знижується рівень цькування, випадки неправомірної поведінки;
- поліпшує міжособистісне спілкування педагогів та учнів між собою;
- допомагає у конструктивному розв'язанні конфліктів.

Соціально-емоційне й етичне навчання (СЕЕН) — це інноваційна навчальна програма для дітей і підлітків від дошкільного до старшого шкільного віку, розроблена Університетом Еморі. СЕЕН (SEE Learning™) надає освітянам інструменти, необхідні для розвитку соціально-емоційних навичок здобувачів освіти і педагогів.

СЕЕН — це провідна в світі програма в рамках СЕН-підходу. Пілотування програми СЕЕН в Україні здійснює громадська організація «ЕдКемп Україна» з 2019 року за участі Інституту модернізації змісту освіти, Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України та за підтримки GIZ Civil Peace Service Ukraine (Громадська служба миру — GIZ Україна). Долучитись до програми можна на сайті громадської організації «ЕдКемп Україна» https://www.edcamp.ua/seelukraine/seen-v-ukraini/

Додаткова цінність програми СЕЕН

СЕЕН робить додатковий акцент на вихованні уваги. Має більшу увагу до етики — відкриває дітям переваги доброти та співпереживання, допомагає набути уміння дбати про себе та інших.

Враховує результати найсвіжіших досліджень у сфері нейробіології та травматичного досвіду. Допомагає вивчати емоції та проводити практики максимально безпечно.

Виховує в учнівства усвідомлення взаємозалежності всіх людей та системне мислення, цим готуючи їх до життя в новому глобалізованому світі.

Розвитку емоційної стійкості учнів, підвищенню рівня соціальної адаптації, формуванню відчуття емпатії, співпереживання та толерантності, створенню відчуття безпеки та захищеності сприяє впровадження в освітній процес програм (або їх елементів) з соціально-емоційного навчання.

Освітяни, які включають елементи соціально-емоційного навчання, допомагають учням розвивати навички самоконтролю та емоційної компетентності. Дослідження свідчать, що учні та учениці, які опановують навички емоційної стійкості при потребі краще впораються зі стресовими ситуаціями та небезпечними подіями.

Учні, які здатні керувати своїми емоціями, краще адаптуються до нових ситуацій та взаємодіють з іншими людьми. Елементи соціально-емоційного навчання допомагають здобувачам освіти розвивати навички співпраці, спілкування та регуляції конфліктів, що сприяє створенню гармонійного та безпечного середовища.

Педагогічні працівники, які впроваджують в освітній процес програми соціально-емоційного навчання чи їх елементи, сприяють розвитку учнівської емпатії та розуміння різних поглядів. Це важливо для побудови позитивних взаємин між учнями та профілактики конфліктів, що можуть виникнути у непередбачуваних ситуаціях.

Педагоги можуть використовувати елементи СЕН під час освітнього процесу шляхом впровадження різних практик, які допомагають зрозуміти себе та інших, керувати емоціями, будувати стосунки та комфортно почувати себе в соціумі.

Вправа «Малюнок доброти»

Мета

Сприяти рефлексії над власними цінностями та поглядами на доброту, стимулювати творчість та уяву через створення власного малюнку, а також підвищення готовності учасників/учасниць проявляти доброту та емпатію у взаємодії з оточуючими.

Інструкція

Пригадайте ситуацію, коли по відношенню до вас хтось проявив доброту або ви проявили доброту до іншої людини. Зобразьте це на аркуші паперу.

Які почуття у вас виникали?

Чого навчає ця вправа? Як її можна використати в освітньому процесі для створення безпечного освітнього середовища?

Вправа «Долонька турботи»

Мета

Нагадати собі про важливість дбати про себе та власні самопочуття.
Вправа сприяє розвитку самосприйняття, підвищенню емоційного комфорту та збереженню психічного здоров'я. Розглядаючи різні аспекти турботи про себе та своє життя, людина може знайти нові способи підтримки свого емоційного стану і відносин зі світом навколо.

Інструкція

1. Підготуйте аркуш паперу та олівець/ручку.
2. Покладіть долоню на аркуш паперу так, щоб контур долоні був чітко видно.
3. Обведіть контур долоні олівцем/ручкою.
4. На кожному пальці напишіть речі, що допомагають вам повернутися до рівноваги та спокою відповідно до таких категорій:

- Великий палець: приємні тактильні відчуття (наприклад, тепла вода, м'який плед).
- Вказівний палець: звуки, які вас заспокоюють (наприклад, природні звуки, музика).
- Середній палець: образи або місця, на які вам подобається дивитися (наприклад, природа, мистецтво).
- Безіменний палець: аромати, які вам подобаються (наприклад, лаванда, м'ятний чай).
- Мізинець: смаки, які вас заспокоюють (наприклад, шоколад, фрукти).

Після «заповнення», розгляньте свою «долоньку турботи» і поміркуйте про те, які конкретні речі з кожної категорії можна використати, коли вам потрібно повернутися до рівноваги та спокою.

Ця вправа також може включати етап рефлексії, коли ви думаєте про те, які інші методи або ресурси допомагають вам виявити турботу про себе та відновити внутрішній спокій.

Вправа «Заземлення»

Мета

Зниження напруги, допомога в концентрації на теперішньому моменті, зниження тривожності, підвищення самоповаги та здатності впоратися з емоціями.

Інструкція

Сфокусуйте увагу на фізичному контакті, що дає відчуття підтримки, захисту та комфорту. Можна торкатися до сталого чи статичного об'єкта: стіни, столу.

Спробуйте відчути, як стійко стопи спираються об землю чи підлогу, якими частинами тіла ми спираємося на стійкі об'єкти — стілець, спинку крісла.

Відчуйте, як вас огортає плед або як ви стискаєте в руках міцний предмет.
Спробуйте відчути приємне або нейтральне самовідчуття.

Можна змінювати позу і звертати увагу на те, як змінюється відчуття опори. Якщо під час практики виникають негативні відчуття, важливо повертатися до тієї думки, яка була найбільш безпечною й ресурсною.

Завдяки фіксації на стабільній опорі, ми фокусуємося на відчутті безпеки, а не на тому, що нам загрожує, повертаємо собі стійкість.

Цю практику можна виконувати протягом дня й перед сном, щоби заспокоїтися, зняти напруження, стрес. Також, коли ми виконуємо практику заземлення, то можемо не просто відчути стійкість — у нас створюється відчуття, що ми можемо «витримати» більші напруження або вплив. А ще відчуття опори нагадує нам про той досвід, коли ми спиралися на когось стійкого і, відчуваючи цю опору, могли розслабитися.

Креативна вправа «Соціально-емоційний пазл»

Мета

Сприяти розумінню та засвоєнню ключових соціально-емоційних навичок.

Інструкція

Підготуйте картки-пазли з ключовими соціально-емоційними навичками (Навички будування стосунків, Соціальна обізнаність, Самоусвідомленість, Самоуправління, Відповідальне прийняття рішень).

Об'єднайте учасників/учасниць в групи і роздайте по 1 набору пазлів. Запропонуйте скласти пазл та спробувати зрозуміти, як кожна з навичок впливає на майбутнє окремої людини і суспільства в цілому. Коли всі групи завершать складання пазлів, запросіть їх до обговорення.

Більше вправ для розвитку соціально-емоційних навичок можна знайти в посібнику «Прокачуємо СЕЕН: коллекція практик для дорослих і дітей».

СПИСОК
РЕКОМЕНДОВАНОЇ ТА ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Список використаної та рекомендованої літератури

1. Алгоритми діяльності працівників психологічної служби : Т. 1 / авт. кол. за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 138 с.
2. Бабій О. І. Психологічні особливості особистісної безпеки [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Бабій Олександр Іванович ; Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова. - Одеса, 2017. - 17 с.
3. Безпечне освітнє середовище : нові виміри безпеки. URL: https://sqe.gov.ua/bezpechne-osvitnie-seredovishhe-novi-vim/
4. Божик С. 3 і більше неформальних практик майндфулнесу на щодень. 2021. URL: https://fizis.net/karjera-i-usvidomlenist/3-i-bilshe-neformalnykh-praktyk-maindfulnesu-na-shchoden/
5. Герман Джудіт. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору/ Пер. з англ. Оксана Лизак, Оксана Наконечна, Олександр Шлапак. – Львів: Видавництво Старого Лева, 2015 – 424 с.
6. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/723324/1/posibnyk-grupovi-formy.pdf
7. Діти та війна: навчання технік зцілення / Патрік Сміт, Етл Дирегров, Уільям Юле. Львів : Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2014. 98 с. URL: http://surl.li/hmcdx
8. Ефективні технології розвитку та відновлення стресостійкості/ життєстійкості у дітей та дорослих. Методичний посібник для практичних психологів, соціальних педагогів / укл. Д.Д. Романовська., М.Г. Ящук. Чернівці, 2018. 180 с. URL: http://surl.li/ltetr
9. Зливков В., Лукомська С. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги. Київ.- Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2022. 95 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/734178/1/War_Kids_2022.pdf
10. Мартіна Мюллер. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / пер. з англ. Діана Бусько; наук. ред. Катерина Явна. (Серія «Сам собі психотерапевт»). Львів: Видавництво Українського католицького університету: Свічадо, 2014. 120 с. URL: https://ipz.org.ua/inforesursy/inforesursyproblemy/travma/
11. Методики психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах війни : практ. посіб. / М-54 В. Г. Панок; В. В. Рибалка, С. К. Шандрук та ін.; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2023. 212 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/738662/1/metodyky_psyholohichnoho_suprovodu_uchasnykiv_osvitnoho_protsesu_v_umovakh_viiny.pdf
12. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. – Київ, 2018. – 208 с. URL: https://www.osce.org/files/f/documents/a/a/430805.pdf
13. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. – Київ, 2018. – 240 с. URL: https://www.osce.org/files/f/documents/a/c/430829.pdf
14. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. – Київ, 2018. – 236 с. URL:https://www.osce.org/files/f/documents/4/d/430841.pdf
15. Перша психологічна допомога: посіб. для тренера / уклад.: Гірник А. М., Чернобровкіна В. А. Київ: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 96 с.
16. Прокачуємо СЕЕН: колекція практик для дорослих і дітей: навч.-метод. посібник/Н. Валевська; за заг. ред. О. Елькіна, О. Марущенка. — Х., 2023. — 42с. URL:https://www.google.com/url?q=https://drive.google.com/file/d/1xYSyOops8NLL2xcJ7e-NV6MAyQtGvrEP/view&sa=D&source=docs&ust=1723534340217594&usg=AOvVaw01tSVP6gkoBZoLEOPsIbb6
17. Профілактика деструктивної поведінки підлітків /Т. Журавель, Ю. Удовенко. – Київ: ред. Видавництво ФО-П Буря О.Д., 2022 – 144 с. URL: https://www.unicef.org/ukraine/media/21421/file/destructive_behavior.pdf?fbclid=IwAR2wwK59II90eetI1Lb6iO9vgBGi9YkrxvHZQ8wG0yt_xh3m3z098j0cYOA
18. Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка у сфері освіти [Електронний ресурс] : веб – сайт. URL: https://mhpss.org.ua/page/instructions (дата звернення: 02.08.2024).
19. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій5 методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко… Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. – К. : ТОВ «Видавництво «Логос». – 207 с. URL: http://psychology-naes-ua.institute/userfiles/files/%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B0%20%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BC%2017_03_2015.pdf
20. Психологічна підтримка та допомога дітям, які пережили травматичні події. Навчально-методичний посібник / Автори-упоряд. : Н. Вааранен Валконен, Н. Заварова, за заг. ред. О. Калашник. К.: 2022. 104 с. URL: https://rm.coe.int/manual-for-psychologists-web/1680a9754f
21. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів: Харків: Прапор, 2009. 672 с.
22. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О. Л. Туриніна. – Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», . – 160 с. – Бібліогр.: с. 149–159. URL: https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/psiholog_travm.pdf

23. СЕЕН-путівник. Соціально-емоційне та етичне навчання: освітня програма для навчання серця й розуму / Голов. ред. О. Елькін. — 2-ге вид. — К.: ТОВ «Інжиніринг», 2023. — 148 с. — Спеціально для EdCamp Ukraine URL: https://drive.google.com/file/d/1VLCDwJVKimaOcyAHryP5NeYKitxKqq1G/view

