



# Гайдбук

зі створення кабінету  
психологічної служби  
закладу загальної  
середньої освіти

УДК 37.062:159.9

**Гайдбук зі створення кабінету психологічної служби закладу загальної середньої освіти** / укл. К. Жихарева, Р. Жихарев; за заг. ред. О. Петушкової, А. Аносової. Київ: Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2026. – 111 с.

**Укладачі:** Катерина Жихарева, Роман Жихарев, архітектори Archijazzgroup.

**Редакторки:** Олександра Петушкова, голова ГО «Центр інноваційної освіти «Про.Світ», Анастасія Аносова, психологиня, програмна менеджерка ГО «Про.Світ».

**Дизайнери, архітектори:**

→ Катерина Жихарева, Роман Жихарев, Archijazzgroup;



→ Big City Lab (стор. 68–72). **Big City—Lab**

**Візуалізація:** Валерія Луференко, Роман Жихарев.

**Верстка:** Михайло Федишак.

Гайдбук підготовлений для надання закладам загальної середньої освіти практичних порад і рекомендацій щодо створення доступного, функціонального та комфортного простору кабінету психологічної служби.

Видання систематизує сучасні підходи до просторової організації, зонування, технічного та естетичного облаштування таких кабінетів, з урахуванням вікових особливостей учнів, принципів інклюзивності та безбар'єрності.

Публікація покликана сприяти підвищенню ефективності роботи працівників психологічної служби, формуванню в школах безпечного та підтримувального середовища.

Гайдбук адресований представникам органів управління освітою, керівникам і педагогічним працівникам закладів загальної середньої освіти, працівникам психологічної служби, громадським діячам та всім, хто працює над розвитком психологічно безпечного освітнього середовища.



Гайдбук розміщено на сайті  
ГО «Центр інноваційної освіти «Про.Світ»  
[www.prosvitcenter.org](http://www.prosvitcenter.org)

© Громадська організація Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2026

© Архітектурна майстерня Archijazzgroup, 2026

# ЗМІСТ

Вступ .....	4
<b>Розділ I.</b> <b>Організація простору для функціонування психологічної служби у закладах загальної середньої освіти .....</b>	<b>8</b>
1.1. Проблеми, які найчастіше зустрічаються у закладі загальної середньої освіти з облаштуванням простору для функціонування психологічної служби	9
1.2. Рекомендації щодо підбору приміщення для роботи психологічної служби закладу загальної середньої освіти	11
1.3. Основні функціональні зони кабінету психологічної служби	22
1.4. Мобільні варіанти просторів для роботи психологічної служби закладів загальної середньої освіти	25
<b>Розділ II.</b> <b>Особливості облаштування кабінетів психологічної служби у закладах загальної середньої освіти з урахуванням вікових особливостей учнів .....</b>	<b>27</b>
2.1. Загальні вимоги щодо облаштування просторів кабінетів психологічної служби (незалежно від вікової групи)	29
2.2. Кабінет психологічної служби для початкової школи (1–4 класи)	33
2.3. Кабінет психологічної служби для середньої школи (5–9 класи)	36
2.4. Кабінет психологічної служби для старшої школи (10–12 класи)	39
2.5. Інклюзивність кабінету психологічної служби	42
<b>Розділ III.</b> <b>Варіанти планування та дизайну інтер'єру кабінету психологічної служби у закладах загальної середньої освіти .....</b>	<b>45</b>
3.1. Кабінет «Мінімальний» (12–18 м <sup>2</sup> )	47
3.2. Кабінет «Середній» (24–36 м <sup>2</sup> )	64
3.3. Кабінет «Максимальний» (52–60 м <sup>2</sup> )	73
3.4. Облаштування зони психологічної підтримки в укритті	92
<b>Розділ IV.</b> <b>Практичні рекомендації щодо підбору кольорових рішень та меблів у кабінеті психологічної служби закладу загальної середньої освіти .....</b>	<b>99</b>
Висновки .....	109

ВСТУП

Сьогодні школа – це не лише місце, де діти здобувають знання. Це простір, де вони спілкуються з однолітками, вчаться справлятися зі стресом, знаходити підтримку та почуватися захищеними. У часи, коли виклики війни та соціальних змін посилюють емоційне навантаження на дітей та дорослих, роль психологічної служби (далі – ПС) стає особливо важливою. Добре облаштований кабінет практичного психолога і соціального педагога<sup>1</sup> – це не розкіш, а необхідність, що дозволяє створювати умови для збереження психічного здоров'я і гармонійного розвитку кожного учня.

Цей гайдбук укладений на основі аналізу планування типових шкіл України та враховує актуальні потреби освітнього процесу та психологічної підтримки учнів різних вікових груп.

### Мета гайдбуку –

надати закладам загальної середньої освіти універсальні практичні поради та рекомендації зі створення простору, де учні почуватимуться у достатній безпеці, зможуть отримувати необхідну психологічну допомогу та підтримку, а працівники психологічної служби – ефективно виконувати свої професійні обов'язки.



<sup>1</sup> Тут і далі, вживаючи форму чоловічого роду, ми маємо на увазі представників обох статей.

## Ключові питання, які розкриваються у гайдбучі:



### → архітектурні рішення та планувальні рекомендації

Запропоновані різні варіанти розташування та планування кабінетів ПС в закладах загальної середньої освіти (далі – ЗЗСО) з урахуванням функціонального зонування простору, для створення оптимальних умов роботи практичного психолога, соціального педагога та комфортного перебування дітей.



### → дизайн-проєкти

Представлені ідеї дизайну, що сприяють створенню атмосфери безпеки, довіри та психологічного комфорту з урахуванням вікових особливостей учнів.



### → ресурсна адаптивність

Гайдбук містить рекомендації, які можуть бути реалізовані як у закладах з обмеженими ресурсами (невелике приміщення кабінету ПС або обмеження в фінансуванні), так і в тих, що мають достатні можливості для забезпечення оптимальних умов для роботи працівників ПС.



### → потреби дітей різного віку

Особлива увага приділена тому, як облаштувати простір, щоб він відповідав потребам учнів початкової, середньої та старшої школи.



### → зона для надання психологічної допомоги та психосоціальної підтримки в укритті

Надаються поради щодо створення психологічно безпечних та функціональних просторів в укриттях, які можуть слугувати місцем для тимчасової підтримки.

**Кабінет психологічної служби закладу загальної середньої освіти** – це не просто кімната. Це місце, де діти вчаться краще розуміти себе та інших, справлятися зі стресом, розвивати емоційний інтелект, можуть поділитися особистими переживаннями, конфіденційною інформацією тощо. Це інструмент для покращення психічного здоров'я та психологічного благополуччя всіх учасників освітнього процесу.

## Визначення основних понять, що використовуються у виданні<sup>2</sup>

У гайдбуці запропонована типологія кабінету ПС, в залежності від його габаритних розмірів, форми, конструкцій та місця розташування.

**Кабінет ПС** – стаціонарний кабінет психологічної служби, який знаходиться в будівлі закладу і має окреме, спеціально обладнане приміщення.

**Будівля-кабінет ПС** – це кабінет ПС, який розташований в окремій будівлі на території закладу освіти. Це може бути новозбудована будівля або реконструкція (переобладнання) існуючої будівлі на території закладу, наприклад, господарського приміщення, теплиці тощо.

**Мобільний кабінет** – організація тимчасового простору для надання психологічної допомоги і підтримки, коли стаціонарний кабінет недоступний або потребує підвищення інклюзивності.

**Зона психологічної допомоги і підтримки** – це відокремлений постійний або тимчасовий простір для роботи ПС, який відгороджується в приміщенні за допомогою штор, ширм або мобільних перегородок. Вона може бути організована в укритті, вестибюлі школи або в іншому приміщенні.

**Мобільна скринька** – забезпечення можливості оперативно надавати психологічну допомогу та підтримку за різними запитами поза стаціонарним кабінетом із достатнім мінімальним набором матеріалів для індивідуальної або групової роботи.

<sup>2</sup> У цьому виданні поняття «Кабінет «Модуль ПС», «Будівля-кабінет ПС» та «Кишеньковий кабінет» застосовуються вперше.

РОЗДІЛ І.

**Організація простору  
для функціонування  
психологічної служби  
у закладах загальної  
середньої освіти**

## 1.1.

# Проблеми, які найчастіше зустрічаються у закладі загальної середньої освіти з облаштуванням простору для функціонування психологічної служби

За даними ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», станом на липень 2025 року окремими приміщеннями забезпечені лише 56% практичних психологів та 35,6% соціальних педагогів закладів освіти України<sup>3</sup>. Така ситуація свідчить про суттєвий дефіцит належно облаштованих робочих просторів для працівників ПС.

Наявні кабінети часто розташовані в незручних або віддалених місцях, мають занадто малу площу, схожі на комори, а іноді навіть позбавлені природного освітлення. Відсутність спеціально обладнаного кабінету створює низку серйозних проблем, що безпосередньо впливають на психологічне благополуччя учнів, ефективність роботи працівників ПС та загальну атмосферу в ЗЗСО.

Нижче наведений ряд проблем, що зустрічаються у ЗЗСО із облаштуванням простору для функціонування ПС.

→ **Обмежений доступ до психологічної допомоги та психосоціальної підтримки.** Коли кабінет ПС розташований у незручному чи віддаленому місці у школі, зокрема на верхніх поверхах, без належного доступу, – це проблема, яка створює справжній бар'єр як для учнів, так і їхніх батьків, особливо для тих, хто належить до маломобільних груп населення.

Навіть, якщо кабінет фізично доступний, але розташований у дальньому кутку школи або біля гучних приміщень (як-от спортзал чи їдальня), це може створювати психологічний дискомфорт. Учні та їхні батьки можуть уникати відвідування практичного психолога через незручність, острах привернути до себе додаткову увагу працівників школи, або просто через те, що шлях до кабінету є незрозумілим чи занадто складним, особливо якщо не враховано безбар'єрний доступ для осіб з інвалідністю.

<sup>3</sup> | Пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти України в 2025/2026 навчальному році: метод. рек. (додаток до листа ДНУ «ІМЗО» від 07.07.2025 № 21/08–586). Київ, 2024. 51 с.

- **Недостатня конфіденційність та психологічна безпека.** Без виділеного простору практичний психолог (соціальний педагог) часто змушений працювати в умовах, що не сприяють конфіденційності та комфорту: це можуть бути класні кімнати, коридори, кабінет, де працює заступник директора чи педагог-організатор. Це створює бар'єр для учнів, які потребують приватності та безпечного середовища для відвертої розмови, і ускладнює формування довіри між дитиною та спеціалістом: діти можуть відчувати сором або страх, що їх почують сторонні люди, і тому відмовляються від звернення по допомогу.
- **Ускладнення діагностичної та консультаційної роботи.** Для проведення психологічної консультації, психологічного діагностування потрібні спеціальні умови: спокійний і комфортний простір, тиша, відсутність відволікаючих факторів, що часто неможливо забезпечити без спеціально виділеного кабінету.
- **Негативний вплив на психологічний клімат ЗЗСО.** Відсутність видимого та доступного центру психологічної допомоги та психосоціальної підтримки може створювати враження, що психологічне благополуччя учнів не завжди отримує достатню увагу. Створення комфортного простору для роботи працівників ПС допомагає своєчасно виявляти потреби учнів у психологічній підтримці чи допомозі, надавати своєчасні та якісні послуги, формувати позитивну атмосферу у закладі.
- **Зниження ефективності роботи працівників ПС.** Практичний психолог та соціальний педагог, які не мають окремого, спеціально обладнаного простору, витрачають багато часу та енергії на пошук місця для роботи, що відволікає від безпосередньої роботи з учнями. Крім того, відсутність належних умов може обмежувати спектр послуг, які має надавати спеціалісти, знижувати якість їхньої роботи, призводити до професійного вигорання.
- **Проблеми під час надзвичайних ситуацій.** У випадку повітряних тривог чи інших надзвичайних ситуацій відсутність облаштованих зон психологічної підтримки в укриттях або безпечних просторів у школі ускладнює надання екстреної психологічної допомоги тим, хто її потребує.

