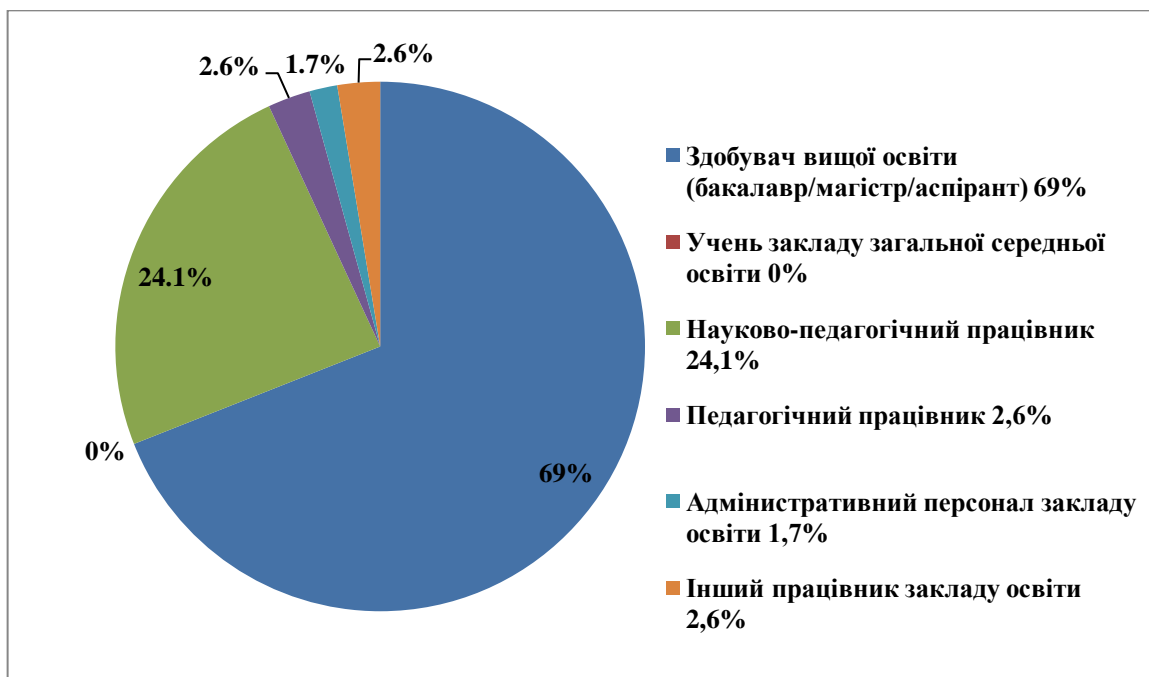


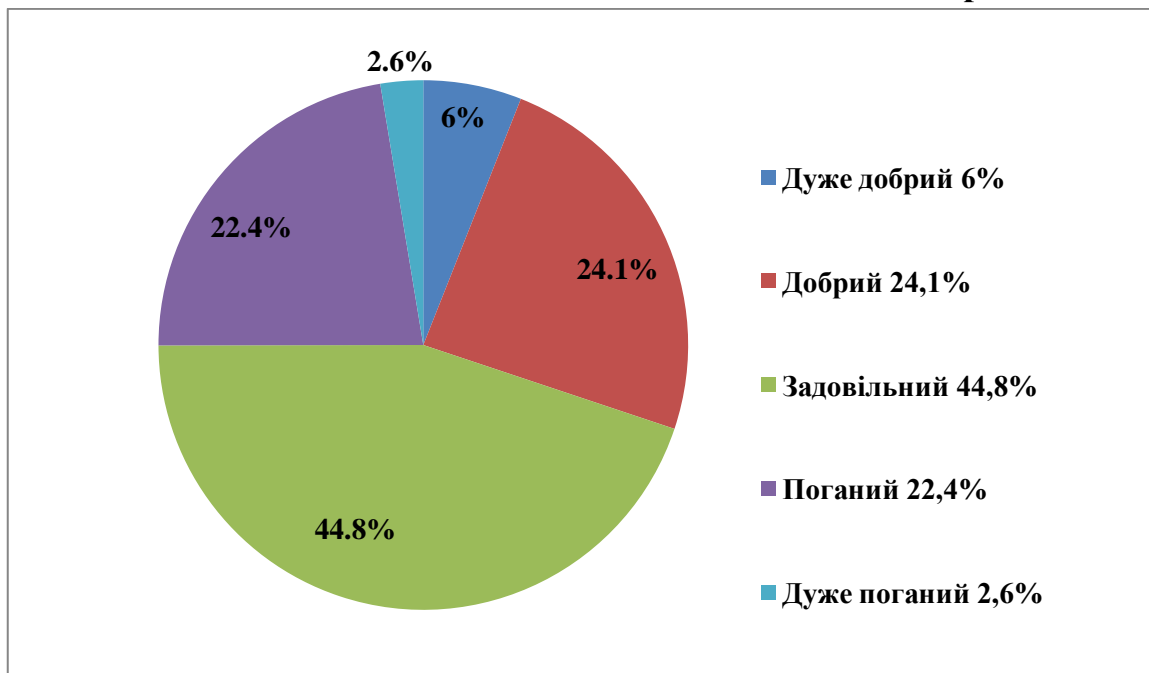
Результати анкетування (2024 рік)