Закони, нормативні акти

1. Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти: Наказ МОН України від 28.12.2019 № 1646. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0111-20#Text
2. Класифікатор надзвичайних ситуацій ДК 019:2010: Наказ Держспоживстандарту України від 11.10.2010 № 457 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/va457609-10#Text
3. Кодекс цивільного захисту України від 02.10.2012 р. № 5403-VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17
4. Кодекс цивільного захисту України від 2 жовтня 2012 року № 5403-VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17#Text
5. Методичні рекомендації щодо виявлення, реагування на випадки домашнього насильства і взаємодії педагогічних працівників з іншими органами та службами: Наказ МОН України від 02.10.2018 р. № 1047. URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodichnih-rekomendacij-shodo-viyavlennya-reaguvannya-na-vipadki-domashnogo-nasilstva-i-vzayemodiyi-pedagogichnih-pracivnikiv-iz-inshimi-organami-ta-sluzhbami
6. Методичні рекомендації щодо проведення просвітницької роботи з учасниками освітнього процесу в закладах дошкільної освіти з питань уникнення враження мінами, вибухонебезпечними предметами та ознайомлення з правилами поводження в надзвичайних ситуаціях: Лист Міністерства освіти і науки України від 25.04.2022 № 1/4428-22. URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-metodichni-rekomendaciyi-1_442822
7. Про вищу освіту: Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18#Text
8. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню): Закон України від 18.12.2018 № 2657-VIII). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text
9. Про дошкільну освіту: Закон України від 11.07.2001 р. № 2628-III. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14
10. Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні: Лист Міністерства освіти і науки України від 29.03.2022 № 1/3737-22 URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zabezpechennya-psihologichnogo-suprovodu-uchasnikiv-osvitnogo-procesu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini
11. Про затвердження професійного стандарту «Практичний психолог закладу освіти»: Лист МОН № 6/1427 від 30.11.20 р. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2020/12/Standart_Praktychnyy_psykholoh.pdf
12. Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків: Закон України від 08.09.2005 № 2866-IV. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2866-15#Text
13. Про забезпечення соціального захисту дітей, які перебувають у складних життєвих обставинах: Постанова КМУ від 1 червня 2020 р. № 585 (зі змінами згідно Постанови Кабміну від 28 липня 2021 р. № 775; Постанови КМУ № 843 від 04.08.2021). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/585-2020-%D0%BF#Text
14. Про запобігання та протидію домашньому насильству: Закон України від 07.12.2017 № 2229-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/2229-19
15. Про затвердження ДБН В.2.5-56:2014 «Системи протипожежного захисту: Наказ Міністерства регіонального розвитку, будівництва та житлово-комунального господарства України від 13.11.2014 №312. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0312858-14#Text
16. Про затвердження методичних рекомендацій щодо виявлення, реагування на випадки домашнього насильства і взаємодії педагогічних працівників з іншими органами та службами : Наказ Міністерства освіти і науки України від 02.10.2018 № 1047 URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodichnih-rekomendacij-shodo-viyavlennya-reaguvannya-na-vipadki-domashnogo-nasilstva-i-vzayemodiyi-pedagogichnih-pracivnikiv-iz-inshimi-organami-ta-sluzhbami
17. Про затвердження плану заходів з реалізації Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі на 2024 рік: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 5 липня 2024 № 632-р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/632-2024-%D1%80#Text
18. Про затвердження плану заходів щодо реалізації Декларації про безпеку шкіл: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 04.08.2021 № 898-р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2021-%D1%80#Text
19. Про затвердження плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькування) в закладах освіти: Наказ МОН України від 26.02.2020 № 293. URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-planu-zahodiv-spryamovanih-na-zapobigannya-ta-protidiyu-bulingu-ckuvannyu-v-zakladah-osviti
20. Про затвердження Положення про організацію оповіщення про загрозу виникнення або виникнення надзвичайних ситуацій та організації зв'язку у сфері цивільного захисту: Постанова Кабінету Міністрів України від 27 вересня 2017 р. № 733. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/733-2017-%D0%BF#Text

21. Про затвердження Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти: Наказ Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 № 1669. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0100-18#Text
22. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України: Наказ Міністерства освіти і науки України від 22.05.2018 № 509 URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18#Text
23. Про затвердження Порядку взаємодії суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству і насильству за ознакою статі: Постанова КМУ від 22.08.2018 р. № 658. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/658-2018-%D0%BF#Text
24. Про затвердження Порядку здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях: Постанова Кабінету Міністрів України від 26 червня 2013 р. № 444. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/444-2013-%D0%BF#Text
25. Про затвердження Порядку обліку пожеж та їх наслідків: Постанова Кабінету Міністрів України від 26 грудня 2003 р. № 2030. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2030-2003-%D0%BF#Text
26. Про затвердження Порядку раннього попередження та евакуації учасників освітнього процесу в разі нападу або ризику нападу на заклад освіти: Наказ Міністерства внутрішніх справ України та Міністерства освіти і науки України від 18.08.2023 №685/1013 URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1583-23#Text
27. Про затвердження Правил експлуатації та типових норм належності вогнегасників: Наказ Міністерства внутрішніх справ України від 15.01.2018 № 25. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0225-18#Text
28. Про затвердження Правил пожежної безпеки в Україні: Наказ Міністерства внутрішніх справ України від 30.12.2014 № 1417 URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0252-15#Text
29. Про затвердження Правил пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи освіти України: Наказ Міністерства освіти і науки України від 15.08.2016 № 974 URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1229-16#Text
30. Про затвердження Правил техногенної безпеки: Наказ Міністерства внутрішніх справ України від 05.11.2018 року № 879. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1346-18#Text
31. Про затвердження професійного стандарту «Вихователь закладу дошкільної освіти: Наказ Міністерства економіки України від 19.10.2021 № 755–21 URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-profesijnogo-standartu-vihovatel-zakladu-doshkilnoyi-osviti
32. Про затвердження професійного стандарту «Керівник (директор) закладу загальної середньої освіти: Наказ Міністерства економіки України від 17.09.2021 №568–21 URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/2021/09/22/Nakaz-568-zatverdzh.standartu.keriv.22.09.pdf
33. Про затвердження професійного стандарту «Керівник (директор) закладу дошкільної освіти: Наказ Міністерства економіки України від 28.09.2021 № 620–21 URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-profesijnogo-standartu-kerivnik-direktor-zakladu-doshkilnoyi-osviti
34. Про затвердження професійного стандарту за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти«, «Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста): Наказ Міністерства економіки України від 23.12.2020 № 2736-20 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v2736915-20#Text
35. Про методичні рекомендації «Безпечне освітнє середовище: Надання індивідуальної підтримки учням з особливими освітніми потребами під час підготовки до реагування на надзвичайні ситуації»: Лист Міністерства освіти і науки України від 03.08.2023 року № 1/11479-23. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/inkluzyvne-navchannya/2023/08/04/Lyst.MON-1.11479-23.vid.03.08.2023-1.pdf
36. Про Методичні рекомендації щодо взаємодії педагогічних працівників у навчальних закладах та взаємодії з іншими органами і службами щодо захисту прав дітей: Лист Міністерства освіти і науки України від 28.10.2014 року № 1/9-557 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v-557729-14#Text
37. Про національну поліцію: Закон України від 02.07.2015 р. № 580-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19
38. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Указ Президента України від 25.05.2020 року №195/2020. URL: https://www.president.gov.ua/documents/1952020-33789
39. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Указ Президента України від 25.05.2020 № 195/2020. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text
40. Про організацію укриття працівників та дітей у закладах освіти: Лист Державної служби України з надзвичайних ситуацій від 14.06.2022 р. № 03-1870/162-2. URL: https://dsns.gov.ua/ua/Nakaz-MNS-1274
41. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19
42. Про підготовку закладів освіти до нового навчального року та опалювального сезону в умовах воєнного стану: Лист Міністерства освіти і науки України від 11.07.2022 № 1/7707-22 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v7707729-22#Text
43. Про повну загальну середню освіту: Закон України від 16.01.2020 р. № 463-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20
44. Про професійний розвиток працівників: Закон України від 12.01.2012 р. № 4312-VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4312-17
45. Про рекомендації для працівників закладів дошкільної освіти на період дії воєнного стану в Україні: Лист Міністерства освіти і науки України від 02.04.2022 р. № 1/3845-22. URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-rekomendaciyi-dlya-pracivnikiv-zakladiv-doshkilnoyi-osviti-na-period-diyi-voyennogo-stanu-v-ukrayini
46. Про Рекомендації парламентських слухань на тему: «Права дитини в Україні: забезпечення, дотримання, захист: Постанова Верховної Ради України від 22 лютого 2017 р. № 1906-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1906-19#Text

47. Про створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та попередження і протидії булінгу (цькуванню): Лист Міністерства освіти і науки України від 14.08.2020 № 1/9-436. URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-stvorennya-bezpechnogo-osvitnogo-seredovisha-v-zakladi-osviti-ta-poperedzhennya-i-protidiyi-bulingu-ckuvannyu
48. Про схвалення Концепції безпеки закладів освіти: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 07.04.2023 № 301-р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/301-2023-%D1%80#Text
49. Про фахову передвищу освіту: Закон України від 06.06.2019 р. № 2745-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2745-19
50. Рекомендації для закладів освіти щодо застосувань норм Закону України щодо протидії булінгу: Лист МОН України від 29.01.2019 року № 1/11-881. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/uploads/public/608/6c1/164/6086c116486d1562090028.pdf
51. Роз'яснення щодо застосування наказу Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646: Лист МОН України від 13.04.2020 № 1/9-207. URL: https://mon.gov.ua/npa/rozyasnennya-shodo-zastosuvannya-nakazu-ministerstva-osviti-i-nauki-ukrayini-vid-28122019-1646

ДОДАТКИ

КОРИСНА ІНФОРМАЦІЯ ТА АЛГОРИТМИ ДІЙ









Додаток №1

Орієнтовні приклади розподілу ролей в команді реагування

Позиція/роль	ПІБ	Номер мобільного телефону	Домашній (резервний) номер телефону	Електронна пошта
Голова КР				
Заступник голови				
Інженер з безпеки				
Координатор з першої домедичної допомоги				
Психологічна служба закладу				
Координатор з комунікації та логістики				

Додаток №2

Функції команди реагування

Роль в КР	Готовність	Реагування	Відновлення
Голова команди реагування	• Створення КР та перегляд її складу кожного року; • Розробка та затвердження спільно з ДСНС та Національною поліцією алгоритмів дій учасників освітнього процесу в разі надзвичайної ситуаціїї, а також планів евакуації учасників освітнього процесу; • Складання та оновлення паспорту безпеки закладу освіти, копія якого надається уповноваженому поліцейському, працівнику ДСНС та (за потреби) представникам інших органів державної влади; • Забезпечення безпеки та доступності шляхів евакуації та укриття в закладі освіти та регулярна перевірка їх готовності до використання; • Визначення місць для здійснення заходів з евакуації, спілкування з батьками та законними представниками здобувачів освіти; • Комунікація з правоохоронними органами, органами реагування на надзвичайні ситуації, засновниками закладу освіти та ЗМІ; • Організація та проведення навчань (тренувань, тренінгів) з забезпечення безпеки учасників освітнього процесу; • Контроль та перевірка підготовки закладу освіти, відбір людей в команду реагування.	• Визначення події як надзвичайної та прийняття рішення щодо шляхів реагування (включно, прийняття рішення про евакуацію учасників освітнього процесу); • Отримання інформації про подію та дії відповідно до поточної ситуації: надання інформації членам команди реагування, та за потреби, екстреним службам. • Постійна робота з членами команди реагування відповідно до поточних задач та визначених обов'язків: координація та контроль; • Збір і представлення актуальної інформації; • Рішення щодо доступу сторонніх осіб до закладу освіти; • Інформування засновника закладу освіти; • Отримання додаткової професійної допомоги за потреби; • Затвердження повідомлень для учнів, педагогів, батьків та ЗМІ під час надзвичайної ситуації.	• Оголошення про закінчення небезпечної події та повернення до звичайного стану роботи закладу; • Визначення поточних завдань залежно від події; • Збір команди реагування з метою аналізу ефективності дій під час надзвичайної ситуаціїї; • Вивчення ситуації та обсягу завданої шкоди життю і здоров'ю учасникам освітнього процесу, а також майну закладу освіти; • Перегляд та, за потреби, внесення змін до алгоритмів дій; • Затвердження інформаційних повідомлень для батьків/ законних представників здобувачів освіти про подію, що відбулася, її наслідки для закладу, здобувачів освіти, засоби психоемоційної підтримки та шляхи отримання допомоги (психологічної включно), за потреби; • Збір педагогів закладу освіти для надання інформації, інструкцій та найближчого плану дій; • Складання оновленого розкладу роботи закладу освіти (за потреби); • Звітування засновнику закладу освіти.