Вищезазначене підкреслює актуальність та потребу створення функціонального кабінету ПС у ЗЗСО. Розташування кабінету має бути продуманим з точки зору доступності, приватності та зручності для всіх учасників освітнього процесу.

📌 **Правильне облаштування та організація кабінету відкриває можливості для створення психологічно безпечного та підтримуючого середовища, сприяє розвитку ПС у ЗЗСО.**

## 1.2.

# Рекомендації щодо підбору приміщення для роботи психологічної служби закладу загальної середньої освіти

Вибір оптимального розташування кабінету ПС у ЗЗСО є критично важливим фактором, який впливає на доступність і швидкість надання психологічної допомоги та ефективність роботи спеціалістів.

**Робочий кабінет практичного психолога, соціального педагога** відповідно до чинних нормативних документів<sup>4</sup> призначений для проведення індивідуальної психодіагностичної, корекційно-відновлювальної та розвивальної роботи, а також консультацій з учнями, педагогами й батьками. Тут здійснюється підготовка до занять і тренінгів, опрацювання результатів психологічних обстежень та оформлення висновків і рекомендацій. Згідно з нормами, площа кабінету має становити не менше 12 м<sup>2</sup>, а приміщення повинно бути розташоване у зручному для відвідувачів місці. На дверях обов'язково розміщується табличка «Практичний психолог» або «Соціальний педагог», а також графік роботи, затверджений керівником закладу освіти.

**Навчальний психологічний кабінет**, передбачений для групових занять, тренінгів та факультативів, розташовується поруч із робочим кабінетом або, якщо приміщення достатньо велике, частина простору може бути адаптована для групової роботи. Кабінет використовується для групової психодіагностики, проведення тренінгів, практикумів, занять психологічних гуртків, а також для психологічної просвіти педагогів і батьків.



≥12 м<sup>2</sup>

<sup>4</sup> Про затвердження Положення про психологічний кабінет дошкільних, загальноосвітніх та інших навчальних закладів: Наказ МОН України № 691 від 19 жовтня 2001 р. База даних «Законодавство України». Режим доступу: [zakon.rada.gov.ua/go/v0691290-01](https://zakon.rada.gov.ua/go/v0691290-01) (дата звернення: 02.10.2025).

## Характеристики безбар'єрного та доступного простору

Насамперед, необхідно зазначити фактори, які потрібно врахувати при створенні кабінету ПС. Це – забезпечення доступності та інклюзивності, безпеки та конфіденційності простору, комфортних умов для працівників ПС та учасників освітнього процесу.



### Фізична доступність та інклюзивність

**Легкий доступ.** Кабінет має бути розташований так, щоб учасники освітнього процесу могли легко та швидко дістатися до нього, не витрачаючи багато часу на пошуки чи довгі переходи.

Оптимальним є розташування кабінету на першому поверсі, в центральній частині закладу освіти, що мінімізує час на пересування та забезпечує зручний доступ для учнів з різних класів, а також для їхніх батьків (осіб, що їх замінюють).

Чим легше дістатися до кабінету, тим менше психологічних та/чи фізичних бар'єрів виникає в учнів перед тим, як звернутися по допомогу.

Зручне розташування кабінету також полегшує взаємодію працівників ПС з педагогічним колективом та адміністрацією.

**Безбар'єрність та інклюзивність простору.** Відповідно до принципів інклюзивної освіти кабінет ПС має бути фізично доступним для всіх відвідувачів, включаючи осіб з інвалідністю. Це передбачає наявність певної інфраструктури: пандусів, ліфтів, відповідних дверних прорізів та відсутність перешкод на шляху до кабінету. Тож локалізація на перших поверхах або забезпечення функціонування підйомних механізмів є першочерговим завданням при організації кабінету ПС.



### Конфіденційність та безпека

**Забезпечення приватності.** Локація кабінету має гарантувати максимальну конфіденційність. Розташування в тихій зоні, подалі від місць інтенсивного руху учнів (їдальня, спортивні зали, учительська тощо) є пріоритетним. У разі розташування кабінету в шумній зоні потрібно у його оздобленні використовувати звукоізоляційні матеріали. Це допоможе створити безпечний простір, де учень може вільно висловлювати свої емоції та думки, стишитися, розслабитися тощо.

**Формування атмосфери довіри.** Спокійна, відокремлена локація сприяє формуванню атмосфери довіри та безпеки, що є необхідною передумовою для ефективної психологічної роботи та встановлення контакту і довіри між практичним психологом, соціальним педагогом та відвідувачем.

**Функціональність простору.** Гармонійне поєднання кольорів, достатнє та регульоване освітлення, продумане розташування меблів і вдалий підбір обладнання у кабінеті сприяють створенню комфортного середовища та полегшують організацію групових занять чи проведення психодіагностики.

Різні методи роботи (зокрема арттерапія, тренінги, елементи ігротерапії) потребують певних просторових і технічних умов, які значно легше забезпечити у окремо виділеному та зручно розташованому кабінеті.

Наявність рукомийника та доступ до питної води в кабінеті ПС є важливою складовою його функціональності. Це забезпечує комфорт під час проведення практичних, арттерапевтичних занять, дозволяє дотримуватися гігієнічних норм і створює додатковий ресурс для зниження стресу та тривожності учнів під час занять.



### Вплив на психологічний клімат та сприйняття ПС

**Формування позитивного іміджу.** Школа, яка приділяє належну увагу доступності та функціональності кабінету працівників ПС, демонструє свою прихильність до створення інклюзивного, безпечного та підтримуючого освітнього середовища. Продумане розташування кабінету робить роботу ПС більш відкритою та помітною, сигналізує учням, що отримати психологічну допомогу – це нормальна, важлива і підтримувана частина шкільного життя.

Вибір місця та організація функціонування кабінету ПС – це стратегічне рішення, яке визначає зручність звернення по допомогу, рівень інклюзивності, конфіденційність і впливає на психологічний клімат у школі.

Під час створення або адаптації приміщень під кабінет ПС важливо враховувати принципи оптимізації робочих процесів, функціональності простору, формування атмосфери довіри, забезпечення приватності, безбар'єрності та інклюзивності середовища, зручного доступу й створення позитивного іміджу – щоб простір був комфортним, безпечним і підтримуючим для всіх учасників освітнього процесу.

## Де знайти місце в існуючій школі для кабінету психологічної служби?

Для здійснення професійної діяльності практичному психологу, соціальному педагогу потрібен окремий спеціально обладнаний кабінет, оптимально – робочий кабінет та навчальний психологічний кабінет для проведення групових занять, тренінгів.

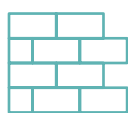
У закладах освіти, відповідно до чинних норм проектування, повинна бути кімната психофізіологічного розвантаження площею не менше ніж 18м<sup>2</sup>, що дає можливість створити спеціально обладнаний кабінет ПС. У тих закладах освіти, де створення такого кабінету не передбачалось, необхідно виділити повноцінний простір або пристосувати наявні приміщення для потреб ПС.

Планування шкільних будівель досить різноманітне, тому для підготовки універсальних рекомендацій з облаштування кабінетів для роботи практичного психолога й соціального педагога було проведено аналіз найпоширеніших типових проєктів ЗЗСО України. Результати цього аналізу дозволили визначити ключові варіанти локацій та підходи для створення окремого, спеціально оснащеного кабінету ПС.

У гайдбуці запропоновано два концептуальні підходи щодо влаштування кабінету ПС: адаптація (реконструкція) наявного приміщення та створення нового спеціально спроектованого простору.



**Адаптація (реконструкція) наявного приміщення.** Для цього можуть бути використані такі приміщення, як класна кімната (рис. 1, 3, 5, 7), кімнати громадських ініціатив, гурткової та позаурочної діяльності або інші доступні приміщення (рис. 4, 10, 12).



**Створення нового приміщення.** У цьому підході можливе влаштування кабінету за рахунок рекреаційних зон поруч з навчальними класами (рис. 5, 8) або в вестибюлі, у тому числі, замість гардеробних (рис. 2, 3, 5, 6, 8, 9).

Нижче наведені можливі варіанти місць влаштування кабінету ПС на перших поверхах шкіл з різним плануванням та конфігурацією.

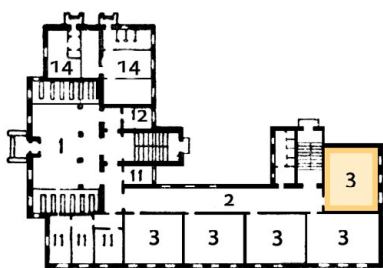


Рис. 1. Школа на 880 учнів. Типовий проєкт УРСР № 34, 1954 р. План 1 поверху. Варіанти розміщення кабінету ПС в приміщенні класу

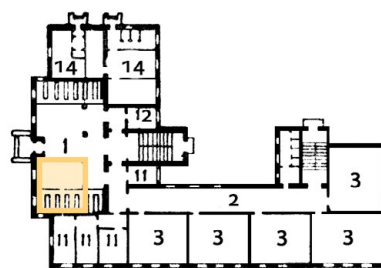


Рис. 2. Школа на 880 учнів. Типовий проєкт УРСР № 34, 1954 р. План 1 поверху. Розміщення кабінету ПС в гардеробній вестибюлю



Фасад

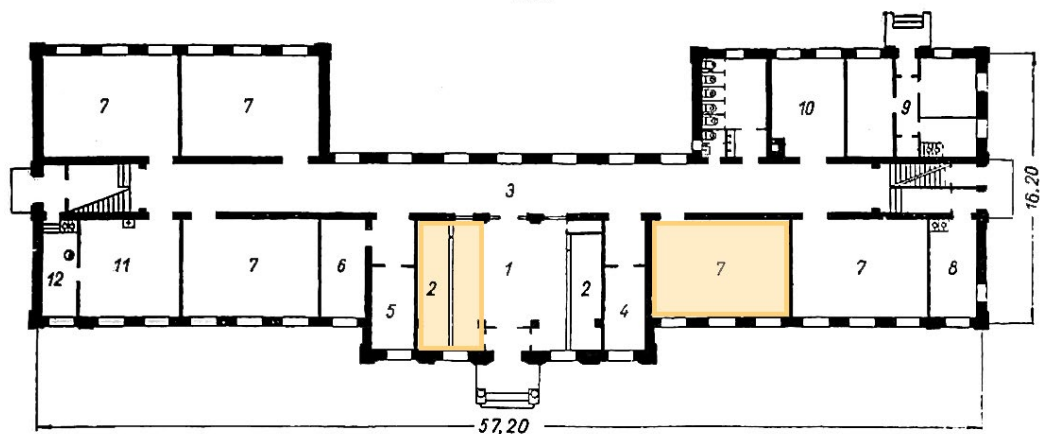


Рис. 3. Типовий проєкт школи № 124 на 400 учнів для сільської місцевості, 1953 р.

