ЧЕРНІВЕЦЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
ЧЕРНІВЕЦЬКА ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА АДМІНІСТРАЦІЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ
вул. М. Грушевського, 1, м. Чернівці, 58700, тел. (0372) 552966, факс 573284,
E-mail: edsciencedep@bukoda.gov.ua web: http://doncv.gov.ua/ Код ЄДРПОУ 39301337

_____ № _____ На № _____від _____

Керівникам органів управління у сфері освіти територіальних громад

Про проведення онлайн-тренінгу «Емоційна безпека в умовах воєнного часу: профілактика вигорання та саморегуляція»

Відповідно до листа Громадської організації «Інститут з розвитку педагогіки, соціально поведінкових наук та психології» від 03.11.2026 року № 1102/25/2 щодо участі в онлайн-тренінгу «Емоційна безпека в умовах воєнного часу: профілактика вигорання та саморегуляція» повідомляємо про наступне.

13 листопада 2026 року відбудеться онлайн-тренінг «Емоційна безпека в умовах воєнного часу: профілактика вигорання та саморегуляція», організований ГО «Інститут з розвитку педагогіки, соціально поведінкових наук та психології».

Метою тренінгового заходу є надання практичних інструментів для збереження психологічного благополуччя працівників закладів дошкільної та загальної середньої освіти, подолання наслідків стресу та профілактики вигорання в умовах війни.

У ході тренінгу передбачається розгляд практичних питань щодо:

механізмів емоційного виснаження в умовах тривалого стресового навантаження;

особливостей професійного стресу працівників;

використання практичних технік саморегуляції та стабілізації емоційного стану;

формування навичок збереження власного психологічного ресурсу та психологічних кордонів.

ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ
№02-01-09/2913 від 04.11.2026
КЕП: КІЗІМА С. С. 04.11.2026 12:51
5E984D526F82F38F040000008A6D3602359ADD07

Дата проведення	Час проведення	Формат проведення	Тривалість
13 листопада (Пт)	14:30-16:30	онлайн, платформа Zoom	2 год. (120 хв.)

За результатами участі педагоги матимуть можливість систематизувати знання щодо відмінностей між звичайною втомою та емоційним вигоранням.

Тренінг проводиться безкоштовно.

Реєстрація учасників здійснюється до **10 листопада** шляхом заповнення реєстраційної форми за посиланням: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdZcXbbFZ082fOGcUNiaDZtbOWT2RsjGF4zupV6WuWrxcEXlA/viewform?usp=header

Посилання для підключення до конференції Zoom (з кодом доступу) буде надіслано учасникам на електронну адресу, зазначену під час реєстрації.

В реєстраційній формі вказувати актуальну електронну пошту та засіб зворотного зв'язку.

Просимо поширити інформацію серед ЗДО та ЗЗСО та сприяти долученню до онлайн-тренінгу педагогічної спільноти.

Директор Департаменту **Сергій КІЗІМА**

Оксана Шпанюк (0372) 55 18 16