АНКЕТА № 9 Ментальне здоров'я учасників освітнього процесу

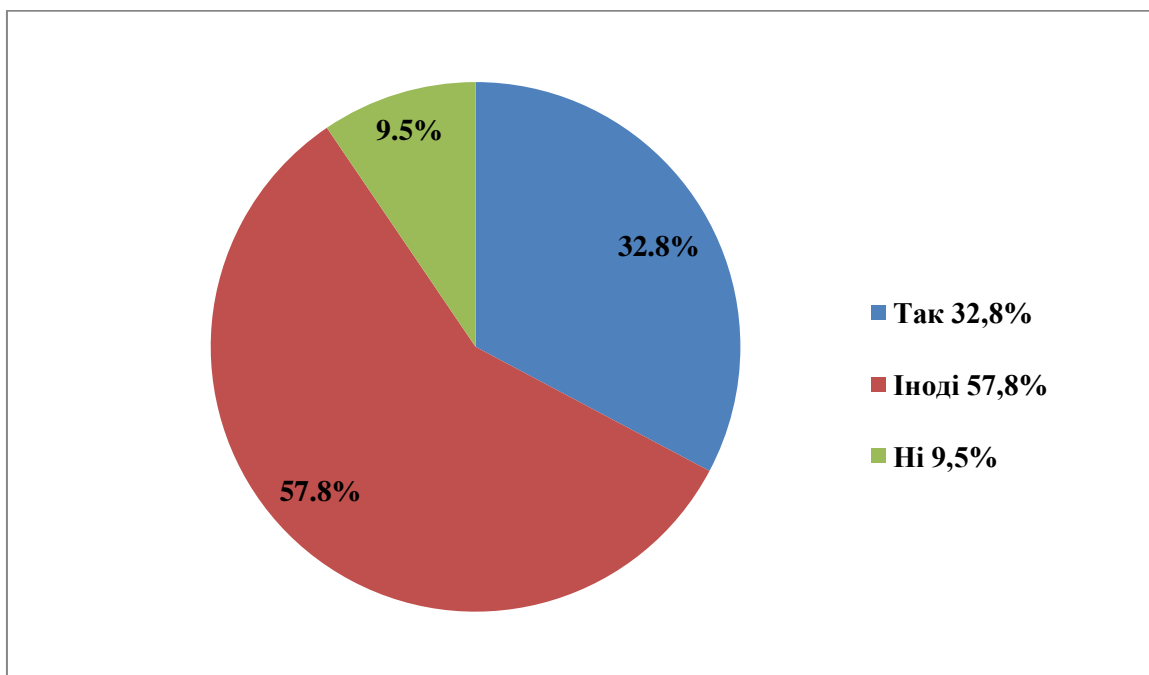
1. Ваш статус



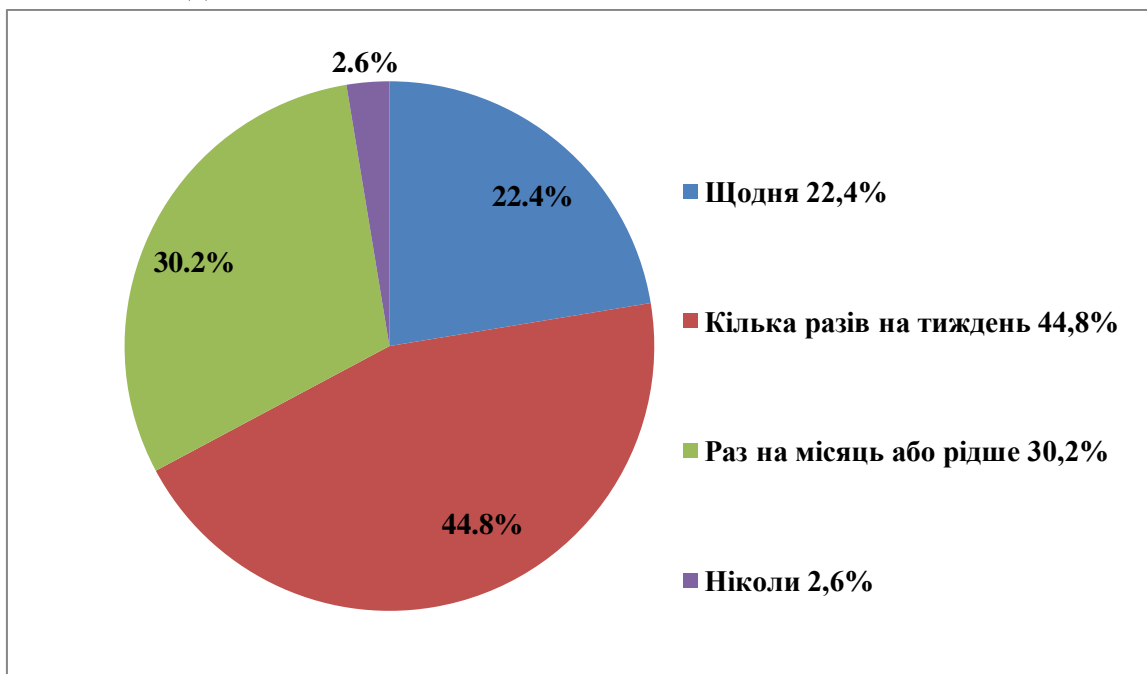