План 1 поверху. Розміщення кабінету ПС в приміщенні класу або вестибюлі

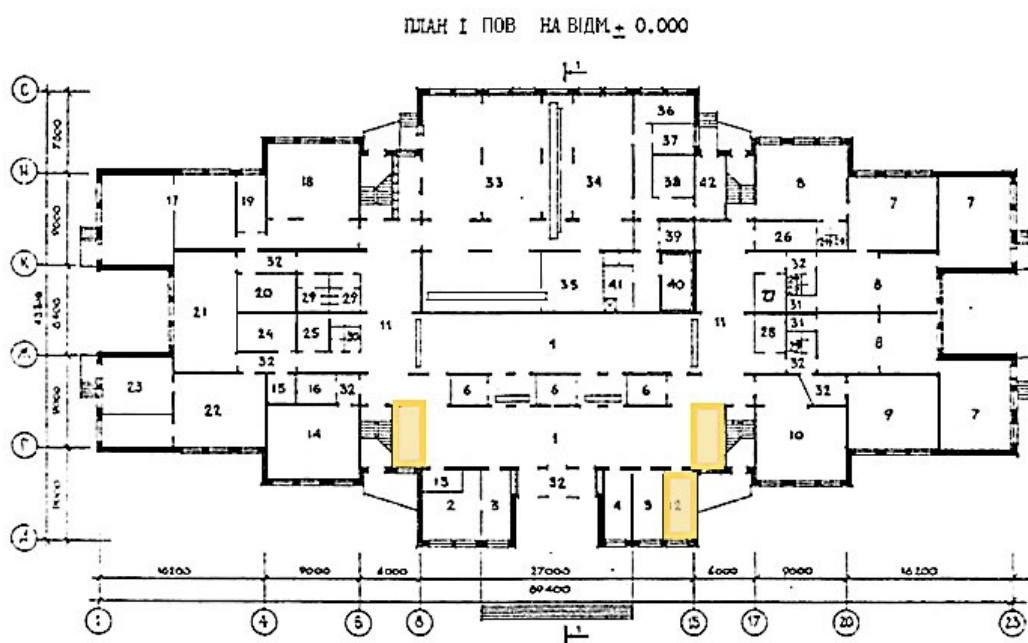


Рис. 4. Школа на 33 класи. Типовий проєкт 221-01-625.88. План 1 поверху.

Розміщення кабінету ПС в кімнаті позакласного та позашкільного виховання

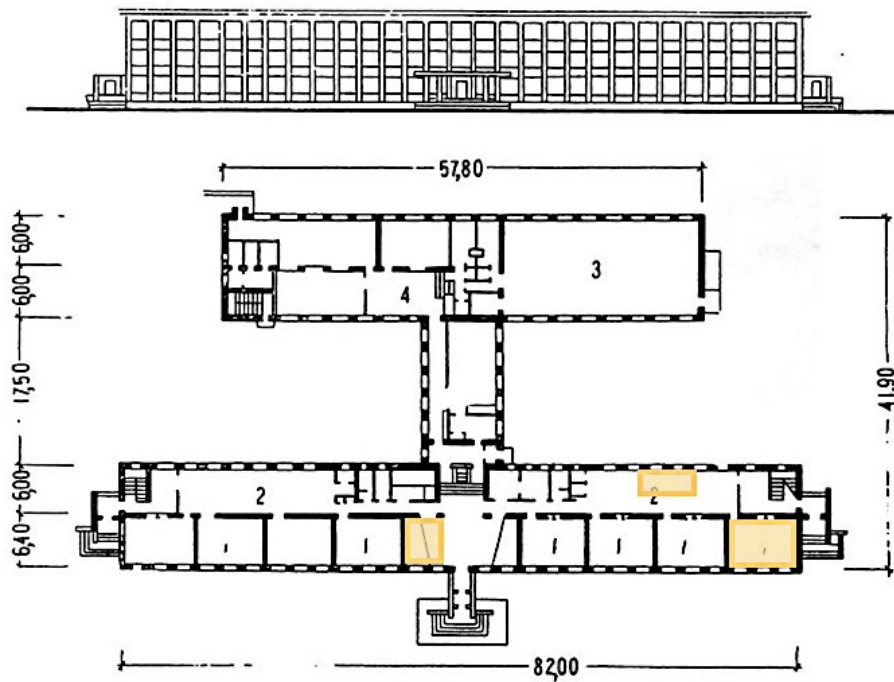


Рис. 5. Типовий проект школи на 964 учня. План 1 поверху.  
Варіанти розміщення кабінету ПК в класі або зоні рекреації

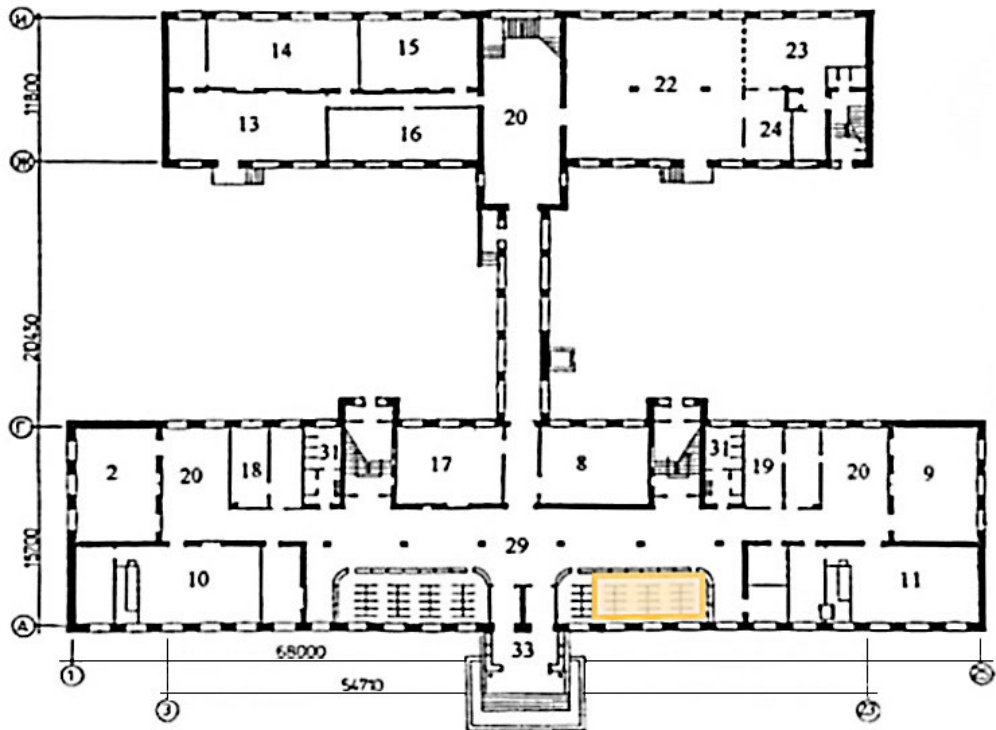


Рис. 6. Типовий проект школи на 964 учня.  
Розміщення кабінету ПК в гардеробній вестибюлю 1 поверху

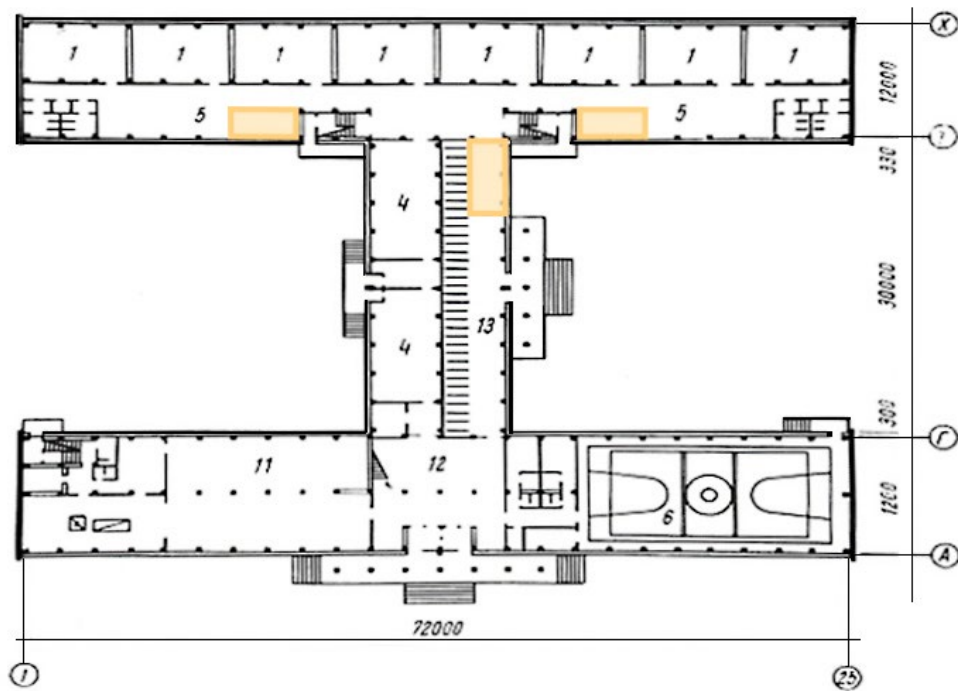


Рис. 7. Типовий проект школи 65–426/1 на 24 класи. План 1 поверху.  
Варіанти розміщення кабінету ПК в зоні рекреації або вестибюлі

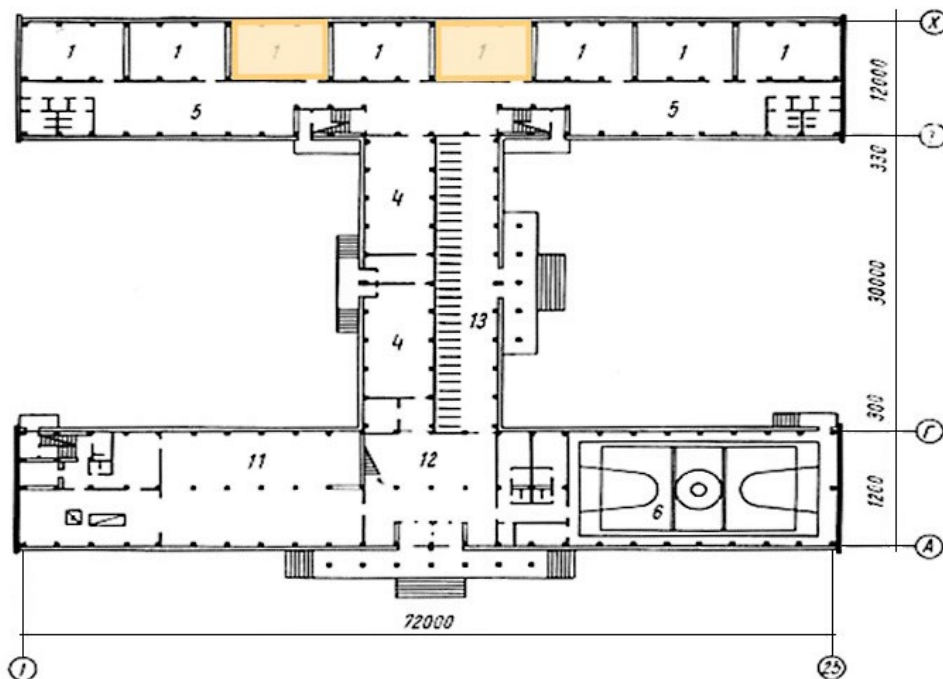


Рис. 8. Типовий проект школи 65–426/1 на 24 класи. План 1 поверху.  
Варіанти розміщення кабінету ПК в приміщенні класу

