



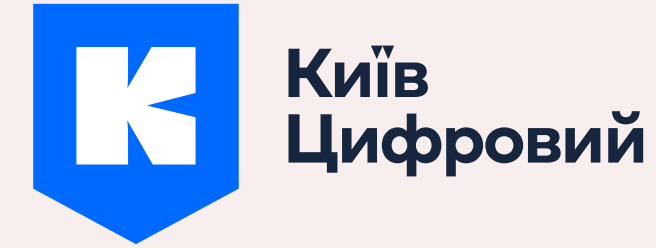
Департамент
освіти і науки
**ОСВІТА
КИЄВА**



**Київ
Цифровий**

**МЕНТАЛЬНА
ВАРТА**

ТЕСТУВАННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ КИЄВА



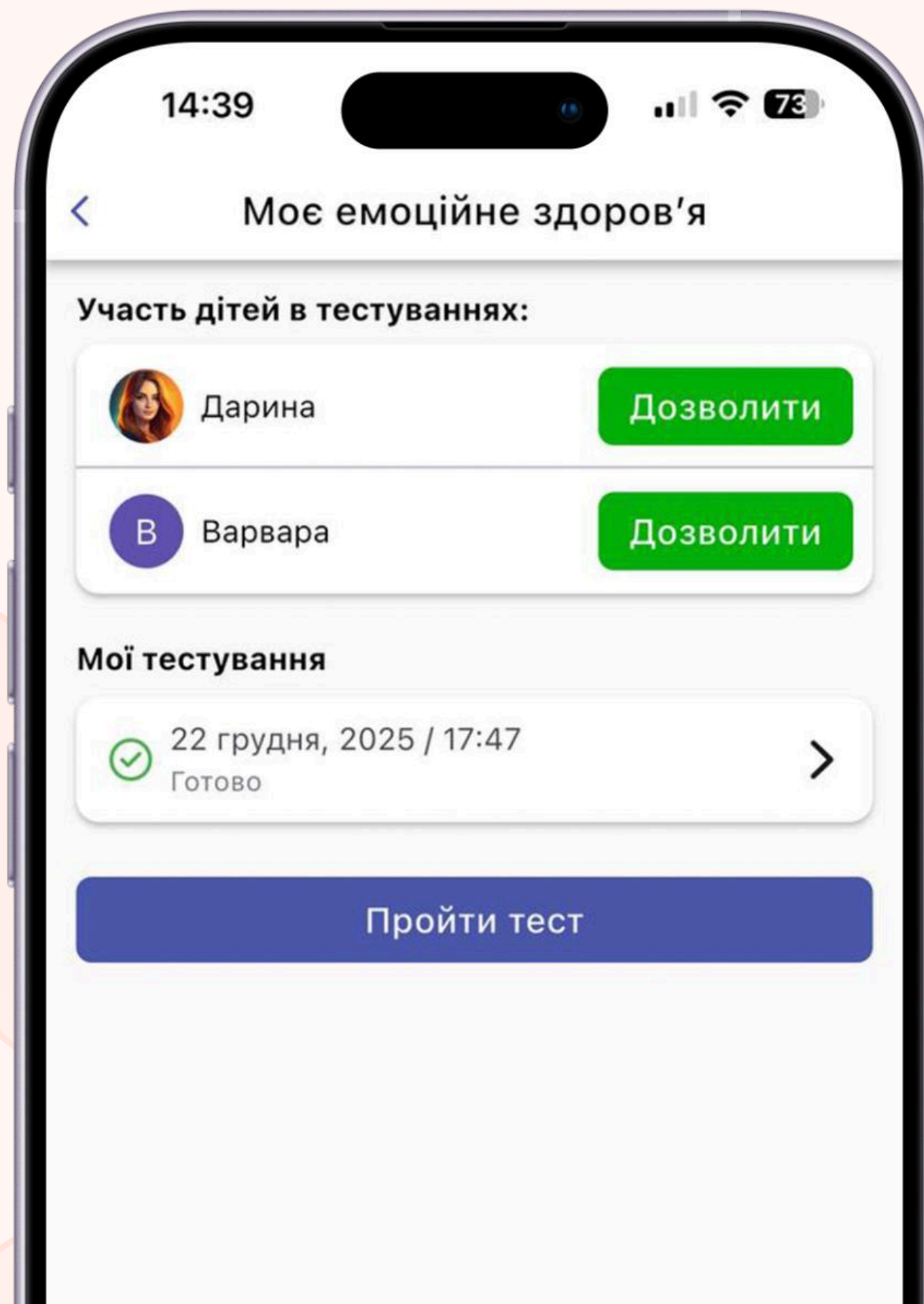
ТУРБОТА ПРО ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН УЧНІВ ТА ВЧИТЕЛІВ СТАЄ СИСТЕМНОЮ

Вже другий рік поспіль у закладах освіти столиці впроваджують інноваційний інструмент для швидкого скринінгу емоційного стану, в рамках проєкту «Ментальної варти».

Це дозволяє виявити тривожні стани ще до того, як вони перетворяться на кризову ситуацію.



ТЕСТУВАННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я — ЩО ЦЕ?



Це короткий конфіденційний тест, який можна пройти в будь-який зручний для вас момент.

Його основна мета — допомогти краще зрозуміти свій емоційний стан, вчасно помітити виснаження та подбати про психологічний добробут.

Проходження займає лише кілька хвилин. Результат формується одразу після завершення. Участь у тестуванні є повністю добровільною. Результати тестування залишаються конфіденційними.

До участі запрошуються усі учасники навчального процесу: учні, вчителі, батьки.



ПРОФІЛАКТИКА ТА ПІДТРИМКА: ЦІННІСТЬ ТЕСТУВАННЯ

- Раннє виявлення ознак емоційного виснаження, тривожності чи стресу
- Своєчасна психологічна підтримка та запобігання погіршенню стану
- Формування у закладі освіти культури турботи, довіри та психологічної безпеки



ЯК ПРОХОДИТЬ ТЕСТУВАННЯ?

Формат:

- Тривалість 3-4 хвилини
- Тестування проходить в електронному щоденнику
- Респондент обирає зображення, які найбільше відповідають його внутрішнім відчуттям
- Зображення швидко змінюються, щоб вибір був інтуїтивним і спирався на першу реакцію



ЗГОДА БАТЬКІВ

- До тестування можуть долучитися учні віком від 14 років
- Усі учні проходять тестування добровільно, виключно за згодою батьків і у зручний для себе час
- Запит на надання згоди надходить батькам у застосунку електронного щоденника
- Учень може поділитися результатами з батьками за власним бажанням



ОНЛАЙН-ЗУСТРІЧ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ ТА БАТЬКІВ: ВІДПОВІДІ НА ЗАПИТАННЯ

У межах проєкту заплановано серію онлайн-зустрічей для батьків і педагогів.

Під час зустрічей психологи:

- пояснюють, як проходить тестування ментального здоров'я;
- роз'яснюють принципи безпечності та конфіденційності;
- відповідають на запитання щодо результатів і подальших кроків підтримки дитини у разі потреби.

Реєстрація — через онлайн-форму. Інформація про дату та час надсилається учасникам електронною поштою.