2. Як би Ви оцінили свій поточний стан ментального здоров'я?



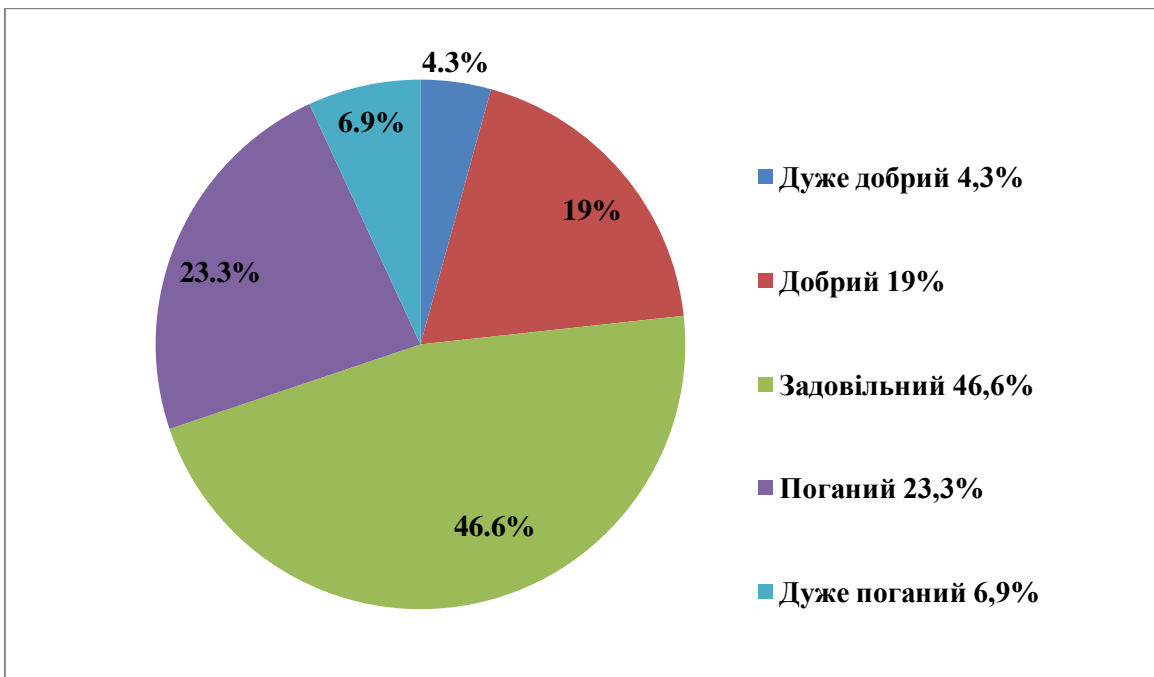
3. Чи відчуваєте Ви постійний стрес або тривогу?



