

ЗАТВЕРДЖУЮ



Директор Північноукраїнського  
інституту імені Героїв Крут ПрАТ  
ВНЗ «МАУП»

*Наталія ЛІТВИНОВА*

(підпис)

Наталія ЛІТВИНОВА

(власне ім'я та прізвище)

« 14 » січня 2025р.

**Положення щодо організації політики  
психосоціальної підтримки на робочому/навчальному місці  
«Північноукраїнський інститут імені Героїв Крут Приватного Акціонерного  
товариства «Міжрегіональна Академія управління персоналом»**

Цим документом «Північноукраїнський інститут імені Героїв Крут Приватного Акціонерного товариства «Міжрегіональна Академія управління персоналом» (далі – Інститут) демонструє підтримку кожному працівнику, кожній працівниці, кожному здобувачеві вищої освіти і кожній здобувачці вищої освіти в Інституті. Політика полягає у забезпеченні освітнього середовища, вільного від переслідувань та/або дискримінації, спрямованого на підтримку кожного, хто працює чи здобуває освіту, створення здорових умов праці, навчання, формування культури турботи про фізичне і ментальне здоров'я. Метою Інституту є підтримка етичного стандарту нетерпимого ставлення до будь-яких форм і проявів дискримінації. Інститут прагне забезпечити психосоціальну підтримку кожному, хто її потребує.

**Ключовими завданнями положення є:**

- Сформувати психологічно безпечне середовище, де принципи конфіденційності і відсутність дискримінації та стигми навколо психічних і фізичних проблем мають пріоритетне значення.
- Стати більш відкритими до розмов про ментальне здоров'я, проблеми психосоціального характеру.
- Підтримати й допомогти у вирішенні першочергових потреб внутрішньо переміщеним студентам, співробітникам, вагітним жінкам, співробітникам/здобувачам освіти із фізичними та/або психічними проблемами, співробітникам/здобувачам освіти, які мають близьких у зонах активних бойових дій, які повертаються на роботу або поновлюються на навчання після пережитого травматичного досвіду, які втратили своїх близьких та майно.
- Підвищити рівень знань співробітників та здобувачів освіти щодо методів управління стресом та навичок психологічного відновлення.
- Сприяти запобіганню важким психічним і поведінковим розладам.
- Запобігти емоційному й професійному «вигоранню» у воєнний та післявоєнний час. Створювати умови для недопущення та/або своєчасного діагностування вигорання.
- Навчити співробітників та здобувачів вищої освіти навичок надання першої психологічної допомоги.

- Надати доступ до зовнішніх ресурсів фахової психологічної допомоги.
- Сприяти активній участі співробітників та здобувачів освіти у низці ініціатив, які допоможуть підтримувати ментальне і фізичне здоров'я.
- Запобігати дискримінації в усіх її проявах, в тому числі за ознакою статі, віку, походження, раси, кольору шкіри, сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності реального або уявного ВІЛ статусу, захворювання на туберкульоз, інвалідності тощо.
- Не допускати прояви мобінгу, приниження і знецінення під час навчання здобувачів освіти, роботи колег, керівників і підлеглих.
- Вживати заходів з недопущення насильства, сексуальних домагань та харасменту на робочому місці і в освітньому процесі.

### **Визначення основних термінів**

**Ментальне (психічне) здоров'я** – це стан добробуту, при якому людина може реалізовувати свій потенціал, долати життєві стреси, продуктивно працювати та робити внесок у життя своєї громади. Ментальне і фізичне здоров'я разом із соціальним добробутом є важливими компонентами загального здоров'я людини.

**Психологічне консультування** або «психотерапія», або «розмовна терапія» – це розмова про свої думки з фахівцем, щоб краще зрозуміти власне мислення та поведінку заради вирішення певних психологічних проблем; щоб оцінити свій власний емоційний стан для недопущення або зменшення ризиків появи психічного розладу; щоб змінити свою поведінку задля покращення якості життя.

**Перша психологічна допомога** надається людині для її емоційної стабілізації та підтримки, коли вона перебуває в гострому стресовому стані під час травматичної події або після неї. У людини в цьому стані можуть з'являтися такі емоційні реакції: агресія, паніка, страх, тривога, апатія, ступор, нервові тремтіння, рухове збудження, істерика, плач.

**Розумне пристосування** – індивідуальне рішення для конкретної людини з певним порушенням здоров'я на конкретному робочому місці із відповідним переліком професійних обов'язків.

**Стигма** – це сприйняття людини у негативному сенсі через певну характеристику чи ознаку (наприклад, стать, колір шкіри, культурне походження, інвалідність, психічне захворювання, ВІЛ-статус, сексуальну орієнтацію, статус ВПО та інші ознаки).

**Дискримінація** - будь-яке розрізнення, недопущення або перевага, що призводить до знищення або порушення рівності можливостей чи ставлення в галузі праці та занять. Коли хтось ставиться до людини негативно через психічну хворобу та інші ознаки, це є дискримінацією.

**ВІЛ** – вірус імунодефіциту людини – вірус, що уражує імунну систему людини. Інфікуванню можна запобігти за допомогою відповідних заходів.

**СНІД** – синдром набутого імунодефіциту, що виникає на останніх стадіях розвитку ВІЛ-інфекції та характеризується опортуністичними інфекціями чи пов'язаними з ВІЛ онкологічними захворюваннями або ж тими й іншими захворюваннями.