Додаток №2

Роль в КР	Готовність	Реагування	Відновлення
Заступник голови КР	• Допомога в поточних задачах за потреби, в постійній співпраці з членами команди реагування.	• Надання допомоги голові команди реагування та виконання його обов'язків за потреби; • Нагляд за правильним виконанням рішень команди реагування; • Координація внутрішньої комунікації в закладі освіти; • Координація зовнішньої комунікації закладу освіти; • Оновлення щоденного розкладу відповідно до поточної ситуації та повідомлення про евакуацію, якщо це необхідно; • Спільна робота з командою реагування відповідно до поточних задач.	• Допомога в поточних задачах за потреби, в постійній співпраці з членами команди реагування.
Координатор першої домедичної допомоги	• Облік учасників освітнього процесу, які мають функціональні обмеження (у яких можуть виникнути труднощі під час реагування на надзвичайну ситуацію); • Організація проведення курсів домедичної допомоги для працівників закладу.	• Надання першої домедичної допомоги (при необхідності) до прибуття бригад екстреної медичної допомоги; • Передача відповідної медичної інформації бригадам швидкої допомоги після їх прибуття; • Спільна робота з командою реагування відповідно до поточних задач.	• Спільна робота з командою реагування відповідно до поточних задач.

Додаток №2

Роль в КР	Готовність	Реагування	Відновлення
Координатор з комунікації та логістики	• Планування та підготовка реагування на надзвичайні ситуації з питань, що входять до сфери його відповідальності, зокрема, підготовка та інвентаризація засобів і запасних частин для виконання своїх обов'язків в екстреному випадку; • Підготовка робочих процедур для врегулювання інцидентів та надання першочергових послуг протягом першої години після події; • Підготовка бази даних міжвідомчої співпраці та її оновлення відповідно до регіональних та типових особливостей закладу; • Визначення шляхів внутрішньої та зовнішньої комунікації під час надзвичайної ситуації: для команди реагування, для працівників закладу освіти, для батьків та законних представників здобувачів освіти та для всіх учасників освітнього процесу; • Визначення місця розташування працівників у яких можуть виникнути труднощі у виконанні своїх обов'язків під час надзвичайної ситуації.	• Концентрація інформації, проблем і матеріально-технічних потреб; • Збір інформації, що надходить з усіх рівнів, її обробка та передача керівнику • Надсилання повідомлень батькам/працівникам за погодженням з головою КР; • Реєстрація та документування всіх вихідних повідомлень; • Реагування на адміністративні потреби, пов'язані з подією (транспорт, харчування тощо); • Звернутися до відділу транспорту громади – для продовження функціонування транспортної системи закладу (за потреби); • Постійна робота з членами команди реагування відповідно до поточних задач.	• Повернення обладнання на місце, перевірка на наявність недоліків і догляд за ними по завершенню події; • Оцінка збитків та їх контроль у будівлях та інфраструктурі після події та/або її наслідків.

Додаток №2

Роль в КР	Готовність	Реагування	Відновлення
Інженер з безпеки	• Відповідна підготовка необхідного аварійного обладнання та відповідальність за його цілісність і утримання; • Утримання у стані готовності зовнішнього та внутрішнього протипожежного водопостачання; • Підготовка укриттів та їх поточне обслуговування; • Забезпечення наявності та відповідності знаків безпеки, а саме вказівники та нумерація всіх укриттів і безпечних місць, аварійних виходів, шляхів евакуації, місце розташування первинних засобів пожежогасіння, наявність на кожному поверсі планів евакуації; • Забезпечення доступу до використання евакуаційних виходів; • Визначення напрямку руху кожного класу/групи до укриття/ безпечного місця евакуації за його знаками; • Проведення відповідних інструктажів з питань безпеки; • Проведення тренувань з реагування на надзвичайні ситуації; • Відпрацювання користування первинними засобами пожежогасіння; • Ознайомлення працівників закладу та здобувачів освіти з безпечними місцями на території закладу, а також розташуванням обладнання, необхідного для первинного реагування на надзвичайну ситуацію.	• Взаємодія з екстреними службами; • Евакуація з приміщень в межах ЗО та найближчих околиць - за погодженням з головою КР чи рятувальними службами, в залежності від ситуації; • Забезпечення інформування педагогічних працівників про поточну ситуацію та найближчі плани дій; • Забезпечити зустріч пожежно-рятувального підрозділу та безперешкодний під'їзд та доступ до будівлі; • Вказати місце розташування зовнішнього протипожежного водопостачання; • Надати план закладу освіти рятувальним службам; • Вказати місце знеструмлення закладу освіти; • Володіти інформацією про: кількість осіб присутніх сьогодні в закладі та наявність всіх в безпечному місці після евакуації; • Постійна робота з членами команди реагування відповідно до поточних задач.	• Повернення обладнання на місце, перевірка на наявність недоліків і нагляд за його зберіганням; • Співпраця з інспектором ДСНС та представниками Національної поліції під час оформлення матеріалів про подію, що сталася.

Додаток №2

Роль в КР	Готовність	Реагування	Відновлення
Психологічна служба закладу	• Бере участь в регулярних тренуваннях в частині підготовки працівників закладу та здобувачів освіти в сфері збереження стресостійкості та емоційної саморегуляції; • Допомога педагогам під час освітнього процесу в формуванні психоемоційної стабільності учнів (когнітивна, емоційна та поведінкова складова); • Виявлення вразливих категорій учасників освітнього процесу, тих хто може гостро реагувати під час надзвичайної ситуації та тих хто може допомогти (члени родини, класний керівник, асистент вчителя/дитини тощо), (отримання контактних даних цих осіб); • Навчання конструктивної взаємодії між учасниками освітнього процесу під час тренувань, організованих командою реагування; • Супровід педагогів в підготовці способів психоемоційної стабілізації та підтримки здобувачів освіти для використання в безпечному місці під час надзвичайної ситуації.	• Постійна взаємодія з головою команди реагування та його заступником; • Передача відповідної інформації до лікарень, за потреби; • Виявлення кола вразливих учасників освітнього процесу та спрямування допомоги до них; • Направлення педагогів до дій з психоемоційної підтримки здобувачів освіти на рівні класу та на індивідуальному рівні; • Постійний внутрішній моніторинг роботи психологічної служби ЗО щодо надання психосоціальної підтримки та планування подальших втручань; • Спостереження в динаміці за постраждалими учнями та працівниками закладу в співпраці з координатором першої домедичної допомоги; • Пошук зниклих учнів та тих, у кого виникли труднощі після події, і направлення їх на подальше лікування за потреби (спільно з координатором першої домедичної допомоги); • Постійна робота з членами команди реагування відповідно до поточних задач.	• Збір КР після закінчення події, побудова цілісної картини ситуації її аналіз та планування майбутніх заходів; • Проведення першої зустрічі працівників закладу після надзвичайної ситуації з використанням стратегій психоемоційного розвантаження; • Консультування педагогів і членів команди реагування зокрема, щодо використання способів психоемоційної підтримки здобувачів освіти після надзвичайної ситуації в короткій перспективі; • Моніторинг стану учнів і працівників, яким важко діяти під час надзвичайної ситуації, за необхідності перенаправлення до відповідних спеціалістів; • Посилення копінг-ресурсів працівників ЗО та здобувачів освіти шляхом проведення відповідних заходів, консультацій, навчань з врахуванням даних отриманих після моніторингу; • Консультування батьків/ законних представників дітей щодо наслідків реакцій здобувачів освіти після надзвичайної ситуації; • Надання педагогам консультацій та підтримки щодо організації освітнього процесу виходячи з психологічних потреб здобувачів освіти після надзвичайної ситуації; • Консультації із супервізором ІРЦ щодо надзвичайної ситуації та її наслідків для працівників закладу та здобувачів освіти.

Додаток №3

Рекомендації від ДСНС для учасників освітнього процесу під час оповіщення сигналу «УВАГА ВСІМ»

Як керівнику організувати роботу закладу освіти під час повітряної тривоги

Учасники освітнього процесу мають бути ознайомлені з місцем розташування об'єктів фонду захисних споруд цивільного захисту, маршрутів слідування до них та правилами руху.

Учасники освітнього процесу заздалегідь повинні вміти виконувати заходи з Плану реагування на надзвичайні ситуації або Інструкції закладу освіти, які передбачені на випадок отримання сигналу повітряної тривоги.

Заклад освіти заздалегідь розміщує всі покажчики напрямку руху для швидкого та безпечного проведення евакуаційних заходів учасників освітнього процесу.

Керівник має визначити відповідальну особу з числа працівників закладу освіти, яка супроводжуватиме учасників освітнього процесу під час евакуації та укриття в об'єкті фонду захисних споруд цивільного захисту.

Керівник заздалегідь встановлює відповідальних осіб, які після евакуації перевіряють заклад на наявність присутніх учнів за межами об'єкта фонду захисних споруд цивільного захисту.

Керівник обов'язково має видати письмовий наказ або розпорядження щодо роботи закладу освіти та працівників під час повітряної тривоги. Видавати та ознайомлювати з документом необхідно завчасно.

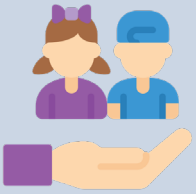
У наказі потрібно прописати два варіанти розвитку подій

1. Якщо повітряна тривога розпочалася, коли тривають заняття.
2. Якщо повітряна тривога розпочалася до початку занять.



Рекомендовано:

- організувати створення єдиного каналу комунікації в закладі освіти між керівництвом закладу та учасниками освітнього процесу на випадок повітряної тривоги, щоб володіти оперативною інформацією щодо ситуації в закладі;
- проінструктувати учасників освітнього процесу, якщо у разі повітряної тривоги буде пошкоджено інтернет та мобільний зв'язок, де знаходиться укриття й де після закінчення повітряної тривоги батьки зможуть забрати дитину.



Додаток №3

Алгоритм дій педагога у разі повітряної тривоги

Якщо педагогічний працівник перебуває в закладі освіти



1. Відповідальна особа у разі надходження сигналу вмикає наявну систему оповіщення закладу.
2. Вчитель миттєво сповіщає учнів (словесно) про загрозу або виникнення надзвичайної ситуації та припинення заняття.
3. Відповідальна особа разом із вчителями має скоординувати хід евакуації учнів від класу до захисної споруди (укриття).
4. Класи, в яких викладають вчителі, мають бути організовані для негайного пересування двома колонами в приміщенні класу та швидкого залишення кабінету. За можливості учні самоорганізовуються для залишення кабінету та руху до захисної споруди. При обмеженому просторі для пересування учні залишають приміщення групами.
5. Відповідальні за евакуацію особи повинні знаходитись у заздалегідь визначених місцях та допомогти в організації та регулюванні швидкого руху до захисної споруди. Молодшим класам (1 або 2 класи) необхідно надати помічників.
6. Медичний працівник повинен знаходитись у відведеному для нього місці для швидкого надання домедичної допомоги.
7. Відповідальні за евакуацію особи повинні знаходитися біля виходу із захисної споруди для здійснення контролю за порядком укриття учасників освітнього процесу та швидкого реагування у разі, якщо виявиться, що хтось відсутній.
8. Учні або цілі класи, які знаходяться на подвір'ї закладу, під час сигналу тривоги повинні рухатися під наглядом вчителя або самостійно рухаттись до укриття.
9. У середині захисної споруди відповідальні особи повинні забезпечити, щоб учні швидко та обережно зайняли свої місця. Після того як усі учні займуть свої місця відповідальний за клас повинен перевірити наявність усіх учнів.
10. Під час перебування в укритті вчителі та відповідальні особи повинні провести заходи, щоб заспокоїти дітей та всіх, хто знаходиться в ньому.
11. Якщо батьки хочуть забрати під час тривоги дитину з укриття — педагогічний працівник не має права передавати їм дитину.
12. Рекомендується також знати наявне обладнання об'єктів фонду захисних споруд цивільного захисту, що використовуються для укриття учасників освітнього процесу, призначення та порядок його роботи, місце розміщення продуктів харчування, води.