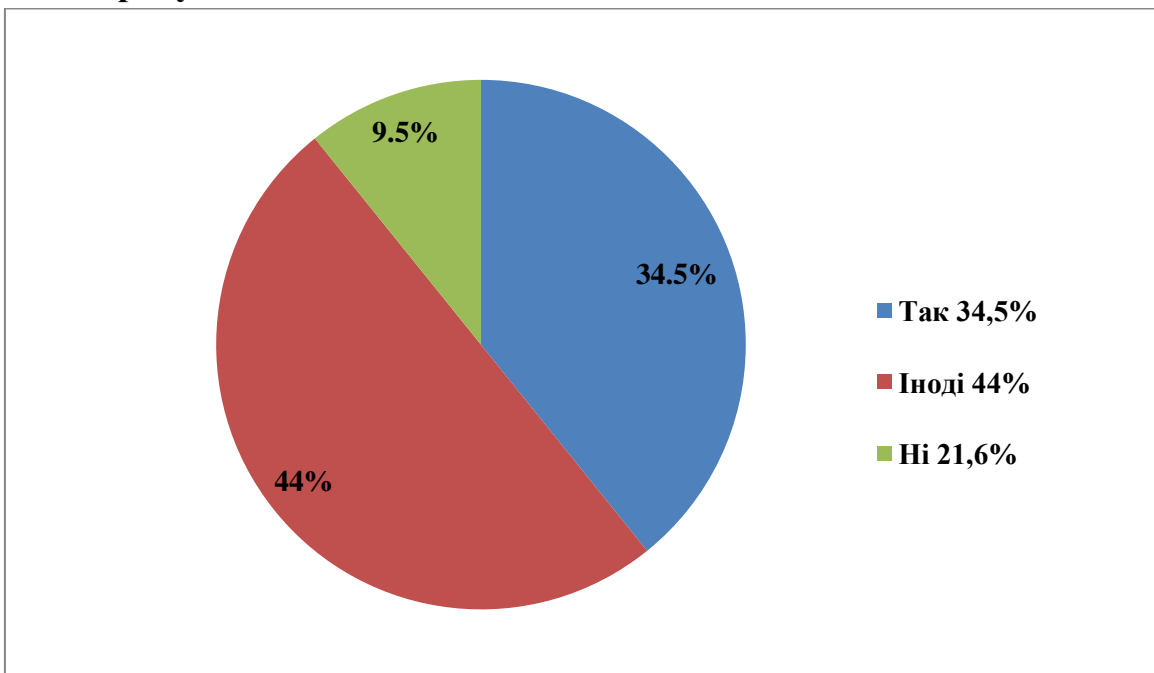
4. Як часто у Вас виникають такі емоції, як сум, пригніченість або безнадійність?



