

Загурська І. Підтримка психічного здоров'я дітей у школі. *Суспільство для психічного здоров'я особистості: взаємодія родини, освіти, громади* : Збірник наукових праць [за матеріалами Міжнародної науковопрактичної інтернет-конференції (Україна, Житомир, 24 листопада 2022 р.)] / Ред. колегія: Г. Пирог, Н. Портницька, І. Тичина / М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С.55-56.

Інна Загурська

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної та практичної психології

Житомирський державний університет імені Івана Франка

м. Житомир, Україна

ПІДТРИМКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ У ШКОЛІ

55

Психічне здоров'я дітей та підлітків важливе. Це аксіома. Але ще більш важливо розуміти, яким чином втілювати в життя цю аксіому, яким чином підтримувати та піклуватися про психічне здоров'я дітей у тому середовищі, яке є одним із визначальних для нього. Школа має відігравати значиму роль не лише для когнітивного розвитку учнів та учениць, а передусім сприяти формуванню таких соціальних навичок, як конструктивна поведінка у стресових та конфліктних ситуаціях, саморегуляція при тривожних станах, поцінування власних досягнень та досягнень інших тощо. Окрім того, важливо, щоби дорослі, які оточують дітей в школі, вміли вчасно помічати проблеми із психічним здоров'ям та за потреби скеровувати за фаховою допомогою.

В інформаційно-довідковому звіті щодо питання психічного здоров'я у школах зазначається, що один із п'яти дітей та підлітків страждає від психічного розладу, який спричиняє обмеження життєдіяльності, а більше половини всіх психічних розладів дорослих починаються до досягнення чотирнадцятирічного віку [2, с.12]. Ці дані засвідчують ключову роль школи у своєчасній ідентифікації труднощів та підтримці психічного здоров'я дітей та підлітків в освітньому середовищі. У згаданому вище інформаційно-

довідковому звіті також підкреслюється, що до захисних факторів психічного здоров'я у школі відносяться навчальне середовище, можливість долучатися до широкого спектру діяльності та академічні досягнення [2, с.13].

Як на мене, важливим є наголосити, що самі по собі академічні досягнення не є однозначним критерієм гарного психічного здоров'я. Академічні досягнення мають бути особистісно ціннісними для дитини та реалізовуватися не за рахунок всього особистого часу школярів. Критичний перегляд змісту та обсягу навчальних завдань для дітей різного віку – це точно перспективне завдання нашої шкільної освіти.

Для того, щоб заходи зі збереження психічного здоров'я в школах мали ефективність, вони мають бути пронизані єдиною ідеєю, мати чітко окреслену мету, завдання та прописані кроки щодо їх реалізації. У цьому плані є гарні перспективи. Наразі В. Горбуною, В. Палій, М. Розяєвим та В. Климчуком розроблено Концепцію школи, чутливої до психічного здоров'я [1].

56

Це надважливий крок у бік турботи про психічне здоров'я українських школярів. Концепція включає опис доказових інтервенцій у підтримці психічного здоров'я у школах, загальних засад першої психологічної допомоги у сфері психічного здоров'я дітям, які вже мають психічні розлади та опис принципів скеровування за фаховою допомогою у разі потреби. Представлена в Концепції піраміда цільових груп, напрямків роботи, основних інтервенцій та ключових осіб дозволяє комплексно вибудовувати стратегію підтримки психічного здоров'я у шкільному середовищі.

Література:

1. Концепція школи, чутливої до психічного здоров'я. Зміст та впровадження. Версія 1.0 / Розробники: Вікторія Горбунова, Валерія Палій, Максим Розяєв, Віталій Климчук. 2022. 49 с.

2. Психічне здоров'я у школах. *Інформаційно-довідковий звіт та основні напрямки діяльності* / переклад Ольги Шпильової, за наукової редакції Віталія Климчука: Implemental Worldwide. 2022. 40 с.