

РІЧНИЙ ЗВІТ
ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА
ліцею №144 ім. Г. Ващенко м. Києва

Ємцової Юлії Григорівни

за 2025/2026 навчальний рік

I. Загальні відомості про психолога

Психолог **Ємцова Юлія Григорівна**, освіта вища психологічна, загальний педагогічний стаж – 32 роки, на посаді практичного психолога – 2 роки 5 місяців.

У поточному навчальному році успішно пройшла чергову атестацію та **підтвердила кваліфікаційну категорію «спеціаліст вищої категорії»**. Також стала дійсним членом ГС «**Національна психологічна асоціація**» (НПА) та дійсним членом ГО «**Українська асоціація нейропсихології**».

II. Характеристика умов роботи

- **2.1. Навантаження:** 1 ставка практичного психолога.
- **2.2. Робоче місце:** кабінет практичного психолога. В кабінеті: 2 письмових стола, 6 шаф із документацією, 18 стільців, 17 парт, 1 крісло, 3 крісла-«груші», принтер, телевізор, дошка.

III. Аналіз основних напрямків роботи

3.1. Мета та завдання

Мета: надання психологічного супроводу учасникам освітнього процесу в умовах воєнного стану, збереження і зміцнення здоров'я, підвищення адаптивних можливостей здобувачів освіти, створення умов для повноцінного і гармонійного розвитку всіх учасників освітнього процесу.

- **Проблема, над якою працювала соціально-психологічна служба у 2025–2026 н.р.:** *«Збереження та формування ментального здоров'я всіх учасників навчально-виховного процесу у воєнний час».*
- **Тема самоосвіти:** *«Психологічний супровід щодо збереження психічного та соціального здоров'я здобувачів освіти в умовах збройного конфлікту».*

Протягом навчального року робота проводилася з учнями, працівниками, батьками та адміністрацією закладу за основними напрямками психологічної діяльності.

Відповідно до вимог конфіденційності, всі персональні дані учасників індивідуальної та групової роботи у звіті знеособлено.

3.2. Діагностичні дослідження

Учні:

- **1А, 1Б, 1В класи:** Діагностика психологічної готовності першокласників до шкільного навчання: Анкета для оцінювання рівня шкільної мотивації (в адаптації Н. Лусканової — модифікована) №30, проєктивна методика «Мій клас» (А.А. Лєскова) №173, методика «Сходінки» (В.Г. Щур). Опитувальники проводилися на платформі «Я – психолог».

- **Спостереження:** За роботою, грою та спілкуванням дітей на уроках та перервах у початкових класах.
- **5А, 5Б класи:** Контроль за адаптацією учнів до нових умов навчання: дослідження мікроклімату, опитувальник особистісної адаптованості А. Фурмана (№10), проєктивна методика «Дерево» (№148), моніторинг соціалізації І. Рожкова (№11) та тест шкільної тривожності Б. Філліпса (№7) (рр. 2-3). Опитувальники проводилися на платформі «Я – психолог».
- **7В клас:** Проєктна методика «Кінетичний малюнок класу».
- **9А, 9Б, 9В класи:** Виявлення індивідуально-типологічних відмінностей: тест «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур» (О.Лібін), дослідження характерологічних проявів особистості: «Психогіометричний тест» (С. Ділінгер), перетворення недоліків у переваги: тест «Тип темпераменту» (Ф.Литтаур).

Індивідуальна діагностика учнів: За запитами вчителів та батьків проведено поглиблене вивчення психоемоційного стану, рівня тривожності та адаптації учнів початкової та середньої ланки використано:

- «Багатошкальний опитувальник дитячої тривожності» (БОДТ),
- Методика «Запам'ятай 10 слів»,
- Методика «Будиночок»,
- Проєктивна методика «Сім'я тварин»,
- Проєктивна методика «Вулкан»,
- Проєктивна методика «Кактус»,
- тест «Діагностика готовності до школи» (Керна-Йірасика),
- Психодіагностика «Оцінка суїцидального ризику».

Вчителі та батьки:

- Психодіагностика професійного «вигорання» педагогів (К. Маслач, С. Джексон в адаптації Н.Є. Водоп'янової).
- Групова діагностика батьків за методикою «Яка я мати / який я батько».