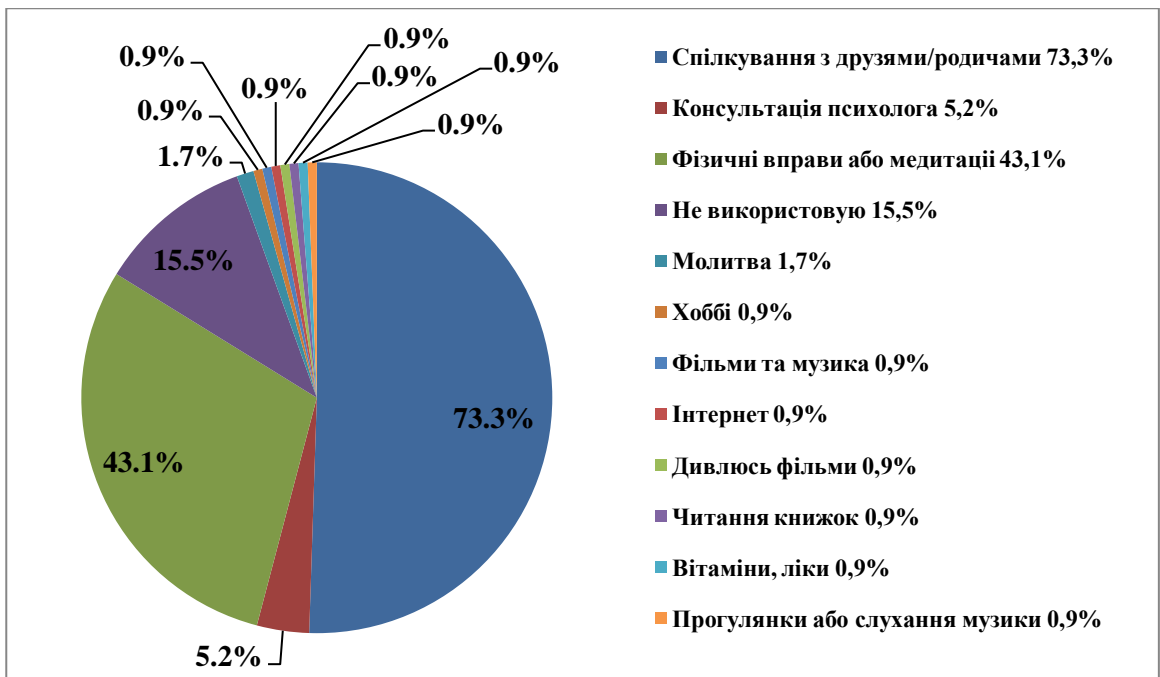
5. Як Ви оцінюєте свій сон останнім часом?



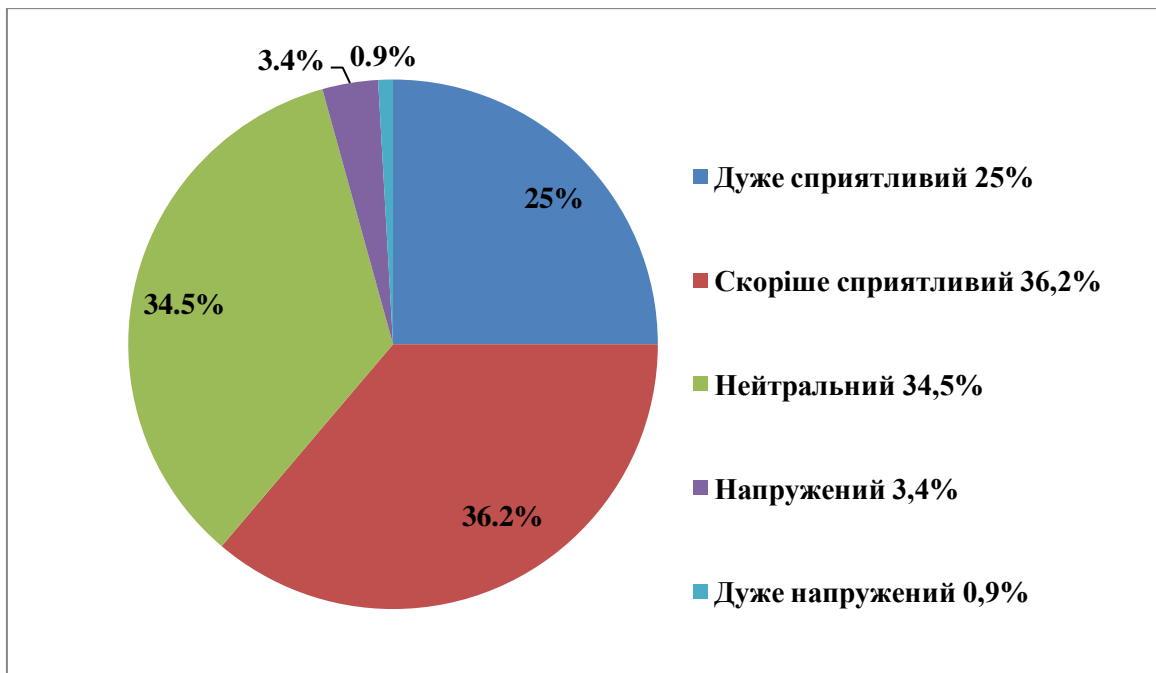
6. Чи помічаєте Ви у себе труднощі з концентрацією та продуктивністю?



