

ЩОКВАРТАЛЬНИЙ Звіт за 2025 рік

щодо проведених тренінгів, семінарів тощо для соціальних працівників з надання першої психологічної допомоги

Упродовж звітного року було організовано та проведено низку тренінгів і семінарів, спрямованих на підвищення професійної компетентності соціальних працівників у сфері надання першої психологічної допомоги особам, які перебувають у складних життєвих обставинах.

1. Мета заходів

- формування базових навичок надання першої психологічної допомоги;
- підвищення рівня стресостійкості соціальних працівників;
- розвиток умінь ефективної комунікації з вразливими групами населення;
- запобігання професійному вигоранню.

2. Тематика заходів включала:

- основи першої психологічної допомоги;
- роботу з людьми у кризових ситуаціях;
- техніки стабілізації емоційного стану;
- самодопомогу та профілактику емоційного виснаження.

3. Учасники

У заходах взяли участь 84 соціальних працівників, зокрема фахівці центрів соціальних служб, територіальних громад та інших профільних установ.

4. Форми проведення

Заходи проводилися у таких форматах:

- очні тренінги;
- онлайн-семінари;
- групові обговорення та практичні вправи.

5. Результати та оцінка ефективності

За підсумками проведених заходів:

- учасники отримали практичні інструменти для надання першої психологічної допомоги;
- підвищився рівень обізнаності щодо роботи з кризовими станами;
- учасники відзначили актуальність тем та практичну користь отриманих знань.

6. Висновки та рекомендації

Проведені тренінги та семінари є ефективними та доцільними. Рекомендується:

- продовжити проведення подібних заходів у наступному кварталі;
- розширити тематику з урахуванням запитів учасників;
- збільшити кількість практичних занять.

Квартал	Дата	Опис	Кількість учасників, осіб.
I квартал	заходи не проводились		
II квартал	13/05/2025р.	ЦКРДМІ Оболонського району м.Києва - внутрішній тренінг для співробітників на тему: "Техніки стабілізації емоційного стану"	34

III квартал	14/08/2025р.	ЦКРДМІ Оболонського району м.Києва - внутрішній тренінг для співробітників на тему: "Основи першої психологічної допомоги"	25
IV квартал	20.11.2025р.	Оболонський районний в м. Києві центр соціальних служб в громадському просторі Vcentri HUB Оболонь на безкоштовній основі провів тренінг на тему «Надання першої психологічної допомоги в кризовій ситуації».	25

Постійним є доступ фахівців до тематичних online тренінгів:

1. «Перша психологічна допомога» — Prometheus (українською)

Онлайн-курс від Prometheus та університету Джонса Гопкінса про базові навички першої психологічної допомоги, включно з моделлю RAPID для роботи з людьми в стресі. Сертифікат можна отримати безкоштовно після завершення курсу.

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/first-psychological-aid/>

Principles of Psychological First Aid — DisasterReady

Безкоштовний міжнародний онлайн-курс про психологічну першу допомогу, підтримуюче слухання, нормальні реакції на стрес і покращення контакту з людьми, що пережили кризу (українська + інші мови).

<https://www.disasterready.org/principles-of-psychological-first-aid>

Psychological First Aid (PFA) Online — NCTSN Learning Center

Онлайн-тренінг (безкоштовно після реєстрації) про базові дії при наданні психологічної допомоги після надзвичайних ситуацій із відео, вправами тощо.

<https://learn.nctsn.org/enrol/index.php?id=596>

2. Онлайн-курси з роботи з людьми в кризових ситуаціях

Основи психологічної підтримки після кризових подій (Український курс)

Вказаний курс навчає визначати реакції на стрес, працювати з людьми в кризі та базовим технікам стабілізації емоцій. Доступний безкоштовно онлайн.

<https://ter.dcz.gov.ua/publikaciya/cikavyt-psyhologiya-proydy-bezkoshtovnyy-onlayn-kurs-bazova-psyhologichna-dopomoga-v>

3. Курси про стрес-менеджмент та стабілізацію емоцій

Mental Health & Wellbeing курси на FutureLearn

Платформа має великий вибір безкоштовних базових курсів про психологію, стрес, емоційне благополуччя (частина з них без сертифіката). Зокрема є курси про психологічну першу допомогу, стратегії самопідтримки і стабілізацію емоцій.

<https://www.futurelearn.com/subjects/psychology-and-mental-health-courses>