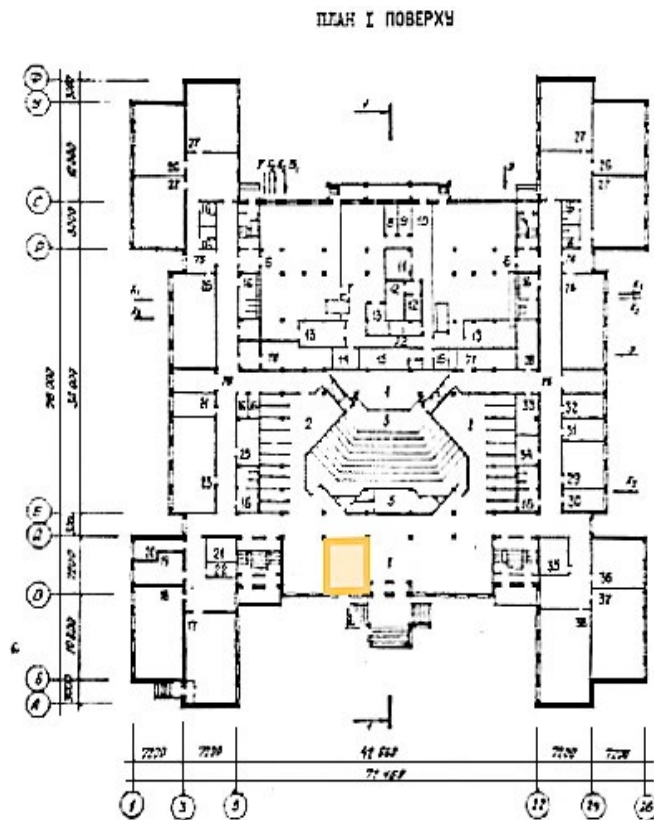


Рис. 9. Школа на 44 класи. Типовий проєкт школи 221-1-555.87. План 1 поверху.  
Розміщення кабінету ПС в вестибюлі школи

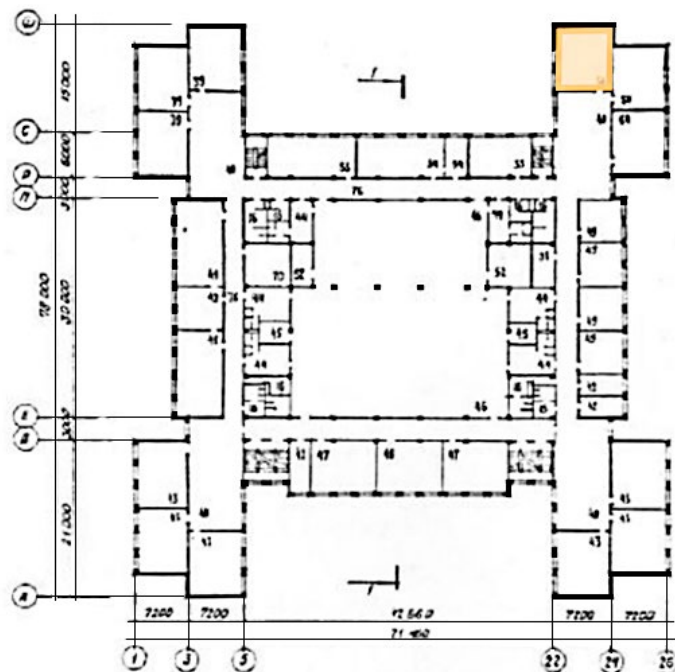


Рис. 10. Школа на 44 класи. Типовий проєкт школи 221-1-555.87. План 2 поверху.  
Розміщення кабінету ПС в кімнаті громадських ініціатив

## Кабінет ПС в приміщенні класу

Розміри навчальних класів (кабінетів) в школі залежать від кількох важливих факторів, які враховують як фізичні, так і організаційні аспекти освітнього процесу, зокрема:

- **тип ЗЗСО:** початкова школа, гімназія, ліцей;
- **максимальна наповненість:** розміри класу повинні забезпечувати комфортне навчання для всіх учнів. Рекомендована кількість учнів для початкових класів 25–30 учнів, середніх та старших класів – до 30–35 учнів;
- **архітектурні особливості:** розміри класів також залежать від архітектурно-планувальних рішень школи, включаючи конфігурацію віконних та дверних прорізів та інших елементів;
- **технологічне оснащення:** наявність комп'ютерів, проекторів та іншого обладнання може вимагати додаткового простору для їх розміщення.

У більшості типових проектах шкіл звичайний навчальний клас має площу від 50 до 60 м<sup>2</sup>, ширину 6–6,6 м та довжину 8,8–9 м. Спеціалізовані кабінети мають більші розміри, площа яких може сягати до 81 м<sup>2</sup> (рис. 11). Також, кабінет має широкі вікна, що забезпечує потрапляння достатньої кількості сонячного світла та гарну інсоляцію. Це створює комфортні умови для використання його як кабінету ПС та дає широкі можливості для різних варіацій його розпланування.



Рис. 11. Планування навчальних кабінетів школи.

- А – навчальний клас для молодших школярів; Б – планування типового навчального класу;  
В – планування кабінету хімії

## Кабінет ПС на місці гардеробної кімнати

У вестибюлі шкіл є гардеробні кімнати, які останнім часом перестали активно використовувати. Їхня площа може бути від  $24 \text{ м}^2$  (у залежності від кількості учнів, які навчаються в закладі). Тут також є доступ до природного освітлення, що дає можливість створити повноцінний кабінет ПС. Габарити кабінету можуть варіюватись від мінімального до великого, в залежності від планування будівлі та можливостей закладу.

## Кабінет ПС замість приміщень іншого призначення

У багатьох школах можуть бути приміщення різного призначення, які можна переобладнати під кабінет ПС. Це може бути кімната для гурткової або позаурочної діяльності, приміщення для роботи громадських ініціатив, мультифункціональна кімната (приміщення для проведення різних заходів або відпочинку), кабінети адміністрації, спеціалізовані кабінети тощо. Їхні розміри нормовані і залежать від кількості учнів, на яку розрахований заклад освіти. Площа таких приміщень може бути від  $15 \text{ м}^2$  до  $50 \text{ м}^2$ , що дозволяє створити повноцінний кабінет ПС (рис. 12).

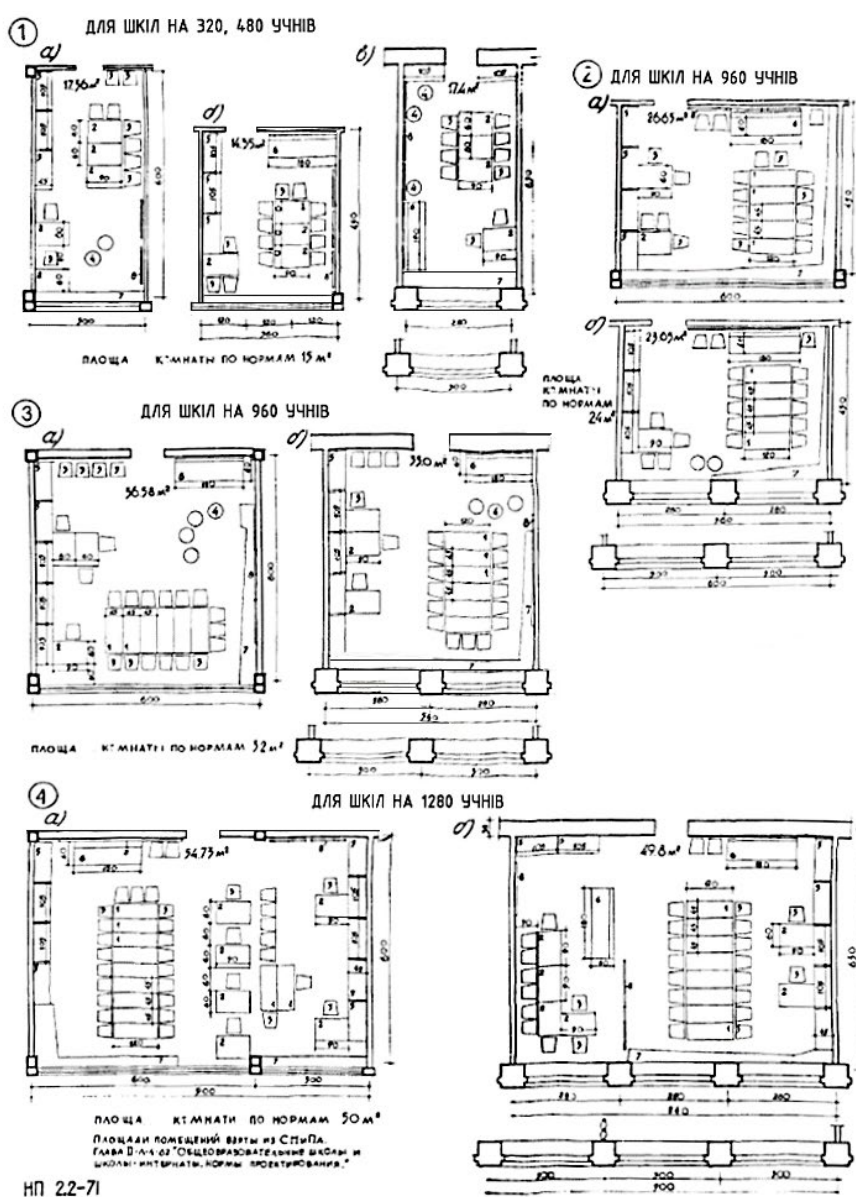
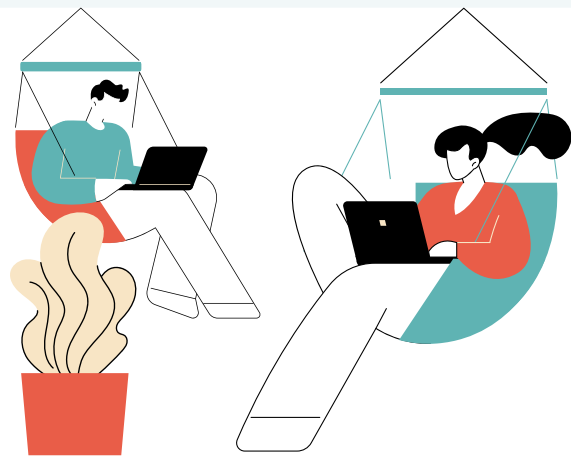


Рис. 12. Школи. Кімнати іншого призначення, як потенційні кабінети для ПС

## Кабінет ПС в зоні рекреації

Рекреаційні зони в школах є важливими просторами, які сприяють відпочинку та соціалізації учнів, призначені для їхнього дозвілля, ігор та неформального спілкування. Вони можуть знаходитися в різних частинах школи: у внутрішніх приміщеннях (коридори, холи, вестибюлі, кімнати для відпочинку), на території школи (внутрішні двори, спортивні та ігрові майданчики). У зонах рекреації можуть бути розташовані різні елементи, такі як лавки, ігрові зони, озеленення та інші зручності.



Зазвичай, у будівлі школи рекреаційні зони розташовуються поблизу навчальних кабінетів початкової школи (1–4 класи), середньої (5–9 класи) та старшої (10–12 класи). Згідно з нормами, площі вестибюлів та рекреаційних приміщень плануються з розрахунку 2 м<sup>2</sup> на одного учня для 1–4-х класів, 1,5 м<sup>2</sup> – для 5–9-х класів і 1 м<sup>2</sup> на одного учня 10–12-х класів<sup>5</sup>. Одна рекреаційна зона повинна обслуговувати 6 класних приміщень і мати площу не менше 24 м<sup>2</sup> на один клас. Це забезпечує достатньо простору для комфортного відпочинку та активностей дітей.

У разі зменшення нормованої площі рекреаційної зони за рахунок створення кабінету ПС, можна врахувати, що учні зможуть користуватись кімнатою навчального психологічного кабінету під час перерви для відпочинку. Таким чином, кабінет ПС буде складовою частиною рекреаційної зони, що забезпечить дотримання норм.