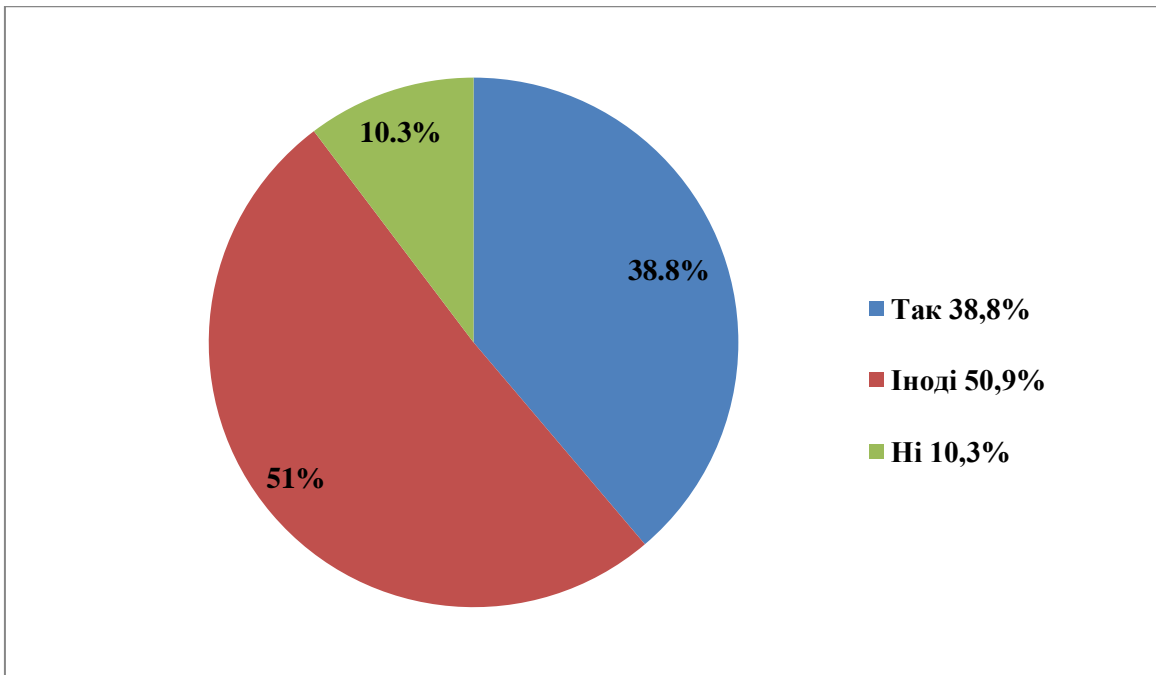
7. Які ресурси для підтримки ментального здоров'я Ви використовуєте?



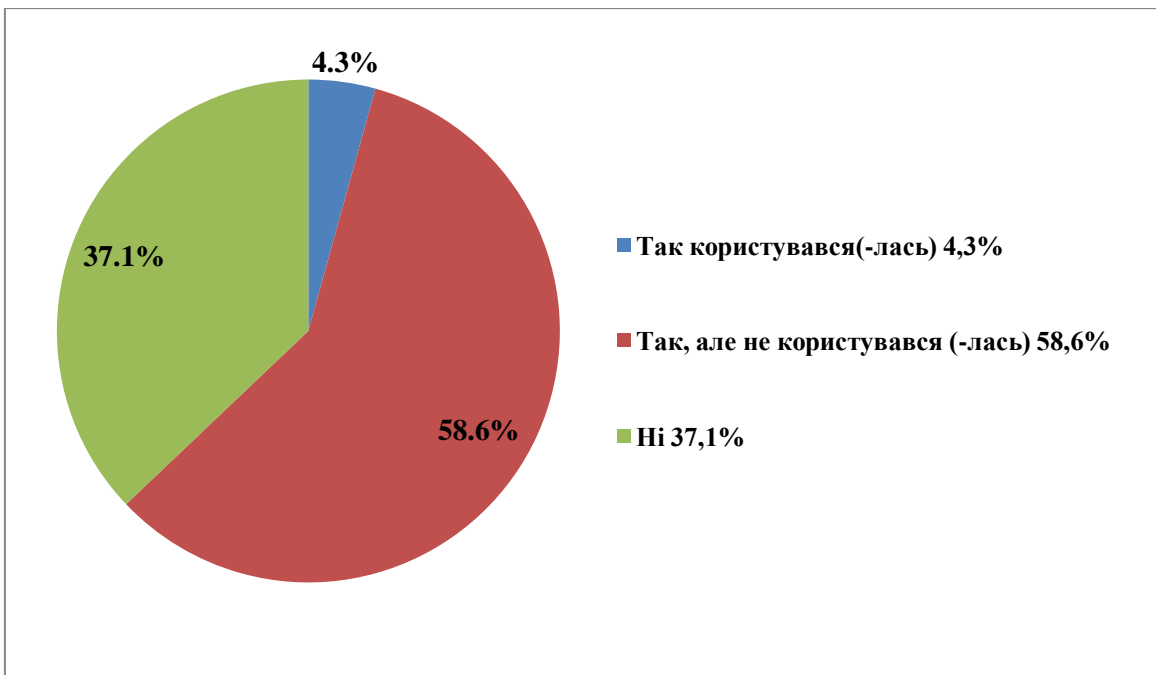
8. Як Ви оцінюєте психологічний клімат у вашій групі (класі)/ колективі?



