Політика щодо психосоціальної підтримки співробітників

Заява дошкільного навчального закладу (ясел-садка) № 12
Вараської міської ради Рівненської області

Цією політикою ми демонструємо нашу підтримку кожному працівнику і кожній працівниці нашого закладу. Ми визнаємо, що психічний і соціальний добробут співробітників є важливою складовою здорового і продуктивного робочого середовища. В умовах воєнного стану ми можемо відчувати паніку, тривогу, стрес, страх, депресію, відчай та інші емоції.

Ми просимо, щоб кожен, хто відчуває будь-які психологічні чи соціальні труднощі, повідомляли про це Світлані ПАШКО, практичному психологу закладу або на безоплатну «гарячу лінію» 0 800 60 20 19 – контакт-центр МОЗ або у Центр психічного здоров'я Вараської багатопрофільної лікарні (попередній запис на консультацію здійснюється за окремим номером **+380 (67) 397 71 71**).

Ми прагнемо надати ефективну психосоціальну підтримку кожному, хто її потребує. Ми хочемо краще зрозуміти потреби співробітників в цей непростий час. Це дає нам змогу оцінити, які заходи та коригування ми можемо зробити, щоб допомогти вирішити першочергові проблеми та психологічно відновитися.

Дякуємо вам за всю вашу працю, співчуття та стійкість у цей надзвичайно складний час!

Цілі

Дошкільний навчальний заклад № 12 прагне:

- Сформувати психологічно безпечне середовище, де принципи конфіденційності й відсутність дискримінації і стигми навколо психічних і фізичних проблем має пріоритетне значення.
- Стати більш відкритими до розмов про ментальне здоров'я та проблеми психосоціального характеру.
- Підтримати й допомогти у вирішенні першочергових потреб внутрішньо переміщеним співробітникам, вагітним жінкам, співробітникам із фізичними та/або психічними проблемами, співробітникам, які мають близьких у зонах активних бойових дій, які повертаються на роботу після пережитого травматичного досвіду, які втратили своїх близьких та майно.
- Підвищити рівень знань співробітників 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.
- Навчити співробітників навичок надання першої психологічної допомоги.
- Надати доступ до зовнішніх ресурсів фахової психологічної допомоги.
- Сприяти активній участі співробітників у низці ініціатив, які допоможуть підтримувати ментальне здоров'я.

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, нервове 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 коли хтось сприймає вас 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). Коли хтось ставиться до вас негативно через вашу психічну хворобу та інші ознаки, це є дискримінацією.

Сфера застосування

Ця політика поширюється на всіх співробітників дошкільного навчального закладу № 12.

Зобов'язання

Дошкільний навчальний заклад №12 заохочує персонал турбуватися про себе та про інших членів трудового колективу, 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 середовище, де співробітники відчувають, що можуть відкрито обговорювати першочергові потреби і проблеми ментального здоров'я зі своїми директором або уповноваженими особами без остраху перед стигмою та осудом.

Відповідальність співробітників:

- ознайомитися з цією політикою та звернутися за роз'ясненнями до керівництва, якщо необхідно;

- враховувати цю політику під час виконання службових обов'язків і в будь-який час, представляючи дошкільний навчальний заклад № 12;
- підтримувати та сприяти досягненню цілей політики дошкільним навчальним закладом № 12 щодо психосоціальної підтримки;
- належним чином піклуватися про власне психічне та фізичне здоров'я;
- уважно стежити за тим, щоб власні дії не впливали на здоров'я та безпеку інших людей на робочому місці;
- брати участь в інформаційно-навчальних заходах у межах цієї політики;
- надавати відгуки задля покращення ефективності цієї політики та програми заходів.

Відповідальність керівника:
- переконатися, що всі співробітники ознайомлені з цією політикою;
- активно підтримувати та сприяти реалізації цієї політики;
- заохочувати співробітників брати участь в інформаційних заходах у межах цієї політики;
- брати участь у тренінгах із надання першої психологічної допомоги;
- бути відкритими до розмов із працівниками про проблеми ментального здоров'я та психосоціальних ризиків, що можуть виникнути на робочому місці в результаті стресу, втоми, емоційного чи професійного виснаження;
- дотримуватися принципу конфіденційності в розмові з працівником, який повідомляє про особисті проблеми психологічного чи соціального характеру, і не допускати прояв стигми, дискримінації чи інших неприйнятних дій;
- керувати впровадженням організаційних змін, навчальних заходів, доступом до медичних, психологічних та соціальних послуг;
- брати участь у моніторингу й оцінюванні програми заходів у межах цієї політики;
- брати участь у перегляді цієї політики один раз на рік для внесення необхідних доповнень чи корегувань.

Комунікація

Дошкільний навчальний заклад № 12 гарантує, що:
- усі співробітники отримують копію цієї політики під час працевлаштування;
- ця політика є легкодоступною для всіх членів трудового колективу;
- співробітників інформують, коли відбуваються зміни в політиці або впроваджується нова ініціатива в межах цієї політики;
- працівники мають право робити внесок у покращення політики та надавати свій зворотний зв'язок.

Моніторинг та перегляд

Дошкільний навчальний заклад № 12 переглядатиме цю політику в разі потреби - щоб визначати, чи були досягнуті цілі, а також виявляти перешкоди і фактори, що заважають реалізовувати політику.

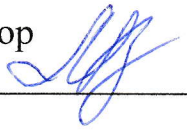
Ефективність політики буде оцінюватися шляхом:
- відгуків (інтерв'ю, опитування тощо) співробітників;

- звітів щодо результатів впровадження та проведення інформаційно-навчальних та інших підтримуючих заходів.

Уповноважений із питань безпеки і здоров'я у дошкільному навчальному закладі №12 та координатор програми психосоціальної підтримки співробітників дошкільного навчального закладу №12

Підпис Світлана ПАШКО 09.04.2025
Дата

Директор


Підпис Мирослава ЗОЛОТАРЬОВА 09.04.2025
Дата