**Особи, які живуть із ВІЛ** – особи, інфіковані ВІЛ.

**Вигорання** - позначений у Міжнародному класифікаторі хвороб, як наслідок тривалого невирішеного стресу на робочому місці. Багато вчених вважають це хворобою, але починаючи з травня 2019 року ВООЗ використовує цей термін тільки у випадках, пов'язаних з роботою, а тому вигорання класифікується як синдром. Та супутні симптоми цього синдрому впливають на стан нашого здоров'я та життя загалом. Людина починає хворіти, послаблюється увага, погіршуються стосунки, з'являються конфлікти, знижується задоволення від життя.

**Харасмент** – це форма переслідування, домагання, дискримінації, що включає будь-яку образливу, зневажливу або принизливу для людини (одержувача) фізичну, словесну або невербальну поведінку. Слово «харасмент» походить від англійського harass «турбувати, тривожити, виснажувати, дошкуляти» і означає такі дії або поведінку, при якій хтось поводитьися щодо вас неприйнятним, образливим, принизливим або застрашливим чином.

**Сексуальні домагання** – будь-яка форма небажаної вербальної, невербальної чи фізичної поведінки сексуального характеру, мета або наслідок якої – порушення гідності особи, зокрема шляхом створення загрозливого, ворожого, принизливого або образливого середовища. Також визначаються як дії сексуального характеру, виражені словесно або фізично, що принижують чи ображають осіб, які перебувають у певних трудових чи службових відносинах.

### **Сфера застосування**

Ця політика поширюється на всіх працівників та здобувачів освіти Інституту, а також стажерів та претендентів на зайняття посад і партнерів.

### **Зміст політики**

Інститут заохочує працівників і здобувачів освіти турбуватися про себе та про інших членів трудового колективу/освітнього процесу, а також зобов'язує всіх дотримуватися принципів етичної поведінки, конфіденційності й розумного пристосування, що є основою для формування культури загальної підтримки та створює психологічно безпечне робоче/освітнє середовище, учасники якого відчують, що можуть відкрито обговорювати першочергові потреби і проблеми здоров'я зі своїми керівниками та/або уповноваженими особами без остраху перед стигмою та осудом.

**З метою реалізації положень цієї політики:**

**Працівники і здобувачі освіти Інституту:**

- ознайомлюються з цією політикою та якщо необхідно звертаються за роз'ясненнями до уповноваженої особи;
- враховують цю політику під час навчання, виконання службових обов'язків і в будь-який час, представляючи Інститут;
- підтримують та сприяють досягненню цілей політики щодо психосоціальної підтримки;
- піклуються про власне психічне та фізичне здоров'я;

- уважно стежать за тим, щоб власні дії не впливали на здоров'я та безпеку інших людей/учасників освітнього процесу на робочому місці;
- беруть участь в інформаційно-навчальних заходах у межах цієї політики;
- надають відгуки задля покращення ефективності цієї політики та програми заходів.

### **Керівники структурних підрозділів та тьютори:**

- ознайомлюють працівників або здобувачів освіти з цією політикою;
- активно підтримують та сприяють реалізації цієї політики;
- заохочують співробітників або здобувачів освіти брати участь в інформаційних заходах у межах цієї політики;
- беруть участь у тренінгах із надання першої психологічної допомоги;
- відкриті до розмов із працівниками або здобувачами освіти про проблеми ментального здоров'я та психосоціальні ризики, що можуть виникнути на робочому місці або в процесі навчання в результаті стресу, втоми, емоційного чи професійного виснаження;
- дотримуються принципу конфіденційності в розмові з працівником або здобувачем освіти, який повідомляє про особисті проблеми психологічного чи соціального характеру, і не допускати прояв стигми, дискримінації чи інших неприйнятних дій;
- підтримують доступ до навчальних заходів, медичних, психологічних та соціальних послуг;
- беруть участь у моніторингу й оцінюванні програми заходів у межах цієї політики;
- беруть участь у перегляді цієї політики один раз на рік для внесення необхідних доповнень чи корегувань.

### **Комунікація**

Усі працівники під час працевлаштування ознайомлюються з цією політикою та отримують її копію (в електронному вигляді). У разі прийняття рішення про внесення змін до політики працівників інформують про таке рішення.

Усі абітурієнти під час вступу на навчання до Інституту ознайомлюються з цією політикою та отримують її копію (в електронному вигляді). У разі прийняття рішення про внесення змін до політики здобувачів освіти інформують про таке рішення.

Зміни в політику вносяться з урахуванням пропозицій працівників та/або здобувачів вищої освіти, наданих в ході обговорення запропонованих змін. Працівники і здобувачі вищої освіти мають право вносити пропозиції про внесення змін до політики та надавати свої відгуки щодо реалізації політики.

Контактною особою щодо реалізації цієї політики є: *(Кононенко Сергій Валерійович, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри «Психологія», м. Чернігів, вул. Промислова, 17, ауд. 301, 0462677179).*

### **Моніторинг та перегляд**

Інститут переглядатиме цю політику щороку після впровадження або частіше, в разі потреби, для визначення рівня досягнення встановлених цілей, виявлення перешкод і факторів, що заважають реалізовувати політику.

Ефективність політики буде оцінюватися шляхом збирання та узагальнення:

- відгуків (інтерв'ю, опитування тощо) студентів, працівників і керівників;
- звітів щодо результатів впровадження та проведення інформаційно-навчальних та інших підтримуючих заходів.