Якщо тривога застала педагогічного працівника перед початком робочого дня

Якщо працівник має змогу швидко за 5-7 хвилин дістатися до закладу освіти та в закладі освіти є укриття, то працівник переміщується до укриття закладу освіти. Але варто враховувати розташування закладу освіти, у деяких регіонах до укриття необхідно переміститься за 2-3 хвилини.

Якщо у закладі освіти немає укриття, то працівник закладу має переміститься до найближчого до нього укриття за місцем його перебування.

Протизаконно та злочинно вимагати від працівників прибути до закладу освіти під час повітряної тривоги.

Дії працівників закладу освіти під час сигналу «Увага всім»

1. Відповідальна особа вмикає наявну систему оповіщення закладу.
2. Педагог сповіщає учнів про загрозу, а батьків — про переміщення дітей до укриття.
3. Необхідно організувати пересування двома колонами в приміщенні класу та швидко залишити кабінет.
4. Для супроводу початкових класів можуть бути залучені помічники.
5. Для швидкого надання медичної допомоги має бути залучений медичний працівник.
6. Відповідальні особи після оголошення сигналу оповіщення мають перевірити всі приміщення закладу на відсутність у них учасників освітнього процесу та працівників закладу, по завершенню перевірки прямувати до найближчого укриття.
7. Учні, які перебувають на подвір'ї закладу, під час сигналу оповіщення повинні самостійно рухатися до найближчого укриття.

Що робити в укритті?

1. Відповідальні особи повинні допомогти учасникам освітнього процесу швидко та спокійно зайняти місця.
2. Педагоги та відповідальні особи здійснюють необхідну підтримку, заходи для комфортного та спокійного перебування в укритті.



Додаток №3

Алгоритм дій батьків та учнів до та під час повітряної тривоги

Дії батьків до та під час повітряної тривоги



Щоб підготуватися до можливої повітряної тривоги рекомендуємо батькам:

- долучитися до каналу комунікації закладу освіти між адміністрацією закладу та учасниками освітнього процесу, щоб володіти оперативною та необхідною інформацією у разі повітряної тривоги;
- надати керівництву закладу свої контакти, контакти тих, хто може забирати дитину зі школи, деталі стану здоров'я дитини, зокрема про особливі потреби дитини. Також поінформуйте дитину, щоб вона знала свій резус-фактор та групу крові, свої хронічні хвороби, а також ваші контакти.

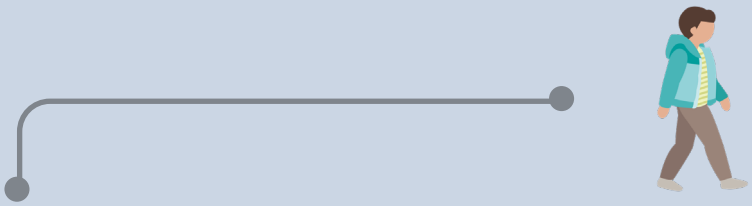
В евакуаційний рюкзак дитини варто покласти записку від батьків, у якій вказано прізвище, ім'я, по батькові дитини, дата народження, адреса проживання, контакти батьків, сімейне фото (за можливості й, бажано, з підписами, хто на ньому зображений). Також варто зазначити в цій записці резус-фактор та групу крові дитини.

Якщо під час повітряної тривоги учень/вихованець перебуває в закладі освіти:

Відомі випадки, коли під час масових ракетних обстрілів до закладів освіти під час повітряної тривоги приїжджали батьки та забирали дітей із закладів. Нагадуємо, що батьки не можуть забрати дитину з укриття під час повітряної тривоги, а педагог, відповідно, не має права відпустити дитину з укриття навіть на прохання батьків. До завершення повітряної тривоги дитина повинна залишатися в укритті. Адже так батьки наражають на небезпеку і себе, й дитину.

Додаток №3

Якщо повітряна тривога трапилася дорогою до (із) закладу освіти



Департамент освіти та науки м. Київ розробив рекомендації на випадок, якщо повітряна тривога застає здобувача освіти дорогою до чи з закладу освіти. Наводимо ці рекомендації трохи трансформовані:

- оберіть із дитиною безпечний шлях до школи та у зворотному напрямку (тобто складіть своєрідний маршрут руху), далі оберіть укриття, які дитина зможе використовувати дорогою в разі сигналу повітряної тривоги;
- поясніть дитині, щоб вона рухалася тільки за складеним маршрутом, не зупинялася і нікуди не звертала;
- наголосіть дитині, що якщо немає можливості швидко дійти до школи або дому під час сигналу повітряної тривоги, щоб дитина прямувала до визначеного вами укриття і перебувала всередині укриття, а не біля його входу;
- навчіть дитину не торкатися оголених електричних дротів, невідомих предметів, проговоріть правила мінної безпеки;
- повідомте класного керівника про місце перебування дитини або попросіть дитину це зробити.

Що робити учасникам освітнього процесу, якщо не встигли добігти до укриття під час обстрілу:

- негайно перейти в приміщення без вікон або скористатися правилом двох стін (перша стіна бере на себе силу вибуху, друга — руйнування);
- якщо виникла пожежа чи пошкодження будинку — зателефонувати 101, вказавши точну адресу, поверх та покинути небезпечне місце;
- якщо в будинку стався вибух — треба якнайшвидше самостійно залишити будівлю та залишити двері відчиненими, щоб рятувальники не зрізали їх.

Додаток №4

Рекомендації від ДСНС: правила поведінки під час обстрілів

Обстріл стрілецькою зброєю

У разі, якщо обстріл стрілецькою зброєю ведеться на території або поблизу закладу освіти, тобто з пістолетів, автоматів, гвинтівок, кулеметів.

У будівлі потрібно сховатися в захищеному приміщенні подалі від вікон та дверей. Це може бути: сховище, укриття, спортивний зал(без вікон), сходовий майданчик, актова зала, коридор, санвузол. Якщо це неможливо, варто лягти, прикрившись предметами, які здатні захистити вас від уламків і куль. Відповідальні особи мають перевірити чи всі учні виконали вимоги безпеки та вживати всіх можливих заходів, щоб унеможливити виникнення паніки.

На відкритій місцевості негайно лягайте на землю та закрийте голову руками. Ефективним захистом буде будь-який виступ, навіть тротуар, заглиблення в землі або канава. Укриттям також може стати бетонна сміттєва урна або сходинки. Не намагайтеся сховатися за автомобілями або кіосками: вони часто стають мішенями. Згрупуйтеся, лягайте в позу ембріона. Розверніться ногами в бік стрілянини, прикривши голову руками, та відкрийте рот. Чекайте поки пострілів не буде впродовж принаймні п’яти хвилин.

Мінометний обстріл

Гучний свист та вибух снаряда може означати, що ви потрапили в зону артобстрілу, мінометного обстрілу або авіанальоту. Якщо ви почули свист снаряда, а за 2-3 секунди — вибух, відразу падайте на землю. Закрийте руками або сумкою голову. Після вибуху першого снаряду швидко пошукайте місце, де можна сховатися. Потрібно знайти хоча б мінімально заглиблене укриття. Для схованки підійдуть: підземні переходи, метро, укриття, канава, траншея, яма, широка труба водостоку під дорогою, високий бордюр, каналізаційний люк.

Якщо обстріл застав вас у транспорті, вимагайте негайної зупинки й відбіжіть якомога далі від дороги, лягайте на землю. Закривайте долонями вуха та відкривайте рот: це врятує від контузії. Небезпечно ховатися в під’їздах, під арками, на сходових майданчиках, біля автомобільної техніки, автозаправних станцій. Є загроза опинитись під завалом або травмуватися. Ні в якому разі не починати розбір завалів самостійно, чекайте фахівців з аварійно-рятувальної служби.

Артилерійський обстріл

Якщо ви почули залп запуску, бачите димний слід снаряда в повітрі вдень або спалах уночі, є ймовірність, що ви потрапили під артилерійський обстріл системами залпового вогню (наприклад, БМ-21 «Град»). Одразу падайте на землю, закривайте руками або сумкою голову. Перечекайте перший обстріл лежачи, а далі ховайтеся в безпечному заглибленому приміщенні. Вибирайте місце в кутку та недалеко від виходу для того, щоб миттєво залишити будинок у випадку попадання снаряда. Залишайтеся в укритті мінімум 10 хвилин після завершення обстрілу, адже існує загроза його відновлення.

Якщо ваш заклад освіти розташований у зоні можливого обстрілу, потрібно зміцнити вікна (наприклад, клейкою плівкою) — це допоможе уникнути розльоту уламків скла.

Додаток №4

Що робити, якщо ви опинилися під завалами?



Не намагайтеся звільнитися, розбираючи завали. Якщо людина опинилася під завалом, потрібно знайти вільне місце, куди можна переміститися. А якщо поруч є гострі предмети — необхідно спробувати відсунути їх.

Рекомендується не здійснювати спроби самостійно вибратися з-під завалів. Також необхідно намагатися зміцнити стелю в помешканні уламками меблів, конструкцій будинку, які є поряд.

За можливості треба закрити органи дихання тканиною, в ідеалі зволоженою. Вона допоможе мінімізувати потрапляння пилу в ніс та рота.

Спробуйте подзвонити до служби порятунку. Якщо поруч є телефон, варто набрати поліцію за номером 102, рятувальників — 101, або екстрену службу — за номером 112. Розкажіть їм, де ви опинилися під завалом, скільки поверхів має будівля та скільки поруч з вами людей.

Однак зазвичай, коли стається обвал, рятувальники вже про нього знають та якомога швидше виїжджають його розбирати.

Подавайте сигнали, що ви живі. Якщо людина опинилася під завалом, їй треба старатися залишатися в свідомості якомога довше, щоб подати сигнал рятувальникам.

За можливості треба визначити своє місце перебування під завалом якимось сигналом, звуком або стукаючи по трубах і батареях. Намагайтеся перебувати якомога довше у свідомості: можна читати вірші, співати пісні тощо.

Необхідно прислуховуватися, коли рятувальники розбирають завали. Бригада час від часу зупиняє усі роботи по розбору, щоб створити «хвилину тиші» й намагатися почути людей, які могли опинитися під грудою каміння. Саме в цей момент необхідно якомога голосніше кричати та подавати сигнали, щоб рятувальники знали, де ви знаходитесь.

Не «підсвічуйте» собі вогнем. Ні в якому разі не запалювати вогонь (запальничку, сірники), це може призвести до вибуху.

Важливо: якщо ви самі почули людину, яка опинилася під завалами — в жодному разі не намагайтеся самостійно розібрати завал. Такий «героїзм» може коштувати життя вам і постраждалій людині.

Що робити, якщо кінцівку притиснуло уламком будинку?

Якщо частину тіла притиснуло уламком, треба одразу почати масажувати ділянку тіла поруч. Це потрібно, щоб підтримати циркуляцію крові та врятувати кінцівку.

Спробуйте допомогти іншим. Якщо ви у свідомості та можете пересуватися, допоможіть вибратися у безпечне місце дітям, жінкам, літнім людям та людям з інвалідністю.

У разі наявності необхідних знань і навичок надайте домедичну допомогу постраждалим.

Якщо ви не на першому поверсі й маєте змогу вибратися зі зруйнованого будинку, необхідно дотримуватися двох правил:

- рухатися треба внутрішніми сходами або зовнішніми драбинами;
- забороняється використовувати ліфти, адже це може бути небезпечним.