Інші зацікавлені особи:

- тест «Діагностика готовності до школи» (Керна-Йірасика),
- Методика «Запам'ятай 10 слів»,
- Методика «Четвертий зайвий»,
- Методика «Пам'ять на образи»,
- Методика «Будиночок»

3.3. Консультаційна робота

Проводилась у формі групових та індивідуальних консультацій для здобувачів освіти, батьків і вчителів.

З боку здобувачів освіти:

- труднощі у навчанні,
- емоційна підтримка, зниження рівня тривожності,
- питання самовдосконалення, розвиток здібностей та компетенцій,
- психологічний супровід дітей-сиріт,
- психологічний супровід дітей із сімей учасників АТО, ССО, бойових дій,
- психологічний супровід дітей із сімей ВПО,
- психологічний супровід дітей з ООП в умовах інклюзивної освіти,
- дитина у віртуальному просторі, комп'ютерна залежність,
- суїцидальна поведінка, роздуми здобувачів освіти (тенденції поведінки),
- взаємовідносини в системі «вчитель-учень»,
- взаємовідносини в системі «батьки-діти»,
- адаптація дитини до нового колективу,
- відсутність мотивації до навчання,
- психологічний клімат учнівського колективу, міжособистісні конфлікти.

З боку вчителів:

- вікові та індивідуальні особливості розвитку, проблеми самооцінки дитини,
- емоційна підтримка, зниження рівня тривожності,
- психологічний супровід дітей-сиріт,
- психологічний супровід дітей із сімей учасників АТО, ССО, бойових дій,
- психологічний супровід дітей із сімей ВПО,
- психологічний супровід дітей з ООП в умовах інклюзивної освіти,
- дитина у віртуальному просторі, комп'ютерна залежність,
- суїцидальна поведінка, роздуми здобувачів освіти (тенденції поведінки),
- взаємовідносини в системі «вчитель-учень»,
- взаємовідносини в системі «батьки-діти»,
- взаємовідносини в системі «педагоги-батьки»,
- адаптація дитини до нового колективу,
- труднощі у навчанні та готовність до навчання,
- відсутність мотивації до навчання,
- психологічний клімат учнівського колективу, міжособистісні конфлікти,
- «професійне вигорання» педагогів,
- обдаровані здобувачі освіти,

- шляхи підвищення мотивації здобувачів освіти до навчання, проблеми шкільної неспішності,
- інше.

З боку батьків:

- вікові та індивідуальні особливості розвитку, проблеми самооцінки дитини,
- емоційна підтримка, зниження рівня тривожності,
- психологічний супровід дітей-сиріт,
- психологічний супровід дітей із сімей учасників АТО, ССО, бойових дій,
- психологічний супровід дітей із сімей ВПО,
- психологічний супровід дітей з ООП в умовах інклюзивної освіти,
- дитина у віртуальному просторі, комп'ютерна залежність,
- суїцидальна поведінка, роздуми здобувачів освіти (тенденції поведінки),
- взаємовідносини в системі «вчитель-учень»,
- взаємовідносини в системі «батьки-діти»,
- взаємовідносини в системі «педагоги-батьки»,
- адаптація дитини до нового колективу,
- труднощі у навчанні та готовність до навчання,
- відсутність мотивації до навчання,
- психологічний клімат учнівського колективу, міжособистісні конфлікти,
- обдаровані здобувачі освіти,
- шляхи підвищення мотивації здобувачів освіти до навчання, проблеми шкільної неспішності,
- інше.

З боку інших зацікавлених осіб, представників громадкості:

- психологічна просвіта,
- формування психологічної готовності дошкільників до навчання в школі

3.4. Просвітницька робота

Педагоги:

- семінари «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу»,
- «Превенція суїцидів та самоушкоджень серед дітей та підлітків. Алгоритм дій працівників закладів освіти»,
- «Психопрофілактика емоційного вигорання педагога»,
- бесіди щодо інклюзивного навчання,
- бесіди щодо адаптації дітей до 1 та 5 класів,
- бесіди щодо профілактики булінгу в учнівському колективі

- «Інклюзія. Методи роботи в школі»,
- «Психологічний клімат учнівського колективу. Міжособистісні конфлікти»
- «Ненасильницьке спілкування»,
- «Планування роботи психолога».