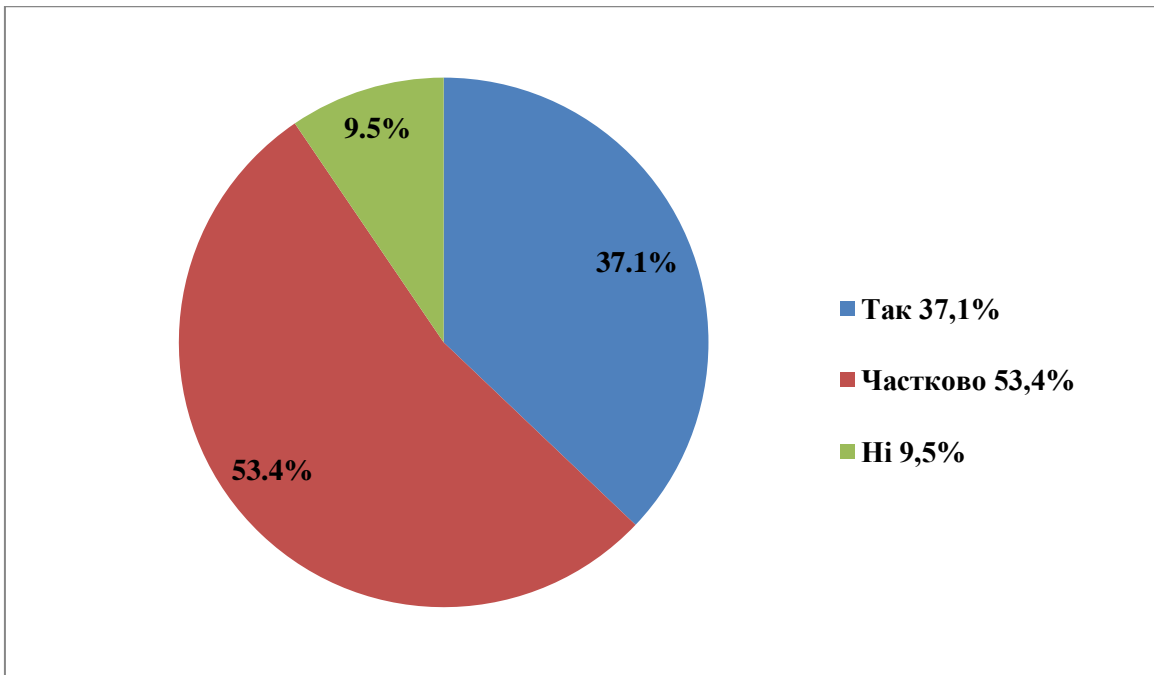
9. Чи відчуваєте Ви підтримку з боку викладачів (вчителів) / керівників у складних ситуаціях?



10. Чи знаєте Ви про наявність психологічної підтримки в закладі освіти?



11. Чи вважаєте Ви, що заклад освіти, де Ви навчаєтесь (працюєте) створює сприятливі умови для ментального здоров'я?