Для створення кабінету ПС в рекреаційній зоні, необхідно розглядати варіант розміщення кабінету на першому поверсі біля навчальних класів молодшої або середньої школи (в залежності від типу закладу освіти) або в центральному вестибюлі, неподалік від головного входу. Також, при виборі місця для кабінету необхідно врахувати, що ширина коридору в рекреаційній зоні поруч із навчальними класами при двосторонньому русі повинна бути не менше 2–2,5 м.

Якщо створити доступний стаціонарний кабінет ПС в закладі освіти немає можливості, альтернативними варіантами можуть бути модульна система (кабінет «Модуль ПС», будівля-кабінет ПС або прибудова кабінету ПС до будівлі школи (реконструкція). Збірно-розбірна система кабінету-модулю дозволяє встановити його як в самому закладі, так і зовні. Будівля-кабінет ПС може бути побудована як окрема, нова будівля або реконструйована (переобладнана) з існуючої будівлі на території закладу, якщо така наявна. У варіантах прибудови або створенні кабінету у вестибюлі, кабінет ПС може мати окремий, додатковий вхід з вулиці. Ці варіанти потребують розроблення індивідуального проекту будівництва або реконструкції.

<sup>5</sup> ДБН В.2.2–3:2018 Будинки і споруди. Заклади освіти. К.: Міністерство розвитку громад та територій України, 2025. 63с

## 1.3.

### Функціональне зонування кабінету психологічної служби

До складу ПС ЗЗСО входять два спеціалісти: практичний психолог і соціальний педагог і у школах це можуть бути окремі особи, одна людина на двох посадах або лише один спеціаліст. Як вже зазначалось, за чинними вимогами психологічний кабінет має включати два приміщення – робочий та навчальний кабінети. Проте в більшості закладів освіти виділяють лише одне приміщення, часто з обмеженою площею. У такому випадку ключового значення набуває функціональне зонування простору. Це дозволяє організувати середовище, у якому можна проводити як індивідуальну роботу, так і групові заняття, забезпечуючи конфіденційність, комфорт і сприятливу атмосферу для учнів, батьків (осіб, що їх замінюють) та педагогів.



## 1. Робоча зона спеціаліста/-ів

**Призначення:** безпосереднє робоче місце практичного психолога, соціального педагога, де вони можуть вести документацію, готуватися до занять, зберігати робочі матеріали тощо.

## 2. Зона індивідуального консультування

**Призначення:** місце для індивідуальних бесід, консультування, психодіагностики чи надання психологічної підтримки учням, їхнім батькам (осіб, що їх замінюють) та педагогам.

## 3. Зона консультування до 4-х осіб

**Призначення:** місце для проведення консультацій з учнями та їхніми батьками (особами, що їх замінюють), психодіагностики, а також розвиваючих, арттерапевтичних, навчальних занять у малих групах.

## 4. Зона групової роботи

**Призначення:** проведення групових занять, тренінгів, навчальних програм, зустрічей з учнями, їхніми батьками (особами, що їх замінюють) або педагогами.

## 5. Зона арттерапії

**Призначення:** використання методів арттерапії для роботи з учнями, їхніми батьками (особами, що їх замінюють) та педагогами, сприяння їхньому творчому самовираженню та відновленню психоемоційного стану.

## 6. Зона очікування та адаптації

**Призначення:** перехідний простір, який допомагає налаштуватися на роботу із спеціалістом. Тут відвідувач має можливість на кілька хвилин усамітнитися, відновити спокій, переключитися з попередніх занять, скористатися простими вправами для саморегуляції, отримати доступ до питної води чи вмитися, а також роздивитися простір, арт- або ігрові матеріали у спеціально відведеному кошику та обрати предмет для подальшого заняття. Простір також виконує функцію місця очікування для учнів, їхніх батьків (осіб, що їх замінюють) або педагогів та може використовуватися для розміщення інформаційних матеріалів з питань психічного здоров'я.

## 7. Зона усамітнення, комфорту та релаксації

**Призначення:** простір для відновлення відчуття безпеки, зниження напруги та тривожності, релаксації. Тут учні можуть побути наодинці, відволіктися, заспокоїтися та переключитися. Зона може використовуватися під час перерви між уроками, у моменти сильного емоційного напруження, ситуаціях, коли потрібна перша психологічна допомога. Також під час консультації дитина може обрати бути саме в цій частині кабінету. Можливе використання зони для групових занять у комфортній та невимушеній атмосфері. У кабінетах із обмеженою площею цю функцію можна реалізувати як ресурсний куточок.

## 8. Зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції

**Призначення:** простір для зниження стресу та тривожності, стимуляції сенсорних навичок та саморегуляції. Учні можуть обрати активність за бажанням, відволіктися, розслабитися та відновити емоційний баланс, зняти м'язову напругу.

## 9. Зберігання фахових матеріалів та інструментів

**Призначення:** організоване зберігання документації, матеріалів, інструментів та ресурсів ПС, необхідних для проведення індивідуальної та групової роботи, психодіагностики, просвітницьких занять, тренінгів тощо.

📌 **Розташування функціональних зон може бути різним, в залежності від площі приміщення та його конфігурації. У невеликому кабінеті ПС зони можуть накладатись та поєднуватись між собою. Наприклад, консультування до 4-х осіб може бути в зоні групової чи індивідуальної роботи; заняття з арттерапії можна проводити в груповій зоні; зона усамітнення, комфорту та релаксації може включати в себе зону зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції тощо. Також, одна зона може бути замінена на іншу за допомогою перестановки мобільного обладнання, такого як стільці, столи, ширми або штори тощо.**

## 1.4.

### Мобільні варіанти просторів для роботи психологічної служби закладів загальної середньої освіти



#### Мобільний кабінет

- ▶ **Призначення:** організація тимчасового простору для надання психологічної допомоги і підтримки, коли стаціонарний кабінет недоступний або потребує підвищення інклюзивності.
- 🛋️ **Оснащення:** мобільні меблі (2 стільці або крісла, невеликий столик); пледи, подушки або пуфи; ширма або перегородка для забезпечення приватності; мобільна валізка психолога; питна вода.
- ⚙️ **Використання:** на першому поверсі школи для учнів, батьків (осіб, що їх замінюють), у т.ч. людей із обмеженою мобільністю, у класах, в укритті або будь-якому іншому місці, де можна швидко організувати комфортний простір для роботи працівників ПС.



## «Мобільна скринька» або валізка психолога

- ▶ **Призначення:** забезпечення можливості оперативно надавати психологічну допомогу та підтримку за різними запитами поза стаціонарним кабінетом із достатнім мінімальним набором матеріалів для індивідуальної або групової роботи.
- 🗳️ **Оснащення:** контейнер (валізка, коробка) з базовими психологічними інструментами та матеріалами (іграшки, метафоричні картки, компактні психологічні ігри чи набори, сенсорні предмети, папір, олівці, клубок ниток, пластилін та інші ресурси, необхідні для різних видів діяльності).
- ⚙️ **Використання:** клас, укриття, онлайн-робота або будь-яке інше місце, де необхідно оперативно надати психологічну допомогу і підтримку.

РОЗДІЛ II.

**Особливості  
облаштування кабінетів  
психологічної служби  
у закладах загальної  
середньої освіти  
з урахуванням вікових  
особливостей учнів**

Облаштування кабінету практичного психолога та соціального педагога є важливим аспектом ефективної психологічної підтримки учнів у школі. Відповідно до принципів психології середовища (напрямку, що вивчає вплив простору на емоційний стан, поведінку та когнітивні процеси людини), фізичне оточення значною мірою впливає на відчуття безпеки, рівень зосередженості та психологічного комфорту дитини.

Організація простору повинна враховувати вікові особливості й потреби учнів, оскільки саме це визначає підходи, форми взаємодії та рівень психологічного комфорту під час занять.

Відповідно до типу ЗЗСО спеціаліст може здійснювати роботу з учнями якоїсь однієї вікової групи (наприклад, з учнями молодших класів чи старшокласниками) чи різних вікових груп. Залежно від цього, реалізуються різні сценарії роботи працівників ПС, що вимагає також належного адаптування простору під особливості кожного віку.

## 2.1.

### Загальні вимоги щодо облаштування просторів кабінетів ПС (незалежно від вікової групи)

Сучасні вимоги до облаштування просторів для надання психологічної допомоги та психосоціальної підтримки обґрунтовують створення адаптивного, інклюзивного та технологічно оснащеного простору. У кабінеті доцільно передбачити робочу зону спеціалістів, зони для індивідуальної й групової роботи, мобільні меблі для швидкої трансформації простору, доступ до питної води та рукомийник. Важливо забезпечити наявність матеріалів для арттерапії, ігрової та розвивальної діяльності, дидактичних засобів, а також технічного обладнання (проектор, планшети, інтерактивні панелі тощо).

Загальне оформлення кабінетів має відповідати санітарно-гігієнічним та технічним нормам (освітленість, температура, вентиляція, звукоізоляція, наявність достатньої кількості розеток), а атмосфера спрямована на зниження рівня тривожності та створення відчуття безпеки.



#### Простір та планування

**Простір** має бути зонованим та правильно організованим для забезпечення оптимального та зручного використання приміщення. Планування кабінету має бути таким, щоб забезпечити вільне пересування та комфортне перебування.

**Мобільність простору** дозволяє адаптувати середовище до потреб дітей та специфіки проведення занять.

**Інклюзивність простору** забезпечує доступність для дітей з особливими потребами та маломобільних груп населення.



#### Функціональне зонування

Габарити приміщення впливають на кількість функціональних зон та можливість проведення різних форм занять. У випадку, коли приміщення незначної площі, деякі зони можуть бути об'єднані.

Для ефективної роботи кабінет ПС обов'язково має містити такі функціональні зони:

- робоча зона працівника/-ів;
- зона для проведення індивідуальних консультацій;
- зона для групової роботи, групових консультацій (міні-група, 3–4 людини);
- зона для творчості, арттерапії, ігор;
- зона адаптації, саморегуляції та релаксації (можуть бути окремими зонами або об'єднані в одну).



## Освітлення

**Природне освітлення:** максимальне використання природного світла сприяє покращенню настрою, підвищенню концентрації уваги та зниженню рівня стресу. Якщо це неможливо, у кабінеті необхідно створити м'яке, розсіяне штучне освітлення.

**Штучне освітлення:** м'яке, розсіяне освітлення з можливістю регулювання інтенсивності. Бажано уникати яскравих, прямих джерел світла, які можуть викликати дискомфорт та втому. Рекомендується використання ламп з теплим спектром світла.



## Звукова ізоляція

У кабінеті має бути забезпечена належна звукова ізоляція, що гарантує конфіденційність і зменшує вплив зовнішніх шумів. Використання звукопоглинаючих матеріалів (акустичних панелей, килимів тощо) допомагає мінімізувати відлуння та створює комфортні умови для роботи.



## Меблі

Достатню увагу необхідно приділити підбору меблів, їх розташуванню, кольоровим рішенням, а також наявності ігрових, дидактичних і методичних матеріалів.

**Ергономіка та зручність.** Меблі повинні відповідати ергономічним вимогам, забезпечуючи правильну поставу та комфортне сидіння учнів. Для того, щоб простір не виглядав захлабленим, краще уникати надмірної кількості меблів або частково використовувати меблі з закритими полицями.

**Мобільність меблів.** Використання пересувних меблів та меблів-трансформерів може значно покращити функціональність кабінету. Для візуального розділення зон можна використовувати легкі перегородки, ширми або стелажі.