Додаток №5

Дії працівників закладу освіти у разі виникнення пожежі

Дії педагога при пожежі в закладі освіти

Учитель, як і будь-який працівник закладу освіти, який виявив пожежу або її ознаки (задимлення, запах горіння або тління різних матеріалів, підвищення температури в приміщенні тощо) зобов`язаний вжити такі дії:

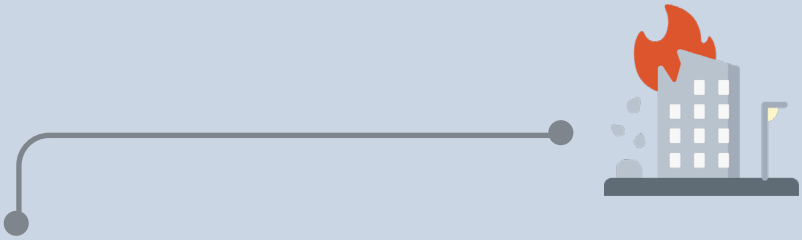
- негайно повідомити про це за номером 101 (чітко назвати адресу об`єкта, місце виникнення пожежі, а також свою посаду та прізвище);
- задіяти систему оповіщення людей про пожежу;
- розпочати евакуацію людей з будівлі до безпечного місця згідно з планом евакуації та залучити до цього інших осіб;
- сповістити про пожежу керівника закладу освіти або працівника що його заміщує;
- організувати зустріч пожежних підрозділів, у разі відсутності загрози життю та здоров'ю вжити заходів для гасіння пожежі наявними в закладі освіти засобами пожежогасіння.

Дії керівника закладу освіти при пожежі

- перевірити, чи повідомлено пожежну охорону;
- керувати евакуацією людей, гасінням пожежі до прибуття пожежних підрозділів;
- організувати перевірку наявності всіх учасників освітнього процесу, евакуйованих з будівлі, за списками та журналами обліку навчальних занять;
- виділити для зустрічі пожежних підрозділів особу, яка добре знає розміщення під'їзних шляхів та вододжерел;
- перевірити включення в роботу автоматичної (стаціонарної) системи пожежогасіння;
- вилучити з небезпечної зони всіх працівників та інших осіб, не зайнятих евакуацією людей та ліквідацією пожежі;
- викликати медичну та інші служби у разі потреби;
- припинити всі роботи не пов`язані з ліквідацією пожежі;
- організувати відключення мереж електро- і газопостачання, зупинку систем вентиляції та кондиціювання повітря і провести інші заходи що запобігають поширенню пожежі;
- убезпечити людей, які беруть участь в евакуації та гасінні пожежі від можливих обвалів конструкцій, дії токсичних продуктів горіння і підвищеної температури, ураження електричним током тощо;
- організувати евакуацію матеріальних цінностей з небезпечної зони, визначити місця їх складування і забезпечити, за потреби, їх охорону;
- інформувати керівника пожежного підрозділу про наявність людей у будівлі.

Додаток №5

Дії під час евакуації та гасіння пожежі



1. З урахуванням обставин, що склалися визначити найбезпечніші евакуаційні шляхи та виходи до безпечної зони у найкоротший термін.
2. Ліквідувати умови, що сприяють виникненню паніки. З цією метою працівникам закладу освіти не можна залишати дітей без нагляду з моменту виявлення пожежі та до її ліквідації.
3. Евакуацію людей починають із приміщення, у якому виникла пожежа, і суміжних з ним приміщень, яким загрожує небезпека поширення вогню і продуктів горіння. Дітей молодшого віку необхідно евакуювати у першу чергу.
4. У зимовий час, на розсуд осіб, які здійснюють евакуацію, діти старших класів можуть заздалегідь одягтися або взяти теплий одяг із собою, а дітей молодшого віку необхідно виводити або виносити, загорнувши в ковдри або інші теплі речі.
5. Ретельно перевірити всі приміщення, щоб унеможливити перебування у небезпечній зоні дітей, які сховалися під ліжками, партами, у шафах або інших місцях.
6. Виставити пости безпеки на входах у будівлю, щоб унеможливити повернення дітей і працівників до будівлі, де виникла пожежа.
7. У разі гасіння у першу чергу забезпечують сприятливі умови для безпечної евакуації людей.
8. Утримуватися від відчинення вікон і дверей, а також від розбивання скла, щоб вогонь і дим не поширились до суміжних приміщень.



У разі виникнення пожежі дії працівників закладу закладу освіти, залучених до її гасіння, мають бути спрямовані на убезпечення людей, перш за все, учнів/вихованців, їх евакуацію та порятунок.

Додаток №6

Політика обробки персональних даних в закладах освіти

1. Вступ

- Мета політики: визначення цілей політики та її значення для захисту персональних даних.
- Масштаб дії: визначення, до яких даних, процесів та осіб поширюється ця політика.

2. Збір та використання даних

- Типи даних: перелік даних, які збираються (наприклад, імена, адреси, дати народження).
- Цілі збору: конкретні цілі збору та використання персональних даних.
- Методи збору: способи, якими дані збираються (наприклад, онлайн-форми, паперові форми).

3. Зберігання та захист даних

- Заходи безпеки: опис технічних та організаційних заходів, що вживаються для захисту даних.
- Терміни зберігання: встановлення термінів зберігання для різних типів даних.

4. Розкриття даних третім сторонам

- Умови розкриття: визначення умов, при яких дані можуть бути передані третім особам.
- Захист при передач: заходи для забезпечення безпеки даних під час їх передачі.

5. Права суб'єктів даних

- Огляд прав: опис прав суб'єктів даних, таких як право на доступ, виправлення, видалення та відмову від обробки своїх даних.
- Процедури звернення: як і де суб'єкти даних можуть звертатися за реалізацією своїх прав.

6. Транскордонна передача даних

- Правила передачі: вказівки щодо обмежень та умов передачі даних за межі країни.

7. Відповідальність та управління даними

- Відповідальні особи: вказівка на осіб, відповідальних за управління даними та дотримання політики.
- Процедури перевірки: опис процедур періодичної перевірки та аудиту політики.

8. Випадки порушення безпеки даних

- Реагування на інциденти: процедури реагування на випадки порушення кібербезпеки.

9. Дотримання законодавства

- Відповідність законам та нормам: врахування місцевого та міжнародного законодавства з питань захисту даних.

10. Перегляд та оновлення політики

- Моніторинг і перегляд: планування регулярних перевірок та оновлень політики безпеки для адаптації до нових загроз та технологій.

Додаток №7

Згода на обробку фото та відеоматеріалів

Керівнику ЗО _____

(ПІБ керівника)

Від _____

Адреса _____

Паспорт _____

Телефон _____

Я, Згода _____ ,

(ПІБ батька/матері або законного представника)

батько/мати/законний представник _____

(ПІБ дитини)

надаю згоду/не надаю згоду(потрібне підкреслити) на фото та відеозйомку моєї доньки/сина в _____

(назва ЗО)

та під час проведення заходів в _____

(назва ЗО)

Я даю згоду на використання фото та відеоматеріалів та інших персональних даних моєї дитини виключно в таких цілях:

- публікації на офіційному сайті ЗО в мережі Інтернет;
- на офіційних сторінках ЗО в соціальних мережах;
- публікації на стендах ЗО;
- публікації звітності щодо проведення заходів в ЗО;
- публікації як ілюстрації на методичних заходах (семінарах, конференціях, майстер-класах тощо).

Я поінформований(на), що заклад освіти _____ гарантує обробку фото- та відеоматеріалів моєї дитини виключно в цілях, які відповідають діяльності школи та відповідно до законодавства України.

Я даю школі згоду на обробку фото та відеоматеріалів моєї дитини, тобто вчинення, у тому числі наступних дій: збирання, реєстрація, накопичення, зберігання, адаптування, зміна, поновлення, використання і поширення (розповсюдження, реалізація, передача), знеособлення, знищення персональних даних, у тому числі з використанням інформаційних (автоматизованих) систем, при цьому загальний опис вищезазначених способів обробки наведено в законі України «Про захист персональних даних».

Дана згода діє з моменту підписання та на весь період навчання в закладі освіти.
Згода може бути відкликана в будь-який момент за моєю письмовою заявою.
Я підтверджую, що, надаючи таку згоду, я дію з власної волі та на користь дитини.

«____» _____ 202__р.

_____ _____

ПІБ Підпис

Додаток №8

Політика цифрової безпеки закладу освіти

1. Вступ

- Мета політики: чітке визначення цілей політики цифрової безпеки.
- Обсяг застосування: Визначення, кого стосується ця політика та які технології вона регулює.

2. Загальні принципи безпеки

- Захист інформації: основні принципи захисту даних та інформаційної безпеки.
- Обов'язки працівників ЗО: Вимоги до співробітників щодо дотримання політик безпеки.

3. Управління доступом

- Контроль доступу: політика щодо управління доступом до мережевих ресурсів та систем.
- Автентифікація користувачів: використання сильних паролів, двофакторної аутентифікації.

4. Безпека мережі

- Захист мережі: застосування файрволів, систем виявлення та запобігання вторгнень.
- Безпечне використання бездротових мереж: політики щодо бездротових мереж та їх безпеки.

5. Управління інцидентами

- Реагування на інциденти безпеки: процедури реагування на безпекові інциденти.
- Звітність про інциденти: процедури документування та повідомлення про інциденти.

6. Захист пристроїв та обладнання

- Безпека кінцевих точок: вимоги до безпеки персональних комп'ютерів, мобільних пристроїв
- Фізична безпека: заходи для захисту фізичного обладнання.

7. Оновлення та підтримка

- Оновлення програмного забезпечення: політика оновлення програмного забезпечення та оперативного виправлення помилок.
- Резервне копіювання даних: вимоги та процедури для резервного копіювання важливих даних.

8. Освіта та тренінг

- Тренінг із безпеки: регулярні навчання з питань кібербезпеки для учасників освітнього процесу.
- Освітні ресурси: ресурси для самоосвіти у галузі кібербезпеки.

9. Дотримання законодавства

- Відповідність законам та нормам: врахування місцевого та міжнародного законодавства з питань захисту даних.

10. Перегляд та оновлення політики

- Моніторинг і перегляд: планування регулярних перевірок та оновлень політики безпеки для адаптації до нових загроз та технологій.

Додаток №9

Політика інформаційної безпеки закладу освіти

1. Вступ

- Мета політики.
- Сфера застосування політики.
- Відповідальність за впровадження та підтримку політики.

2. Основні терміни та визначення

- Важливі терміни, пов'язані з комунікаційною та інформаційною безпекою.

3. Загальні принципи безпеки

- Загальні цілі та принципи безпеки, що керують політикою.
- Підхід до ризиків та їх управління.

4. Організаційна структура безпеки

- Ролі та обов'язки (наприклад, керівник безпеки, адміністратори, користувачі).

5. Управління цифровими активами

- Ідентифікація і класифікація активів.
- Відповідальність за збереження активів.

6. Безпека працівників ЗО

- Політики безпеки при наймі та звільненні.
- Освітні програми та тренінги з безпеки.

7. Фізична та операційна безпека

- Захист приміщень та обладнання.
- Безпека обробки та зберігання інформації.

8. Управління доступом

- Політика контролю доступу.
- Реєстрація та аутентифікація користувачів.
- Управління привілеями та правами доступу.

9. Комунікаційна безпека

- Захист мереж та передачі даних.
- Політика використання електронної пошти та Інтернету.

10. Управління інцидентами з безпекою

- Процедури реагування на інциденти.
- Ведення звітності про інциденти.

11. Відновлення після порушень і надзвичайних ситуацій

- Розробка та тестування планів відновлення.
- Забезпечення неперервності.

12. Дотримання норм та законодавства

- Огляд відповідності політик законодавчим нормам.

Додаток №10

Алгоритми дій у кризових ситуаціях в Інтернеті

Компрометація персональних даних



Підготовка:

Регулярно оновлюйте паролі та використовуйте двофакторну автентифікацію.

Дії при компрометації:

1. Негайно змініть паролі до усіх акаунтів, які могли бути зазначені.
2. Повідомте банки та фінансові установи про потенційний ризик.
3. Скористайтеся послугами моніторингу кредиту, якщо такі доступні.
4. Подайте скаргу в правоохоронні органи.

Після дії:

Проаналізуйте, як стався витік інформації. Для уникнення повторення ситуації регулярно оновлюйте паролі.

Додаток №10

Фішингова атака







Підготовка:

Варто навчитись розпізнавати фішингові електронні листи та повідомлення.