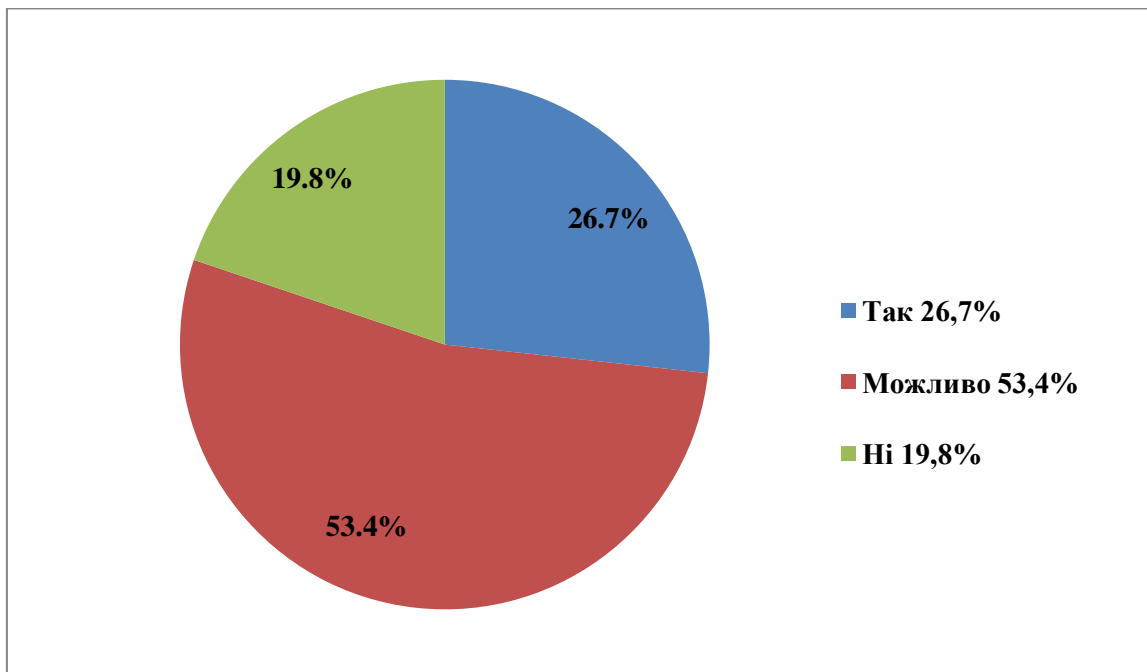
12. Які фактори найбільше впливають на Ваше ментальне здоров'я?

- *навантаження в навчанні/роботі - 66,4%*
- *фінансові труднощі - 40,5%*
- *війна та пов'язані з нею обставини - 86,2%*
- *взаємини з одногрупниками (однокласниками) / колегами - 12,1%*
- *проблеми в особистому житті - 32,8%*
- *перегляд/прослуховування новин - 35,3%*
- *відсутність підтримки з боку оточуючих - 14,7%*
- *інше - 0,9%*

13. Які послуги або заходи з підтримки ментального здоров'я були б для Вас корисними?

- *зменшення навантаження - 63,8%*
- *індивідуальні консультації з психологом - 31,9%*
- *групові заняття та тренінги (управління стресом, розвиток емоційної стійкості) - 24,1%*
- *програми підтримки в кризових ситуаціях - 25%*
- *інформаційні ресурси про ментальне здоров'я (вебінари, брошури) - 19,8%*
- *відпустка - 0,9%*
- *робота в онлайн режимі - 0,9%*
- *закінчення війни - 0,9%*

14. Чи зацікавлені Ви у відвідуванні тренінгів або семінарів (вебінарів) на тему ментального здоров'я?



15. Ваші додаткові коментарі, пропозиції або побажання:

- немає
- не починати навчальний рік у серпні
- наявність психолога чи психотерапевта для індивідуальних зустрічей.
- заохочення взаємоповаги та толерантності між усіма членами спільноти
- дайте психолога і нових преподів
- дякую за підтримку!
- коментарів не маю
- проведення заходів із розвитку емоційної грамотності для всіх учасників освітнього процесу
- все клас
- треба триматися і не здаватися
- впровадження політики “відкритих дверей” для вільного звернення до керівництва з питань ментального здоров'я
- можливість отримати оперативну допомогу в разі емоційних чи психологічних труднощів
- розробка плану дій на випадок кризових ситуацій (особливо під час війни чи інших стресових подій)
- менше навантаження.