## Обладнання

Для виконання своїх професійних обов'язків працівники ПС потребують наступного обладнання й матеріалів:

- комп'ютер / ноутбук з доступом до інтернету для ведення документації, проведення онлайн-консультацій, пошуку інформації, підготовки до заходів, оброблення діагностичних даних тощо;
- програмне забезпечення: наявність програмного забезпечення для психодіагностики, психокорекції та ведення документації;
- принтер / сканер / багатофункціональний пристрій, ламінатор – для друку документів, оформлення матеріалів і створення наочностей;
- проектор, телевизор або інтерактивна дошка для перегляду навчальних відео, презентацій, фільмів, спільних занять;
- аудіосистема для відтворення музики, релаксаційних і аудіоматеріалів;
- матеріали для сенсорної стимуляції (тактильні, візуальні, ароматичні елементи, антистрес-іграшки тощо);
- набір матеріалів для творчої діяльності – фарби, пластилін, кольоровий папір, природні матеріали, інші матеріали для арттерапії;
- настільні ігри, конструктори, розвивальні набори для роботи з дітьми різного віку;
- кулер з питною водою або інший доступ до води;
- фліпчарт, дошка або маркерна дошка;
- кондиціонер, система вентиляції, джерело безперервного живлення;
- канцелярське приладдя.



## Декор та атмосфера

**Кольорова гамма:** використання нейтральних, спокійних кольорів (наприклад, білий, блакитний, зелений, бежевий, сірий), що сприяє релаксації та зниженню рівня тривожності. Яскраві кольори можна використовувати для акцентів та стимуляції творчості.

**Візуальні елементи:** картини, постери й інші декоративні елементи, що створюють позитивний настрій і сприяють емоційному комфорту.

**Живий куточок:** наявність живих рослин покращує якість повітря, формує відчуття захищеності та допомагає знижувати рівень стресу. Акваріум або невелика зелена зона можуть створювати заспокійливу атмосферу та покращувати настрій.

**Зона самовираження та досягнень:** облаштування місця для демонстрації робіт учнів, грамот чи творчих досягнень сприяє підвищенню самооцінки, розвитку впевненості та мотивації.

**Елементи аромотерапії:** за можливості можна використовувати аромадифузори або ефірні олії з легкими, ненав'язливими ароматами<sup>6</sup>.



## Гігієнічні умови

**Чистота та порядок:** регулярне прибирання, дезінфекція та провітрювання приміщення, встановлення рекуператора за потреби.

**Безпека:** відсутність небезпечних предметів, наявність аптечки першої допомоги.

<sup>6</sup> Приклади меблів та обладнання, кольорових рішень інтер'єру надані в розділі V «Концептуальні рішення щодо планування та облаштування кабінету Психологічної служби школи» та розділі VI «Технічні рекомендації, кольорові рішення та специфікація обладнання»

## 2.2.

### Кабінет психологічної служби для початкової школи (1–4 класи)

Молодший шкільний вік (6–10 років) – це період активного пізнавального розвитку, становлення навчальної мотивації, формування саморегуляції та соціальних навичок. Діти цього віку мислять образно, емоційно реагують на події, потребують підтримки дорослого й відчуття успіху. Гра та творча діяльність залишаються провідними засобами розвитку, через які дитина пізнає себе й світ, навчається взаємодіяти з іншими та керувати власними емоціями.

Відповідно, кабінет ПС для молодших школярів має бути організований так, щоб забезпечувати емоційну безпеку, можливість гри, творчості й рухової активності, створюючи сприятливі умови для розвитку саморегуляції, комунікації та позитивного ставлення до навчання.

#### Рекомендації щодо організації та облаштування простору



##### Простір та планування

**Чітке зонування:** кабінет доцільно поділити на функціональні зони – для ігрової діяльності, творчості, індивідуальних консультацій, психологічного розвантаження та групових занять. Це допомагає організувати простір так, щоб дитина легко орієнтувалася та відчувала себе впевнено під час різних видів роботи.

**Відкритий простір:** бажано, щоб частина підлоги залишалася вільною для рухливих ігор, комунікативних вправ тощо. Така зона сприяє фізичній розрядці, розвитку координації рухів та формуванню командної взаємодії.



##### Меблі

Використовуються меблі з заокругленими кутами, низькі столи та стільці або пуфи, підвісні сенсорні гамаки або крісла-кокони. Меблі та матеріали краще розташовувати на рівні, доступному для дітей. Столи та стільці можуть бути регульованим по висоті.



## Обладнання

**Ігрова зона:** значна частина кабінету відводиться для ігрової діяльності. Тут розміщуються різноманітні іграшки – ляльки та м'які іграшки, фігурки тварин, конструктори, машинки, настільні ігри, ляльковий театр, набори для сюжетно-рольових ігор. Такі матеріали допомагають дитині виражати емоції, відтворювати життєві ситуації, долати страхи й тривогу через гру.

**Матеріали та обладнання для творчості:** крейдова чи магнітна дошка, настінна поверхня або підставка для конструкторів, а також різноманітні матеріали для малювання, ліплення, аплікацій, колажів. Творча діяльність сприяє розвитку уяви, моторики й емоційного самовираження молодших школярів, що є дуже важливим для їхнього розвитку.

**Сенсорні елементи:** використання сенсорних килимків, тактильних фішок, пісочниці, сенсорних коробок стимулює розвиток сприйняття, координації та допомагає знизити емоційне напруження дітей.

**Музичні інструменти:** прості дитячі музичні інструменти (трикутник, маракаси, бубон, ксилофон, дзвіночки) сприяють емоційному розвантаженню, розвитку слухового сприйняття й самовираженню через звук і ритм.



## Декор та атмосфера

**Атмосфера:** простір має бути дружнім, ігровим і безпечним, викликати у дітей відчуття радості та довіри. Дизайн повинен стимулювати уяву, творчість і допомагати дитині вільно виражати емоції.

**Кольорова гама:** перевагу варто надавати спокійним, теплим і природним кольорам – пастельним відтінкам зеленого, блакитного, жовтого. Яскраві кольори доцільно використовувати як акценти для створення позитивного настрою. На стінах можна розмістити фотошпалери або розпис із м'яким, заспокійливим малюнком.

**Додаткове освітлення:** для створення затишної атмосфери в окремих зонах можна використовувати настільні лампи, торшери, сенсорні чи соляні лампи, гірлянди. М'яке освітлення допомагає дитині розслабитися та знизує рівень тривожності.

**Килими, татамі:** допомагають зонувати простір, створюють відчуття тепла, комфорту й безпеки, сигналізують дітям, що гра чи інший вид діяльності можуть відбуватися не лише за столом, а й на підлозі.

**Дитячі роботи:** стіни можна прикрасити малюнками, аплікаціями чи спільними творчими роботами дітей. Це формує атмосферу визнання, підтримує самооцінку й створює емоційний зв'язок із простором.

**Тематичний декор:** доречним є використання зображень казкових персонажів, тварин або природних мотивів, які роблять простір більш привабливим і зрозумілим для дітей.

**Візуальні матеріали:** можна розмістити плакати з абеткою, цифрами, правилами поведінки, картки з емоціями в доступній та цікавій для дітей формі, – вони виконують розвивальну функцію і підтримують навчальну мотивацію.

**Створення інтер'єру кабінету ПС, який будуть відвідувати молодші школяри – це процес, який потребує уваги до деталей. Правильно оформлений простір сприяє створенню привабливої, комфортної та безпечної атмосфери, що підтримує емоційний і соціальний розвиток дітей.**

## 2.3.

### Кабінет психологічної служби для середньої школи (5–9 класи)

Перехід до середньої ланки школи – це важливий етап у житті дитини, пов'язаний зі зміною навчального середовища, зростанням навчального навантаження та розширенням кола спілкування. Учні цього віку проходять період адаптації до нових вимог, учителів і колективу, що може супроводжуватися підвищеною тривожністю, втому, зниженням мотивації чи труднощами в організації навчальної діяльності.

Підлітковий вік характеризується активним процесом дорослішання, формуванням самооцінки, розвитком самосвідомості та соціальної ідентичності. У цей період зростає роль однолітків, а авторитет дорослих поступається місцем впливу друзів. Для підлітків надзвичайно важливо бути прийнятими до своєї референтної групи, відчувати підтримку, визнання та можливість вільного самовираження. Саме тому ефективними стають методи «рівний – рівному», робота в малих групах, створення простору для невимушеного спілкування та взаємодії. У цьому віці також формується здатність до конструктивного розв'язання конфліктів, з'являється потреба в осмисленні правил взаємоповаги, що робить надзвичайно актуальною профілактику булінгу та розвиток навичок ненасильницького спілкування.

Поступово виникає інтерес до майбутнього професійного вибору – починається етап профорієнтації, коли важливо допомогти дитині усвідомити свої здібності, схильності та інтереси.

Враховуючи ці вікові особливості, простір кабінету ПС для учнів середньої школи має бути організований так, щоб забезпечувати атмосферу довіри, прийняття й приватності, створювати умови для спілкування, групової роботи, розвитку емоційної компетентності та навичок конструктивної взаємодії.

## Рекомендації щодо організації та облаштування простору



### Простір та планування



### Меблі

Використовуються зручні та функціональні меблі, м'які крісла або диван для індивідуальних консультацій. Мають бути також мобільні та модульні меблі для групових занять та тренінгів, які дозволяють швидко змінювати конфігурацію кабінету в залежності від типу заняття.



### Обладнання

- **Матеріали для арттерапії та творчих занять:** набір матеріалів для малювання, ліплення, колажів, аплікацій, робіт із природними матеріалами. Такі засоби допомагають підліткам у невербальному вираженні емоцій, знятті напруги та розвитку креативності.
- **Обладнання для групової роботи та тренінгів:** фліпчарт або магнітна дошка, набір маркерів, плакати, килимки/татами або мобільні стільці, що дають змогу організувати простір у коло, набір настільних ігор для профорієнтації, розвитку комунікації, емоційного інтелекту. За можливості – проектор чи інтерактивна панель для презентацій і перегляду навчальних відео.
- **Зона релаксації та саморегуляції:** килими, м'які меблі (крісла, дивани, пуфи), подушки, крісло-кокон або сенсорний гамак, ковдри для відновлення емоційної рівноваги, відпочинку та релаксації.



### Декор та атмосфера

**Атмосфера:** має бути довірливою, спокійною та дружньою. Дизайн стриманий, проте затишний, без надмірної яскравості, з елементами, що підкреслюють повагу до особистого простору підлітка.

**Кольорова гама:** переважають природні, спокійні кольори – білий, пастельні відтінки зеленого, блакитного, жовтого. Пастельні відтінки більш насиченого тону або яскраві кольори використовуються фрагментарно для створення акцентів в інтер'єрі.

**Додаткове освітлення:** можливе використання настільних ламп, торшерів, настінних бра, гірлянд для створення затишної атмосфери та приглушеного освітлення.

**Тематичний декор:** на стінах можуть бути розміщені постери на психологічну тематику, плакати різних музичних гуртів, відомих особистостей, якими цікавляться підлітки, абстрактні картини для стимулювання творчої уяви підлітків.

**Зелена зона:** живі рослини або невеликий акваріум допомагають зняти напругу, створюють відчуття спокою та природної гармонії.

📖 **Кабінет ПС для середньої школи має бути простором, що поєднує функціональність і затишок, забезпечуючи умови для самовираження, відпочинку, розвитку комунікації та емоційної саморегуляції учнів.**

## 2.4.

### Кабінет психологічної служби для старшої школи (10–12 класи)

Старша школа – це етап глибоких особистісних і соціальних змін, коли учні поступово переходять від дитинства до дорослого життя. У цьому віці формується світогляд, життєві цінності, самосвідомість і відповідальність за власні рішення. Старшокласники прагнуть самостійності, незалежності, відчуття власної значущості, водночас потребуючи підтримки й орієнтирів у світі, який швидко змінюється.