Дії при атаках:

1. Не переходьте за підозрілими посиланнями і не вводьте особисті дані.
2. Перевірте адресу відправника та наявність граматичних помилок у листі.
3. Повідомте про фішинговий спам свого постачальника електронної пошти та інші залучені сервіси.
4. Змініть паролі, якщо ви вважаєте, що ваш акаунт міг бути скомпрометований.

Після дії:

Варто переглянути і покращити налаштування безпеки.

Додаток №10

Втрата доступу до акаунту



Підготовка:

Встановіть надійні запитання для відновлення паролів.

Дії при втраті доступу:

1. Скористайтеся процедурою відновлення акаунту на відповідному сервісі.
2. Зв'яжіться з технічною підтримкою сервісу, якщо стандартні методи не працюють.
3. Оновіть ваші запитання для відновлення та налаштування безпеки, щойно доступ буде відновлено.

Після дії:

Варто запровадити додаткові засоби безпеки, щоб зменшити ризик повторної втрати доступу.



Додаток №10

Атака вірусу або шкідливого програмного забезпечення





Підготовка:

Використовуйте надійне антивірусне програмне забезпечення та регулярно його оновлюйте.

Дії при атаках:

1. Відключіть Інтернет-з'єднання для запобігання поширенню шкідливого програмного забезпечення.
2. Запустіть антивірусну перевірку для ідентифікації та видалення шкідливих програм.
3. Відновіть систему з надійної резервної копії.

Після дії:

Проаналізуйте, як шкідливе програмне забезпечення потрапило в вашу систему, та вживайте заходів для запобігання повторення атаки.



Додаток №11

Алгоритми дій на випадки онлайн-ризиків

Загальний алгоритм дій у випадку онлайн-ризиків:



1. Заспокоїтися та не панікувати самим.
2. Не звинувачувати ні в чому дитину та/або батьків.
3. Зробити «знімки екрана», тобто збираємо докази (дитина має робити це сама і не показувати нікому).
4. Знімки екранів з листуванням, відео та будь-якими іншими матеріалами, за можливості збереження файлів у пам'ять телефону дитини. При цьому важливо не дивитися матеріали. Уникати поширення інформації третім особам.
5. Поскаржитися адміністрації спільноти на профіль злочинця та додати його у чорний список.
6. Поскаржитися на контент в застосунку або програмі, в якій відбувся інцидент.
7. Не видаляти матеріали з телефону дитини, але видалити контент із листування.
8. Спостерігати за емоційним та психічним станом дитини.
9. Звернутися до кіберполіції/психолога/керівника ЗО/батьків (опціонально).
10. Попіклуйтеся про те, щоб дитина отримала належну психологічну підтримку.

Пам'ятайте, що до кіберполіції ми звертаємося 100% у ситуаціях: кібербулінгу, сексторшену, онлайн-грумінгу та секстингу, де присутній шантаж, погрози, маніпуляції. Інші онлайн-ризики потребують індивідуального вивчення ситуації.



Додаток №11

Алгоритм дій при секстингу, сексторшну, онлайн-грумінгу



1. Дорослим треба самим заспокоїтися та уникати паніки. Пам'ятайте, що у цій ситуації ваш емоційний стан та готовність робити все правильно і швидко може вплинути на загальну ситуацію. Коли ви будете панікувати та занадто піддаватися емоціям, це може негативно вплинути на стан дитини.

2. Підтримати дитину. Поговоріть з дитиною, не критикуйте та не звинувачуйте дитину у тому, що трапилося. Пам'ятайте, дитина ні в чому не винна. У ситуації насильства винен тільки злочинець. Скажіть, що вам прикро, що так сталося, і ви готові допомогти та бути поруч.

3. Не вимагати від дитини, яка причетна до інциденту, розкривати інформацію про зображення (що саме на ньому зображено). Дитині буде соромно про це говорити.

4. Не просити показати фото/відео, яке зробила дитина, але попросити зробити знімок або запис екрана власного гаджета. Цей крок є основою доказової бази для кіберполіції, якщо у ситуації є шантаж, погрози та залякування.

5. Не розголошувати деталі інциденту нікому без потреби, щоб уникнути потенційних пліток та стигматизації дитини від суспільства. Дитині буде комфортніше та простіше спілкуватися, коли вона розумітиме, що її право на конфіденційність інформації поважають, і про це не дізнається ніхто сторонній.

6. Видалити контент з чатів, хмаросховищ, інших приватних сторінок, платформ, сайтів. Цей крок потрібен, щоб запобігати поширенню контенту, та позбутися потенційно травмуючих матеріалів для дитини. Важливо: коли видаляєте матеріали з листування, натискайте «видалити для всіх», щоб контент зник повністю.

7. Заблокувати профіль злочинця. Додати профіль у чорний список.

8. Поскаржитися на контент. Якщо контент усе-таки з'явився у публічному просторі, потрібно поскаржитися адміністрації спільноти/мережі/месенджера на профіль, який поширив цей контент («розповсюджує матеріали, що зображають насильство над дітьми»).

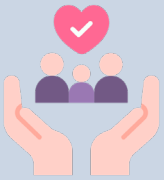
9. Допомога дитині. Порадьте дитині та її родині ресурси психологічної допомоги у випадках сексуального насильства над дітьми та експлуатації в Інтернеті.

10. За потреби звернутися до кіберполіції шляхом подачі електронної заяви.

11. За можливості контролюйте ситуацію і після завершення інциденту. Спостерігайте за перебігом подій, емоційним та психічним станом дитини. Якщо є потреба, то станьте для дитини саме тим дорослим, якому вона може довіряти, з яким можна поговорити про онлайн-світ та про різні ситуації у ньому.

Додаток №12

Алгоритм дій педагогічних працівників для перенаправлення здобувачів освіти для отримання психологічної допомоги від практичного психолога закладу освіти



Коли потрібно перенаправлення?

Коли педагог помічає ознаки психологічних проблем в здобувачів освіти, такі як стрес, тривога, агресивність або відчуття безпомічності та ін. Або якщо є інформація, що у дитини є життєві труднощі.

Симптоми, на які варто звернути увагу:

- надмірна настороженість, тривожність;
- виразний страх за рідних і близьких (наприклад, дитина дуже часто просить дозволити зателефонувати батькам);
- виразний страх за появи якогось стимулу, що нагадує про пережиту травму;
- занурення у себе, відгородження від однолітків, друзів, розрив раніше важливих контактів (дитина, наприклад, на перерві сидить сама і ні з ким не спілкується;
- проблеми із засинанням;
- нічні кошмари та нічні жахіття;
- зацікавленість смертю, нав'язливі запитання, розповіді про смерть і померлих;
- крики та істерики;
- підвищена агресивність чи надмірна пасивність; спалахи гніву, агресія спрямована на однокласників та дорослих;
- ігри, малюнки, постійні розповіді, що відтворюють травмівні події;
- тривога за майбутнє;
- тенденція до регресивної поведінки;
- проблеми з концентрацією уваги та непосидючість;
- скарги на самопочуття, які не підтверджуються аналізами та лікарським обстеженням;
- емоційне заціпеніння, відсутність реакцій на страждання інших людей;
- розпорошеність уваги та нездатність сконцентруватися на навчанні;
- страх смерті.

Додаток №12

Кроки відновлення

Що робити?	Як робити?
Будьте уважними	Педагогічні працівники мають бути уважними до змін у поведінці дітей та їх емоційного стану. Можна помітити такі зовнішні прояви: агресивну поведінку, погіршення академічних результатів, відсутність інтересу до навчання та інші ознаки стресу чи тривоги.
Поспілкуйтесь з дитиною	Спробуйте відкрито поговорити з дитиною про її почуття. Важливо створити атмосферу довіри та підтримки.
Порекомендуйте звернутись до практичного психолога	Важливо пояснити дитині, що звернення до психолога не є ознакою слабкості, а скоріше кроком до вирішення проблеми та поліпшення самопочуття.
Співпрацюйте з практичним психологом	За потреби надайте практичному психологу інформацію про спостереження та враження щодо психологічного стану дитини. Це допоможе психологуї зробити більш об'єктивну оцінку ситуації та надати ефективну допомогу.

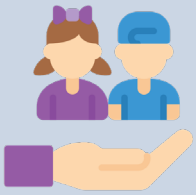
Що робити далі?

За потреби проговоріть з психологом ваші дії та особливості взаємодії з дитиною в складній ситуації, щоб уникнути повторення ситуації з цією дитиною або з іншими дітьми.



Додаток №13

Алгоритм дій педагога з метою психоемоційної регуляції групи дітей під час та після небезпечної події



Що таке психоемоційна регуляція групи дітей?

Психоемоційна регуляція групи дітей під час та після небезпечної події — це процес керування та підтримки емоційного стану дітей у групі, спрямований на зменшення стресу, підвищення стійкості та адаптації до нових обставин після виникнення небезпечної або травматичної ситуації.

Мета психоемоційної регуляції: забезпечення емоційного комфорту та адаптації під час та після небезпечних подій. Зокрема, зниження рівня стресу, підвищення стійкості до негативних впливів та підтримку здатності дитини ефективно впоратися з емоційними викликами.

Особливості надання психоемоційної регуляції

Психоемоційна регуляція передбачає:

- виявлення, розуміння та ефективне управління власними емоціями;
- здатність допомагати іншим у їхній емоційній регуляції;
- застосування різноманітних стратегій саморегуляції, таких як використання дихальних технік, медитації, фізичної активності, позитивного мислення та встановлення підтримуючих соціальних зв'язків.

Надається

У різних життєвих ситуаціях, де є переживання стресу, тривоги або інших негативних емоцій:

- реакції на надзвичайні події, наприклад, природні катастрофи чи військові конфлікти;
- в ситуаціях пов'язаних з навчанням, взаємодією з оточуючими людьми, виявленням власних почуттів та реагуванням на них.

Додаток №13

Кроки відновлення

1. Оцініть емоційний стан та потреби дітей під час та після надзвичайної події. Пам'ятайте про можливі різні реакції дітей на стрес (бій, біжи, завмри) і відповідну поведінку (ховається під парту, біжить до дверей, плаче, йде до вчителя, дивиться у вікно, завмирає тощо).
2. Структуруйте учнів за станом у певну «піраміду» для вибудовування взаємодопомоги. Тому, хто більш в стабільному стані дайте завдання: «Марійка, подивись, що робить Петро». Таким чином збільшується кількість опорних точок у просторі. Важливо: коли закінчиться ситуація повернути дітей у «дитинство»: «Ти мені допомогла, але не зобов'язана це робити, дякую».
3. Проговорюйте дітям, що ви робите. Надавайте їм емоційну підтримку та дозвіл на вираження їхніх почуттів. За необхідністю застосовуйте різні стратегії саморегуляції, наприклад, дихальні вправи.
4. Залежно від ситуації може бути евакуація дітей (дійте за алгоритмом евакуації). Можливо надання ППД, за потреби.
5. Журнал для вчителя — це точка опори («якір»). Під час надзвичайної події потрібна концентрація уваги, тому тримайте журнал в руці, промовляйте прізвища дітей. Дитина, яка чує своє ім'я, реагує та таким чином також концентрується.
6. Пам'ятайте, що реакція дітей на небезпечну подію залежить і від реакції дорослих. Педагоги можуть допомогти дітям, підтримуючи їх, залишаючись якомога спокійнішими.

Проведення бесіди в класі/групі після небезпечної події: схема та варіанти розвитку

1. Дайте дітям конкретну та оновлену інформацію про те що сталось у короткій формі. Попросіть їх розповісти, де вони перебували під час події, як вони про неї дізналися та що вони помітили.
2. Запитайте про їх думки, як позитивні, так і негативні.
3. Запитайте дітей, як вони та інші оточуючі реагували на ситуацію.
4. Використовуйте стратегії стійкості: обговорюйте з дітьми, який досвід вони здобули та як це може їм допомогти в майбутньому. Розгляньте разом із ними такі питання, як «Що мені зараз може допомогти?», «Як швидко це може мені допомогти?» та «Що в минулому мені вже допомагало?».
5. Підсумуйте розмову, нормалізуйте емоції дітей та запропонуйте стратегії подолання стресу.
6. У разі необхідності перенаправте дитину до практичного психолога закладу.