Учні: години психолога

- «Комп'ютерна залежність»,
- «Взаємодія в команді. Конфлікти»,
- «Профорієнтація. Критерії та мотиви для вибору професії»,
- «Особисті кордони. Толерантність»,
- «Де живуть емоції»,
- Хібукі-терапія «Знайомство з емоціями»,

Батьки:

- круглі столи щодо умов успішної адаптації першокласників та п'ятикласників (1-ші та 5-ті класи),
- просвітницькі лекторії «Як підтримати дитину під час вибору професії» (9-ті класи),
- «Ось такий підлітковий вік» (7-мі та 8-мі класи)
- Бесіда «Співпраця батьків з вчителями - запорука успішної адаптації дитини до школи» (1-ші класи)
- Програма «Батьківство без стресу» батьки молодшої школи
- Курс «Смуга 3.0 Батьки» батьки молодшої школи
- Батьківська зустріч "Стилі сімейного виховання" (2-гі класи)
- Батьківська зустріч «Стилі виховання хлопчиків та дівчат» (7-мі класи)
- Батьківська зустріч «Особливості виховання підлітків: селфхарм, комп'ютерна залежність, розмови про секс» (10-ті класи)

Міський рівень:

- Спільно з практичним психологом ліцею №178 Колеснік Валентиною Іванівною в Київському Палаці дітей та юнацтва проведено масштабну коучинг-сесію для психологів, соціальних педагогів, методистів та керівників гуртків м. Києва на тему: **«Пошук ресурсів для підтримання психологічного здоров'я»**.
- Спільно з психологами ЦПРПП м. Києва психолог Ємцова Ю.Г. прийняла участь в обміні досвідом психологів закладів освіти м. Києва «Консультації батьками: від запиту до взаємодії» та виступила з доповіддю на тему: **«Співпраця з батьками дітей з ООП»**.

На сайті школи висвітлено просвітницьку інформацію для всіх учасників освітнього процесу.

3.5. Профілактична робота

Проводилась із використанням інноваційних технологій, арттерапії та масових заходів.

- **Регіональний експеримент:** Учні 8-11 класів ліцей разом з психологом Юлією Григорівною взяли участь у регіональному експерименті «Застосування методики і програми AgileBrain для підтримки ментального здоров'я учнів ЗЗСО м. Києва на 2025–2026 роки».
- **Проект «Смуга 3.0»:** У межах соціально-психологічного проекту успішно проведено серії по 5 зустрічей для таких цільових груп:
 - Батьки учнів початкових шкіл (програма «Смуга 3.0 Батьки»)
 - Діти 1-х класів (програма «Смуга 3.0 Діти»)
 - Підлітки 6В та 10Б класу (програма «Смуга 3.0 Підлітки»).

Заходи для учнів:

- психологічна підтримка дітей в укритті під час повітряних тривог,
- артзаняття «Безпечний острів»,
- «Міст у майбутнє»,
- робота з МАК «Мій бажаний стан»,
- ігрова методика «Коло безпеки»,
- профілактичні бесіди проти булінгу,
- "Битися чи не битися",
- "Як знайти друга?",
- "Перша психологічна допомога",
- "Як опанувати злість",
- "Профілактика булінгу",
- "Самооцінка. Самоцінність",
- "Чоловіча розмова",
- "Взаємодія в команді: конфлікти",
- "Інакшість іншого та толерантність",
- "Безпечний клас: мінус плітки, плюс підтримка",
- артвправи "Рамкування неприємних спогадів",
- МАК "Я - хороший",
- "Моя супермашина",
- артвправа "Корабель в морі емоцій",
- артвправи "Керувальщик мого сну",
- "Мій найприємніший спогад",

- вправа "Кнопка приємних спогадів",
- артвправа "Квітка Тривоголовка",
- вправи "Я - королева", "Бій подушками", "Годинник емоцій",
- артвправа "Мій страховисько",
- гра "Я долаю страх",
- артвправа "Рамкування неприємних спогадів",
- артвправа "Яка я тваринка",
- вправа "Годинник емоцій",
- артвправи "Я хороша", "Какашки емоцій",
- ігри з піском "Хібукі вміє домовлятися",
- артвправа "Я контролюю емоції",
- Хібукі-терапія "Знайомство, Хібукі щасливий",
- Хібукі-терапія "Знайомство з емоціями. Здивування",
- Хібукі-терапія "Знайомство з емоціями. Сум.",
- Хібукі-терапія "Знайомство з емоціями. Злість",
- Хібукі-терапія "Знайомство з емоціями. Страх",
- Хібукі-терапія "Валіза для Хібукі",
- Хібукі-терапія "Безпечне місце",
- Хібукі-терапія "Браслет сили",
- Хібукі-терапія "Дерево емоцій",
- артвправа "Лінії",
- артвправа "Моя найкраща школа",
- артвправа "Міст образ",
- артвправи "Якір приємного спогада",
- артвправа "Писанка-оберіг",
- "8 крокова програма по втраті",
- артвправа "Малюнок казки подолання труднощів",
- артвправа "Карта подолання викликів",
- артзустріч "Плани на 2025 рік",
- "Птахи моїх емоцій",
- артзустріч "Подорож до чарівного лісу",
- артзустріч "Суперсили тварин",
- артвправа "Сад емоцій",
- вправа "Кольоровий потік емоцій",
- вправи "З'їж жабу на сніданок", "Чистий простір",
- артвправа "Машина майбутнього"