Це період, коли особливого значення набувають питання самовизначення, професійного та кар'єрного вибору, планування майбутнього, а також усвідомлення власних сильних сторін, можливостей і життєвих цілей. Для учнів цього віку знову важливим стає вплив авторитетних дорослих – батьків, наставників, педагогів, психологів, до порад і думки яких вони готові дослухатися.

Водночас продовжується активне формування уявлень про міжособистісні стосунки, цінності сім'ї, статеву та гендерну ідентичність. У цей період важливо забезпечити психоедукацію щодо питань здорових взаємин, відповідального ставлення до власного тіла, сексуальної освіти, створення родини та життєвого планування.

Психологічна підтримка на цьому етапі охоплює не лише індивідуальне консультування, а й кар'єрне консультування, допомогу у виборі освітньої траєкторії, формуванні навичок самопрезентації, упевненості у спілкуванні та підготовці до дорослого життя.

Відповідно, кабінет ПС для старшої школи має бути організований як простір професійного, особистісного та життєвого розвитку, де поєднуються функції консультативного, освітнього та тренінгового середовища. Його дизайн і атмосфера повинні налаштовувати на відкритий діалог, довіру, рефлексію та усвідомлене прийняття рішень.

#### Рекомендації щодо організації та облаштування простору

Принципи організації та облаштування простору кабінету ПС для учнів старших класів загалом подібні до тих, що застосовуються для учнів середньої школи (5–9 класів). Нижче наведено кілька порад щодо оформлення кабінету для учнів 10–12 класів, що допоможуть створити комфортний простір, орієнтований на потреби старшокласників.



## Простір та планування



## Меблі

Краще обирати зручні та функціональні меблі із сучасним дизайном. Диван або м'які пуфи допоможуть створити невимушену, неформальну атмосферу під час індивідуальних чи групових занять. Використання мобільних елементів – столів, стільців, пуфів – дає змогу швидко трансформувати простір залежно від формату роботи. За потреби частину приміщення можна відокремити за допомогою ширм або легких штор, забезпечивши приватність під час консультацій.



## Обладнання

Обладнання для кабінету ПС, у якому працюють зі старшокласниками, загалом відповідає переліку, рекомендованому для учнів середньої школи. Водночас окремі елементи можуть доповнюватися відповідно до потреб кар'єрного консультування, тренінгів та роботи, орієнтованої на життєве й професійне самовизначення.



## Декор та атмосфера

**Атмосфера:** має бути стриманою, спокійною та довірливою. Дизайн – лаконічний і сучасний, орієнтований на потреби старшокласників у приватності, повазі та спілкуванні.

**Кольорова гамма:** основою інтер'єру доцільно обрати нейтральні, спокійні відтінки – білий, сірий, бежевий, світло-блакитний, м'ятний. Вони сприяють зосередженості та врівноваженості. Акцентні кольори (теракотовий, темно-зелений, глибокий синій тощо) можуть використовуватися в окремих елементах або на одній зі стін, щоб додати виразності й структурувати простір. Додатковими яскравими акцентами можуть бути подушки, картини, декоративні вази або постери.

**Освітлення:** регульоване освітлення дозволяє адаптувати атмосферу до різних форматів роботи – індивідуальних бесід, тренінгів чи рефлексивних зустрічей. Для цього варто поєднувати загальне світло з локальними джерелами – торшерами, бра, настільними лампами, соляними лампами або світильниками з м'яким світлом.

**Візуальні елементи:** на стінах можна розмістити картини, постери або абстрактні зображення, що створюють спокійний настрій або мотивують до саморозвитку. Варто добирати візуальні матеріали, які відповідають інтересам старшокласників і не переважують простір.

**Персональний декор:** учні можуть долучатися до оформлення кабінету, наприклад, через розміщення власних творчих робіт. Допускається й делікатне використання особистих елементів декору працівника ПС, які відображають його професійні інтереси та створюють більш теплу, індивідуальну атмосферу.

Гармонійно оформлений кабінет ПС для старшої школи сприяє формуванню атмосфери довіри й відкритості до діалогу, підтримує процес особистісного розвитку та самовизначення старшокласників.

## 2.5.

### Інклюзивність кабінету психологічної служби

Інклюзивність кабінету ПС передбачає створення умов вільного, безпечного та комфортного доступу до простору, послуг і ресурсів, які там надаються, для всіх учасників освітнього процесу, зокрема осіб з інвалідністю, обмеженою мобільністю, порушеннями зору, слуху чи сприйняття інформації.

Створення такого простору забезпечує безбар'єрність, сприяє створенню атмосфери психологічної підтримки в закладі, підтримує ефективну комунікацію та сприяє включенню кожного учня в спільне шкільне середовище.

**Основні принципи інклюзивності** (згідно ДБН В.2.2–40:2018 «Інклюзивність будівель і споруд» та ДБН В.2.2–3:2018 «Будинки і споруди. Заклади освіти»)



#### Безперешкодний доступ

- Вхід до кабінету має бути доступним для осіб, які користуються кріслами колісними – з шириною дверного прорізу не менше 0,9 м.
- У разі перепаду висот передбачаються пандуси або підйомні платформи (ДБН В.2.2–40:2018, п. 5.6–5.7).
- Розміщення кабінету бажано на першому поверсі або поблизу ліфта з достатнім габаритом для крісла колісного (1,1 × 1,4 м мінімум).



#### Організація внутрішнього простору

- Мінімальна вільна зона розвороту в кабінеті – 1,5 × 1,5 м (ДБН В.2.2–40:2018, п. 5.13).
- Меблі розташовуються таким чином, щоб забезпечити вільне пересування людей із різними рівнями мобільності.
- Освітлення має бути рівномірним, без засліплюючих контрастів, із можливістю регулювання яскравості.
- Для осіб із порушеннями зору бажано застосовувати контрастне кольорове кодування, тактильні смуги та маркування.



## Акустичний та сенсорний комфорт

- Використовуються звукоізолюючі матеріали та текстури, що поглинають шум і не створюють відлуння.
- Для людей із порушеннями слуху забезпечується візуальний канал інформації – таблички, піктограми, світлові сигнали.
- Колористика приміщення має бути нейтральною, заспокійливою, з відсутністю різких контрастів, що можуть викликати сенсорне перевантаження.



## Меблі та обладнання

- Робочі столи – регульованої висоти (від 0,7 до 0,85 м).
- Сидіння з підлокітниками або без – залежно від потреб користувачів.
- Дверні ручки – на висоті 0,8–1,1 м.
- Вмикачі, розетки, кнопки виклику допомоги – на висоті 0,9–1,2 м від підлоги.



## Інформаційна доступність

- Усі вказівники, таблички та інформаційні матеріали мають бути дубльовані шрифтом Брайля або підвищеним рельєфом.
- Використовуються піктограми універсального дизайну (згідно ISO 7001).
- Інформаційні матеріали для дітей мають бути адаптовані – викладені простими словами, із використанням кольору, символів, зображень.



## Безпека та евакуація

- Забезпечується світлове та звукове оповіщення для осіб із порушеннями слуху чи зору.
- На евакуаційних схемах позначається альтернативний безбар'єрний шлях (ДБН В.2.2-40:2018, п. 8.4).
- У модульних або тимчасових кабінетах допускається використання мобільних тактильних показників.



## Використання в контексті кабінету ПС

- Інклюзивний кабінет сприяє рівному доступу до психологічної допомоги незалежно від фізичних чи сенсорних особливостей відвідувачів.
- Простір може бути трансформований: мобільні перегородки, легкі меблі на роликах, складні сидіння – для адаптації під індивідуальні чи групові консультації.
- Важливо забезпечити приватність без створення відчуття ізоляції: для цього можна використовувати акустичні рішення, які приглушують звук, але не закривають огляд простору.
- За потреби – передбачити асистивні технології (FM-системи, планшети для невербальної комунікації, навушники з шумопоглинанням).

РОЗДІЛ III.

**Варіанти планування  
та дизайну інтер'єру  
кабінету психологічної  
служби закладу  
загальної середньої  
освіти**

**В** даному розділі представлені різні варіанти планування та оформлення кабінету ПС. Концептуальні рішення відрізняються організацією простору в залежності від площі приміщення та локації в будівлі школи. Дизайни інтер'єрів враховують вікові особливості й потреби учнів, а також передбачають можливість адаптування простору для різних сценаріїв роботи працівників ПС. Запропоновані рішення демонструють відмінності організації простору для дітей молодшої і середньої школи, а також для учнів середніх і старших класів. Усі кабінети відповідають принципам інклюзивності та передбачають доступність для маломобільних груп населення.

Розглядаються такі варіанти облаштування кабінетів:

- мінімальний – площею від 12 до 18 м<sup>2</sup>;
- середній – площею від 24 до 36 м<sup>2</sup>;
- максимальний – площею від 52 до 60 м<sup>2</sup>.

Особливості кожного типу кабінету представлені нижче в індивідуально розроблених концептуальних дизайн-проектах.

Завдяки детальним 3D-візуалізаціям запропоновані концептуальні рішення допоможуть краще уявити, як організувати сучасний та гармонійний кабінет ПС, оптимально розташувати меблі й обладнання, а також створити комфортний, підтримуючий та доступний простір для всіх відвідувачів.

## 3.1.

### Кабінет «Мінімальний» (12–18 м<sup>2</sup>)

**Кабінет «Мінімальний»** – це приміщення площею від 12 до 18 м<sup>2</sup>, яке може бути 3–5 м завширшки та 4–6 м завдовжки. В такому варіанті в одному приміщенні поєднані робоча кімната працівника/-ків ПС та навчальний психологічний кабінет.

За основу взято найменший варіант – кабінет площею 12 м<sup>2</sup> із габаритами 3 × 4 м.

Функціональне зонування такого кабінету передбачає наявність основних «базових» функціональних зон, необхідних для повноцінної роботи працівників ПС.

Кабінет «Мінімальний» включає в себе такі зони:

- робоча зона працівників ПС та зона зберігання матеріалів;
- зона для індивідуальних консультацій;
- зона для групових консультацій, об'єднана з зоною для групових занять, арттерапії та зоною очікування.

У деяких варіантах можливе розміщення комбінованої зони усамітнення, релаксації, відновлення та сенсорної стимуляції. Також передбачено місце для встановлення ручкомийника та кулера або графіну для питної води.

Запропоновані схеми планування легко адаптуються для приміщень більшої площі та іншої конфігурації, наприклад: 3 × 4,5 м, 4 × 4 м, 4 × 4,5 м або 3 × 6 м. У таких випадках збільшуються відстані між меблями і простір стає візуально та функціонально комфортнішим.

У кабінеті площею близько 18 м<sup>2</sup> з'являється можливість розмістити більше меблів (полиць, шаф тощо) та/або організувати додаткові функціональні зони чи розширити вже наявні (наприклад, зону групової роботи можна збільшити з 3–4 осіб до 6–8).

#### + Переваги

- Невеликий простір створює затишну атмосферу, що сприяє відкритому й довірливому спілкуванню.
- Молодші школярі та підлітки часто почуваються спокійніше в компактному приміщенні, що може знижувати рівень збудженості, занепокоєння, тривожності.

- Завдяки універсальним рішенням, мобільним меблям, комбінуванню функціональних зон такий простір легко адаптувати для різних видів діяльності.
- Менший простір потребує менше часу й фінансових витрат на виконання будівельно-ремонтних робіт, облаштування меблями та обладнанням.