Додаток №14

Алгоритм реагування педагогічних працівників закладів освіти у разі виникнення у дитини гострої стресової реакції ПІД ЧАС освітнього процесу



Що таке стрес?

Стрес — це неспецифічна реакція організму у відповідь на дію подразника ззовні, яка перевищує норму; захисна реакція організму на зовнішні подразники, що проявляється психічно, фізично, емоційно та дає змогу адаптуватися до змін.

Травматичний стрес — це складна система реакцій на подію, яку людина суб'єктивно сприймає як травматичну.

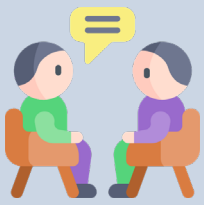
Як розпізнати гостру стресову реакцію у дитини?

Відслідкувати маркери трьох рівнів:

Фізіологічні ознаки: нервове тремтіння, ступор, надмірне м'язове напруження, підвищення артеріального тиску та інші.

Поведінкові ознаки: істерика, агресивні реакції, відчуженість, дезорієнтація та інші.

Когнітивні ознаки: звуження поля уваги, сплутане мислення, проблеми у відтворенні інформації та інші.



Додаток №14

Кроки відновлення

Що робити?	Як робити?
Будьте поруч	Підтримуйте спокійний тон у спілкуванні, дайте дитині можливість відчути себе в безпеці. За можливості дайте більше простору.
Зменште дію стресових факторів	По можливості зменшіть навколишній шум та активність, які можуть дратувати і погіршувати стан дитини. Забезпечте комфортне і тихе місце. Подбайте про фізичний комфорт дитини. Забезпечте доступ до води, місця для відпочинку.
Надайте першу допомогу	• Застосуйте вправи та техніки для поліпшення загального психоемоційного стану (дихальні вправи, техніки на заземлення (тактильні, візуальні та ін.). • Якщо дитина плаче, не зупиняйте її, дайте реакції відбутись, будьте поруч, не залишайте дитину саму. • Якщо дитина в ступорі, візьміть та потисніть її руки/долоні, попросіть її зігнути пальці, тримайте фізичний контакт. • Спробувати проговорити з дитиною її стан на момент «тут і зараз», не розпитуючи про саму травмуючу подію. Вислухайте дитину, дайте їй виговоритись, дайте назви емоціям («Я бачу, що ти засмучений». • Проговоріть із дитиною дії на найближче майбутнє (наприклад «ми зараз підемо попити води»).

Що робити далі?

Повідомте батькам дитини (або особам, що їх замінюють) про випадок, який стався, опишіть їм свої дії у відповідь на гостру стресову реакцію дитини. Проговоріть з ними можливість звернення до шкільного психолога за допомогою та підтримкою. Розкажіть про можливі подальші ускладнення, які можуть виникнути у дитини та ризики формування ускладнень у сфері психічного здоров'я.

Додаток №15

Алгоритм реагування на панічну атаку у педагога

*Цей алгоритм призначений для самодопомоги



Що таке панічна атака?

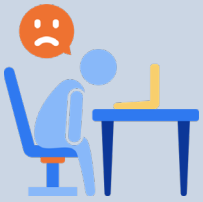
Панічна атака — це короткий епізод сильного занепокоєння, що викликає фізичні відчуття страху, такі як прискорене серцебиття, задишку або запаморочення.

Ознаки панічної атаки:

- раптове відчуття небезпеки, тривоги;
- страх втратити контроль;
- відчуття, ніби помираєш;
- почуття нереальності, відстороненості;
- втрата зв'язку зі своїм тілом;
- головний біль; запаморочення; слабкість;
- проблеми з координацією рухів; біль у грудях;
- тремор;
- відчуття задухи;
- утруднення дихання,
- задишка;
- нудота;
- пітливість;
- поколювання або оніміння в пальцях рук/ніг;
- прискорене серцебиття та інші.







Додаток №15

Кроки відновлення

Що робити?	Як робити?
Дихання по квадрату	Зробіть видих на рахунок 5 секунд; затримайте дихання на рахунок 5; видих на 5; знову затримайте дихання на 5 секунд. Уявіть, ніби під час дихання ви подумки складаєте квадрат. Повторіть вправу 5-10 разів.
Подихати у паперовий пакет	Зробити глибокий видих у паперовий пакет. Попри відчуття, що при панічній атаці людині не вистачає повітря, насправді її кров перенасичена киснем. Дихаючи в пакет, людина зменшує рівень кисню, що пригнічує прояви панічної атаки.
Вправа «Тут і зараз»	Торкніться трьох предметів, відчуйте їхню форму, текстуру, розгляньте колір; подивіться на 5 випадкових предметів навколо себе, подумайте про кожний із них; якщо є можливість, спробуйте щось на смак: цукерку, воду, сік. Дихайте повільно.
Обійми	Спробуйте самі себе обійняти.
Розтирання	Розітріть свої руки, розігрітими руками розітріть вуха, груди.

Як допомогти собі після панічної атаки?

- Подумайте, що потрібно вашому організму після панічної атаки. Наприклад, вам може знадобитися поспати, відпочити, щось з'їсти чи випити.
- Шукайте допомогу в людини, якій довіряєте.
- Порадьтеся з лікарем, психотерапевтом, що вам варто робити, щоб попередити панічні атаки.
- Спробуйте додаткові методи, такі як масаж, йога чи пілатес (чи будь-яка інша форма фізичної активності), щоб допомогти собі розслабитися.
- Навчіться правильно глибоко дихати, щоб полегшити симптоми під час нападу.
- Регулярно виконуйте фізичні вправи, щоб зменшити стрес і напругу.
- Уникайте солодкої їжі, напоїв з кофеїном та алкоголю.

Додаток №16

Алгоритм реагування педагогічних працівників закладів освіти у разі виникнення панічної атаки у дитини ПІД ЧАС освітнього процесу



Що таке панічна атака?

Панічна атака — це раптовий напад сильної тривоги з ознаками паніки, який викликає сильний дискомфорт і супроводжується вираженими зовнішніми проявами.

Як розпізнати панічну атаку у дитини?

Відслідковувати фізіологічні маркери:

- задишка, прискорене або ускладнене дихання;
- запаморочення, відчуття непритомності;
- гостра реакція на зміну інтенсивності світла;
- прискорене серцебиття та тиск у грудях;
- надмірне потовиділення;
- тремтіння кінцівок та хиткість у ногах, спазми у шлунку, нудота та інші.



Додаток №16

Кроки відновлення

Що робити?	Як робити?
Будьте уважними	Спробуйте вчасно помітити перші ознаки панічної атаки, такі як раптовий тремор або ускладнене дихання, щоб мати змогу швидко відреагувати.
Заспокойте дитину	Створіть для дитини відчуття безпеки, говоріть з нею спокійно та обережно, уникайте натовпу і шуму, забезпечте комфортне оточення.
Надайте першу допомогу	• Допоможіть дитині пережити панічну атаку застосувавши техніки на заземлення («дихання по квадрату», «обійми метелика» та ін.). • Оцініть ситуацію і спробуйте зрозуміти, що спричинило панічну атаку, щоб за можливості переключити увагу дитини на інший об'єкт чи явище дійсності. • Проговоріть з дитиною дії на найближче майбутнє (наприклад, «ми зараз підемо попити води»).
Не залишайтесь на самоті з ситуацією	За потреби (по можливості) проінформуйте інших працівників освітнього закладу (медпрацівника, психолога) про ситуацію, яка сталася, щоб при необхідності вони могли вам допомогти.

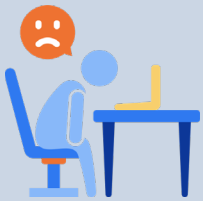
Що робити далі?

Повідомте батькам дитини (або особам, що їх замінюють) про випадок, який стався, опишіть їм свої способи реагування та розкажіть про реакції, які були у дитини. Проговоріть з ними можливість звернення до шкільного психолога за допомогою та підтримкою.

Додаток №17

Алгоритм реагування на професійне вигорання

*Цей алгоритм призначений для самодопомоги



Що таке професійне вигорання?

Професійне вигорання — виснаження емоційних, розумових і енергетичних ресурсів людини, яке розвивається на тлі сильного хронічного стресу в роботі.

Ознаки професійного вигорання

Соціально-психологічні:

- апатія у роботі та особистому житті;
- пасивність;
- пригніченість;
- песимізм;
- цинізм;
- байдужість;
- дратівливість, агресивність;
- підвищена тривожність;
- нудьга і туга;
- бажання перерватися та відпочити;
- відчуття безпорадності та безнадійності;
- нездатність зосередитись;
- бажання побути на самоті після роботи.

Психофізичні:

- хронічна втома;
- зниження активності;
- емоційне виснаження;
- порушення сну та безсоння;
- головні болі;
- нудота;
- втрата апетиту;
- проблеми зі шлунком чи кишківником.

Додаток №17

Кроки відновлення

Не приховуйте свої емоції

Шукайте підтримку у рідних, близьких, колег.

Займайтесь фізичною працею

Підтримуйте своє фізичне здоров'я та намагайтеся тримати себе у формі. Дбайте про збалансоване харчування, повноцінний відпочинок, ведіть здоровий спосіб життя.

Пам'ятайте про відпочинок

Робіть невеликі перерви у роботі. Переключайтеся на інші види діяльності.

Займайтесь творчістю

Приділяйте час для хобі або заняття, якому зможете присвячувати свій вільний час. Системність занять надасть відчуття впевненості та стабільності.

Навчіться розслаблятися

Опануйте прийоми саморегуляції та керування стресом.

Звертайтесь до фахівця

Коли виникає розуміння, що самостійно справитися з проблемою професійного вигорання не вдається — звертайтеся за допомогою до спеціалістів: психолога або психотерапевта.

Що робити далі?

- Опануйте навички тайм-менеджменту.
- Правильно розставляйте пріоритети та цілі.
- Не намагайтеся бути найкращим/кращою завжди та в усьому.
- Розробіть чіткі стратегії, які допоможуть вам справитись зі стресом (турбота про себе, збалансоване харчування, здоровий сон тощо).
- Регулярні перерви в роботі, поряд зі щоденними вправами на відновлення, можуть допомогти вам у боротьбі з вигоранням.

Додаток №18

Алгоритм дій для ефективного аналізу та зменшення потенційних загроз для користувачів в Інтернеті



Крок 1 Аналіз використання Інтернету

Перегляньте прилади та підключення

Запишіть, з яких пристроїв ви заходите в Інтернет (смартфони, планшети, ноутбуки) та типи мереж (домашній Wi-Fi, публічний Wi-Fi).

Крок 2 Ідентифікація потенційних ризиків

Кібератаки

Визначте, чи є ваші акаунти або пристрої потенційно вразливими до атак (фішинг, шкідливе ПЗ, віруси).

Приватність даних

Оцініть ризики, пов'язані з приватністю та безпекою ваших особистих даних. Подумайте про можливість витоку інформації через недостатньо захищені вебсайти або додатки.

Соціальна інженерія

Розгляньте, як інформація, яку ви публікуєте в соцмережах, може бути використана проти вас.

Крок 3 Оцінка вразливостей

Паролі та автентифікація

Перевірте надійність ваших паролів і налаштувань автентифікації. Чи використовуєте ви двофакторну автентифікацію там, де це можливо?

Оновлення ПЗ

Переконайтеся, що всі ваші системи та програми оновлені до останніх версій для захисту від відомих уразливостей.

Додаток №18

Крок 4 Розробка плану дій

Зміцнення захисту

Розробіть стратегію посилення безпеки, включаючи встановлення надійних антивірусних рішень, зміну паролів на складніші, активацію двофакторної аутентифікації.

Регулярні перевірки безпеки

Встановіть графік регулярних перевірок безпеки для перевірки захисту ваших даних та систем.

Крок 5 Освітні заходи

Навчання

Запишіться на курси або семінари з онлайн безпеки.

Організація навчання правил з онлайн-безпеки передбачає системний, багатовекторний та багаторівневий підхід.

Варто почати з впровадження таких елементарних правил з онлайн-безпеки:

- права та обов'язки здобувачів освіти;
- стійкість та оцінка ризиків;
- ефективні загальношкільні підходи ;
- інтегрована та специфічна навчальна програма;
- постійне вдосконалення шляхом перегляду та оцінювання.