Для педагогів проведено:

- профілактичні заняття з нейрографіки,
- вправи ППД
- бесіда "Співпраця з батьками"
- артзустріч «Писанка-оберіг»
- артзустріч «Моя ментальна карта»
- бесіди про взаємостосунки між дітьми в класі, як зупинити бійку, що робити, коли в дитини немає друзів в класі,
- "Булінг чи підлітковий конфлікт. В чому різниця. Як розмовляти з підлітками та батьками"
- артзустріч «Плани на 2026 рік»

Рівень району:

- **Майстер-клас із писанкарства:** Проведено творчий майстер-клас для колег-психологів Солом'янського району з писанкарства як методу арттерапевтичного відновлення та пошуку внутрішнього ресурсу.

3.6. Корекційно-відновлювальна робота

- **Грантова діяльність:** Практичний психолог Ємцова Ю.Г. **виграла грант «Я — твій Хібукі»**. У межах гранту учень ліцею (дитина-сирота) безкоштовно отримав терапевтичну іграшку Хібукі та пройшов повний індивідуальний курс психологічної підтримки та подолання психотравми.

3.7. Зв'язки з громадськістю

- Проведено планові засідання команди психолого-педагогічного супроводу дітей з ООП за участю фахівців ІРЦ.
- Забезпечено участь ліцеїстів та психологічної спільноти міста у заходах II Відкритого міського конкурсу «Покоління PSY 2026».

3.8. Організаційно-методична робота

В години організаційно-методичної роботи відбувалась підготовка до профілактичних, корекційно-розвиткових занять, обробка результатів діагностики, розробка буклетів, пам'яток для батьків та вчителів. Систематично велось онлайн-консультування та інформування учасників освітнього процесу в закритих Viber-групах ліцею. Психолог постійно працювала з додатковою літературою з психології та педагогіки, знайомилась з новими цікавими методиками, інтерактивними тестами, матеріалами щодо виховання та корекційної роботи.

IV. Участь у конкурсах та досягнення

Практичний психолог Ємцова Ю.Г. була **нагороджена грамотою за перемоги учнів ліцею у II Відкритому міському конкурсі «Покоління PSY 2026»** для юних та майбутніх психологів.

Під керівництвом психолога учні ліцею вибороли такі призові місця:

- **1 місце:** Сергєєва Таїсія (учениця 7В класу), Поляковська Тетяна (учениця 6В класу).
- **2 місце:** Смолій Ніка (6В клас), Опалєва Вероніка (6В клас), Назаркова Олександра (6В клас) (р. 9).

V. Аналіз труднощів та ускладнень у роботі

Основними труднощами залишаються випадки недостатньої готовності окремих батьків до співпраці з психологічною службою, прояви гіперопіки або іноді несприйняття рекомендацій щодо стабілізації емоційного стану дітей в умовах пролонгованого стресу воєнного часу.

VI. Перспективи розвитку на наступний рік, основні завдання:

- Подальше впровадження інноваційних та цифрових технологій підтримки ментального здоров'я (програми AgileBrain, Смуга 3.0, Хібукі-терапія).
- Надання своєчасної психологічної допомоги кожному учневі незалежно від його можливостей та здібностей.
- Розширення психологічної просвіти батьків та вчителів щодо подолання тривожних станів та запобігання професійному вигоранню.
- Формування у підлітків відповідальної поведінки, самоорганізації, навичок медіаграмотності та протидії кібербулінгу.

Підготувала

Практичний психолог _____ **Юлія ЄМЦОВА**