ОСНОВНІ ТЕРМІНИ,
ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ У ПОСІБНИКУ









В цьому посібнику терміни вживаються в таких значеннях

Безпечне освітнє середовище	Сукупність умов у закладі освіти, що унеможливлюють заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема внаслідок недотримання вимог санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил, законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних, безпечності та якості харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування, шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (зокрема шляхом булінгу (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможливлюють вживання на території та в приміщеннях закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин.
Безпека життєдіяльності	Комплексна система знань про захищеність життя і діяльності особистості, суспільства і життєвого середовища від небезпечних факторів природного і штучного характеру. Безпека життєдіяльності поєднує в собі пожежну безпеку, санітарно-епідеміологічне благополуччя, охорону здоров'я, екологічну та ядерну безпеку, попередження надзвичайних ситуацій, цивільний захист, безпеку руху, якість і безпеку продукції та послуг, безпеку споруд, будівель та інженерних мереж тощо.
Надзвичайна ситуація	Обстановка на окремій території чи суб'єкті господарювання на ній або водному об'єкті, яка характеризується порушенням нормальних умов життєдіяльності населення, спричинена катастрофою, аварією, пожежею, стихійним лихом, епідемією, епізоотією, епіфітотією, застосуванням засобів ураження або іншою небезпечною подією, що призвела (може призвести) до виникнення загрози життю або здоров'ю населення, великої кількості загиблих і постраждалих, завдання значних матеріальних збитків, а також до неможливості проживання населення на такій території чи об'єкті, провадження на ній господарської діяльності.
Небезпечна подія	Подія, у тому числі катастрофа, аварія, пожежа, стихійне лихо, епідемія, епізоотія, епіфітотія, яка за своїми наслідками становить загрозу життю або здоров'ю населення чи призводить до завдання матеріальних збитків.
Команда реагування закладу освіти	Працівники закладу освіти, перелік яких затверджений наказом його керівника, на яких покладається здійснення заходів щодо раннього попередження, евакуації та реагування в разі нападу, ризику нападу на заклад освіти.
Стрес	Особливий стан психіки, організму в цілому, який визначається широкою мобілізацією функціональних резервів для подолання будь якого стресового (часто екстремального) впливу.
Перша психологічна допомога	Це сукупність заходів загальнолюдської підтримки та практичної психологічної допомоги людям, які зазнали впливу значних стресорів. Її надання не передбачає значної професійної підготовки, достатньо педагогічних знань, отриманих в межах загальноосвітнього психологічного інформування, і природної здатності проявляти співчуття, людяність.
Стресова подія	Будь-яка подія, що порушує звичний перебіг життя. Це надто сильні подразники — нещастя, зневажливе ставлення, незаслужена образа, неправда, втрати, несподівані перепони і бракподразників — монотонність, самотність, брак руху, інформації, ізоляція тощо.
Кризова ситуація	Гострий, обмежений у часі феномен, який суб'єктивно переживається як приголомшлива емоційна реакція на стресову ситуацію або подію, соціальну ситуацію або подію, період психосоціального розвитку, катастрофу, стихійне явище або суб'єктивне сприйняття цієї події.
Кризовий стан, гостра кризова реакція	Реакція на стрес, розлад адаптації або посттравматичний стресовий розлад.
Кризова інтервенція	Форма психосоціальної допомоги та лікування, яка займається симптомами та розладами, що можуть бути безпосередньо пов'язані з кризами.
Травматична подія	Характеризується раптовістю, руйнівною силою, інтенсивністю. Це подія, пов'язана з фактом або загрозою смерті, серйозного тілесного ушкодження чи сексуального насильства, несе абсолютно нову інформацію, яку людина має інтегрувати в попередній життєвий досвід. Травматичну подію можна пережити особисто, можна стати її свідком чи отримати звістку про важку фізичну травму або смерть близької людини. Реакцією на травматичну подію є фізичний і/або емоційний травматичний стрес.
Травматичний стрес (психотравма)	Це особлива форма загальної стресової реакції, за якої відбувається перевантаження психологічних, фізіологічних та адаптаційних можливостей людини. У цьому випадку стрес для людини є травматичним та може стати причиною психологічної травми.

Безпека	Система заходів, що захищають особистість від різного виду загроз, і передбачає можливості керувати небезпеками, уміння попереджати та уникати загрозливі системи. Безпека є наявністю і дією різних факторів, сил, які є дизфункціональними, дестабілізуючими або деструктивними відносно людини, передбачає актуалізацію можливостей особистості, поглядів на життєві перешкоди, труднощі, що є способами визначення її важливості та значимості. Це комплекс заходів спрямованих на запобігання несанкціонованому доступу до закладу освіти, обладнання та ресурсів, а також для захисту учасників освітнього процесу та майна від збитку чи шкоди. Фізична безпека передбачає використання кількох рівнів взаємозалежних систем, які можуть включати відеоспостереження, охорону, захисні бар'єри, замки, контроль доступу, виявлення вторгнень по периметру, системи стримування, протипожежний захист та інші системи, призначені для захисту людей і власності.
Психологічна безпека освітнього середовища/ психологічний простір	Стан психологічної захищеності учасників освітнього процесу; діалогічний характер педагогічного спілкування, міжособистісна толерантність, психологічний комфорт та благополуччя, атмосфера довіри та взаємної поваги учасників освітнього процесу.
Надзвичайний стан	Це особливий правовий режим, який може тимчасово вводитися в Україні чи в окремих її місцевостях при виникненні надзвичайних ситуацій техногенного або природного характеру не нижче загальнодержавного рівня, що призвели чи можуть призвести до людських і матеріальних втрат, створюють загрозу життю і здоров'ю громадян, або при спробі захоплення державної влади чи зміни конституційного ладу України шляхом насильства і передбачає надання відповідним органам державної влади, військовому командуванню та органам місцевого самоврядування відповідно до цього Закону повноважень, необхідних для відвернення загрози та забезпечення безпеки і здоров'я громадян, нормального функціонування національної економіки, органів державної влади та органів місцевого самоврядування, захисту конституційного ладу, а також допускає тимчасове, обумовлене загрозою, обмеження у здійсненні конституційних прав і свобод людини і громадянина та прав і законних інтересів юридичних осіб із зазначенням строку дії цих обмежень.
Соціальні надзвичайні ситуації	Це порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті, спричинене протиправними діями терористичного та антиконституційного спрямування, або пов'язане зі зникненням (викраденням) зброї та небезпечних речовин, нещасними випадками з людьми тощо.
Надзвичайні ситуації природного характеру	Це порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті, пов'язане з небезпечним геофізичним, геологічним, метеорологічним або гідрологічним явищем, деградацією ґрунтів чи надр, пожежею у природних екологічних системах, зміною стану повітряного басейну, інфекційною захворюваністю та отруєнням людей, інфекційним захворюванням свійських тварин, масовою загибеллю диких тварин, ураженням сільськогосподарських рослин хворобами та шкідниками тощо.
Надзвичайні ситуації техногенного характеру	Це порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті внаслідок транспортної аварії (катастрофи), пожежі, вибуху, аварії з викиданням (загрозою викидання) небезпечних хімічних, радіоактивних і біологічно небезпечних речовин, раптового руйнування споруд; аварії в електроенергетичних системах, системах життєзабезпечення, системах телекомунікацій, на очисних спорудах, у системах нафтогазового промислового комплексу, гідродинамічних аварій тощо.
Воєнні надзвичайні ситуації	Порушення нормальних умов життя та діяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті, спричинене застосуванням звичайної зброї або зброї масового ураження, під час якого виникають вторинні чинники ураження населення, що її визначають в окремих нормативних документах.
Шлях евакуації	Безпечний для руху людей шлях, який веде до евакуаційного виходу.
Домашнє насильство	Діяння (дії або бездіяльність) фізичного, сексуального, психологічного або економічного насильства, що вчиняються в сім'ї чи в межах місця проживання або між родичами, або між колишнім чи теперішнім подружжям, або між іншими особами, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у родинних відносинах чи у шлюбі між собою, незалежно від того, чи проживає (проживала) особа, яка вчинила домашнє насильство, у тому самому місці, що й постраждала особа, а також погрози вчинення таких діянь.
Жорстоке поводження з дитиною	Будь-які форми фізичного, психологічного, сексуального або економічного насильства над дитиною, зокрема домашнього насильства, а також будь-які незаконні угоди стосовно дитини, зокрема вербування, переміщення, переховування, передача або одержання дитини, вчинені з метою її експлуатації з використанням обману, шантажу чи уразливого стану дитини.

Загроза життю або здоров'ю дитини	Обставини, що можуть призвести чи призвели до тяжких наслідків для життя, стану здоров'я та розвитку дитини, зокрема тяжкої, у тому числі невиліковної хвороби, тілесних ушкоджень або заподіяння шкоди нормальному фізичному, психічному розвитку дитини, у зв'язку з чим вона потребує допомоги.
Забезпечення найкращих інтересів дитини	Дії та рішення, що спрямовані на задоволення індивідуальних потреб дитини відповідно до її віку, статі, стану здоров'я, особливостей розвитку, життєвого досвіду, родинної, культурної та етнічної належності та враховують думку дитини, якщо вона досягла такого віку і рівня розвитку, що може її висловити.
VPN (віртуальна приватна мережа)	Це послуга, яка дозволяє мати приватне з'єднання під час використання загальнодоступної мережі. VPN часто використовується для приховування вашого місцезнаходження, надаючи приватний шлях між комп'ютером і вебсайтами, які ви відвідуєте в Інтернеті. Це означає, що ваше місцезнаходження не буде видно під час перегляду в Інтернеті.
Браузер	Це програма, яка дозволяє користувачам переглядати сторінки в Інтернеті та взаємодіяти з інформацією онлайн. До найбільш популярних браузерів відносять: Google Chrome, Firefox, Opera, Safari, Internet Explorer та Edge.
Конфіденційність	Це принцип, що стосується збереження таємниці інформації та обмеження доступу до неї лише уповноваженим особам. Він охоплює захист приватності та безпеки конфіденційної інформації, довіреної відповідній особі.
Персональні дані (персональна інформація або інформація, що дозволяє ідентифікувати особу)	Це будь-яка інформація, яка може бути використана для прямої чи опосередкованої ідентифікації людини. Це охоплює широкий спектр деталей, які створюють картину того, ким є людина, як онлайн, так і офлайн.
Політика приватності (Політика використання)	Це пояснення того, як компанія збирає, зберігає та використовує вашу особисту інформацію. Цей документ є важливим до прочитання, адже відповідає на питання щодо того, яка інформація, ким та з якою метою збирається.
Цифрова безпека	Це набір інструментів, які використовуються для захисту персональних даних, ідентичності та інших активів в Інтернеті. Прикладами таких продуктів є вебсервіси, антивірусні програми, SIM-карти для смартфонів, біометричні дані та безпечні персональні гаджети.
Цифровий слід	Це сукупність мережевої активності, візуалізована в іншій формі. Він може бути представлений у вигляді списку або у вигляді зображення вашої особи, загалом залежно від типу сліду, який передбачається (або доступний) для використання.
Кібербезпека	Захищеність життєво важливих інтересів людини і громадянина, суспільства та держави під час використання кіберпростору, за якої забезпечуються сталий розвиток інформаційного суспільства та цифрового комунікативного середовища, своєчасне виявлення, запобігання і нейтралізація реальних і потенційних загроз національній безпеці України у кіберпросторі.
Інформаційна безпека	Це набір процедур та інструментів, які захищають усю делікатну корпоративну інформацію від неправомірного використання, несанкціонованого доступу, псування або знищення. Він включає безпеку на фізичному й корпоративному рівні, керування доступом і кібербезпеку.
Евакуація	Це ефективні дії людей що знаходяться у приміщенні, в якому є пожежа, спрямовані на переміщення в безпечне місце.
Рятування	Вимушене переміщення людей назовні у випадку впливу на них небезпечних факторів пожежі або при виявленні безпосередньої загрози цього впливу.

unesco

Цей посібник створено за підтримки:

Фонд Президента України

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Міністерство внутрішніх справ України

Академія патрульної поліції

GPE

From the People of Japan

edcamp UKRAINE

МІНЗМІН

STOP sexтинг

Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка у сфері освіти