### **– Недоліки**

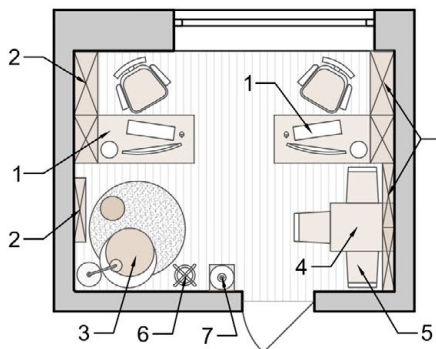
- Для ефективного використання простору необхідно більше часу приділити на його планування, розташування меблів та систему зберігання матеріалів та документів.
- Обмежена площа ускладнює проведення групових занять, тренінгів або активних вправ. За потреби доводиться використовувати інші приміщення – це створює додаткові незручності й може впливати на ефективність роботи ПС.
- У маленькому приміщенні може бути складніше забезпечити конфіденційність, особливо, якщо працює кілька спеціалістів.
- Менший простір може обмежити можливості для створення різноманітного та стимулюючого середовища.
- Менше місця для зберігання методичних, ігрових, артматеріалів тощо.

**■ Особливість кабінету формату «Мінімальний» полягає в тому, що його можна облаштувати з мінімальними ресурсами практично в будь-якому ЗЗСО шляхом переобладнання існуючого невеликого приміщення іншого призначення або створення нового спеціально обладнаного простору, наприклад, в зоні рекреації на першому поверсі. Цей варіант є найдоступнішим в реалізації і може забезпечити базові потреби роботи кабінету ПС.**

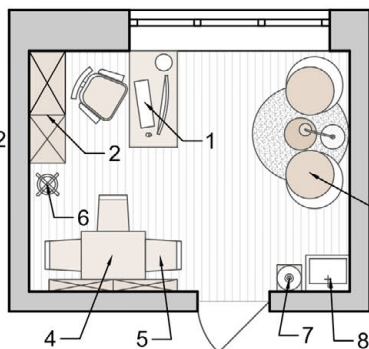
## Схеми планування кабінету «Мінімальний». Варіанти 1–9.

Розміри приміщення 3 × 4 м та 3 × 6 м.

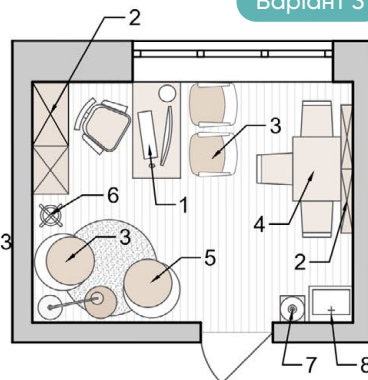
Варіант 1



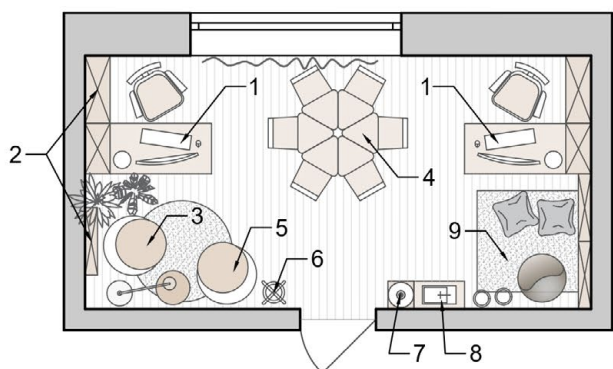
Варіант 2



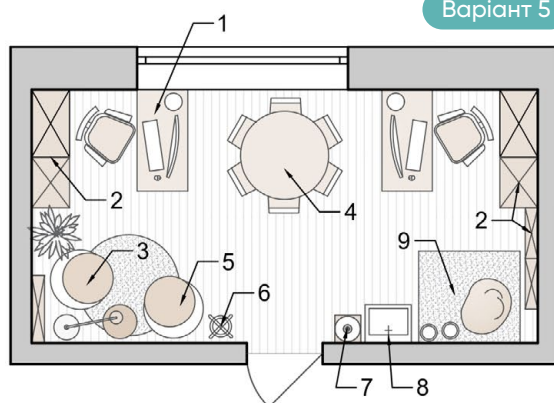
Варіант 3



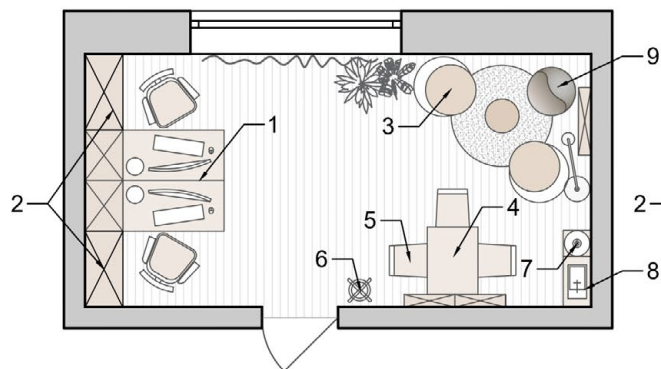
Варіант 4



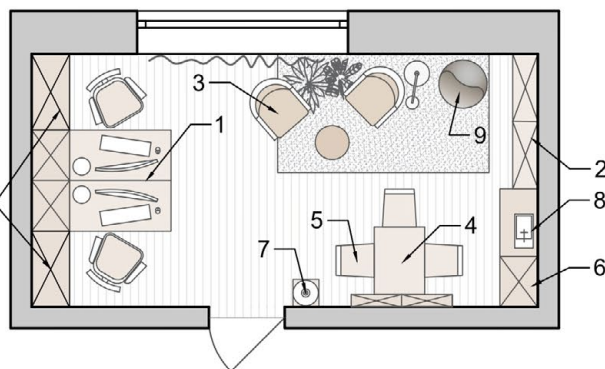
Варіант 5



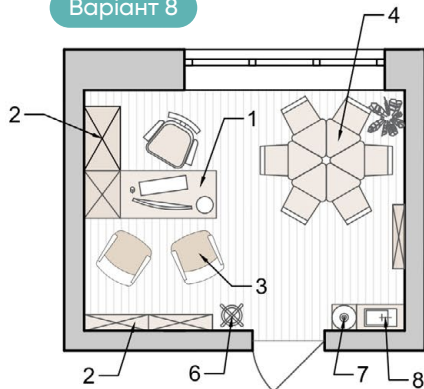
Варіант 6



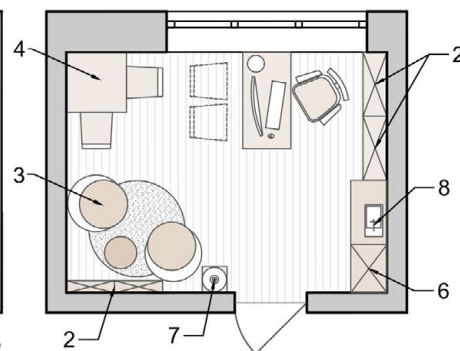
Варіант 7



Варіант 8



Варіант 9

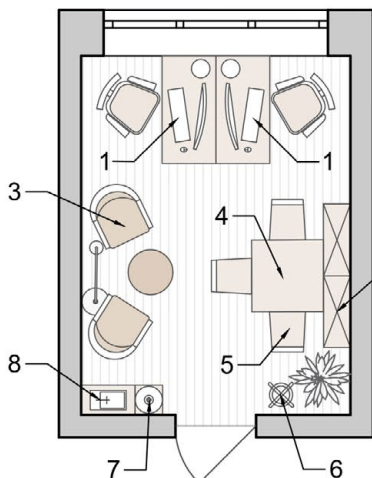


1. Робоча зона психолога
2. Зберігання матеріалів
3. Зона індивідуальної консультації
4. Зона групової консультації, арт-терапії
5. Зона очікування
6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
7. Місце для питної води (кулер або графін)
8. Рукомийник
9. Зона усамітнення, релаксації, відновлення та сенсорики (крісло-мішок, сенсорний гамак, подушки)

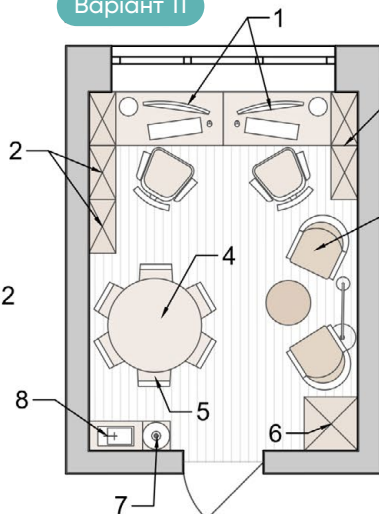
## Схеми планування кабінету «Мінімальний». Варіанти 10–17.

Розміри приміщення 3 × 4 м та 3 × 6 м

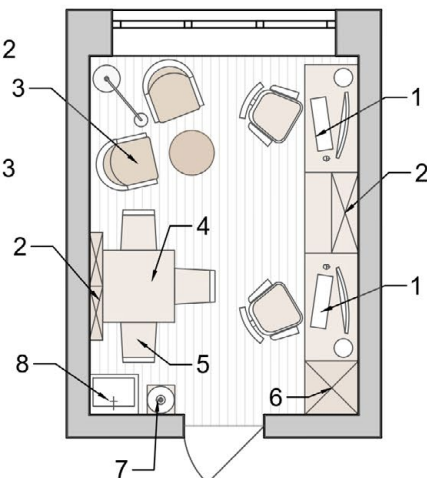
Варіант 10



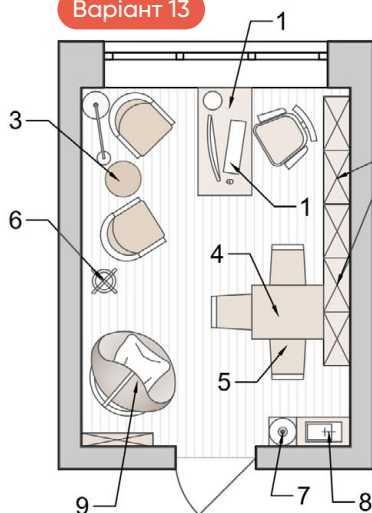
Варіант 11



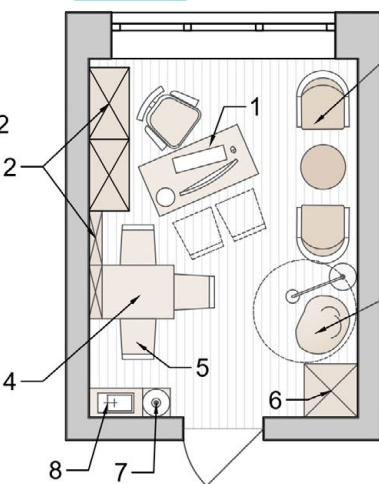
Варіант 12



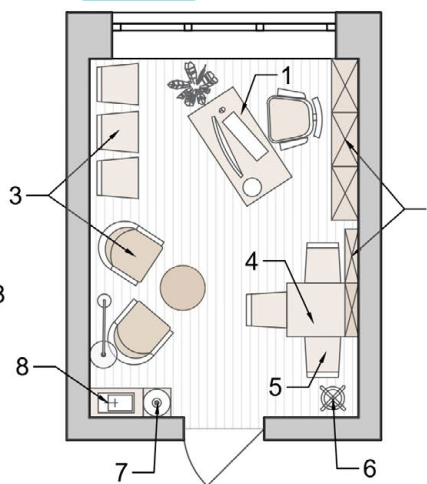
Варіант 13



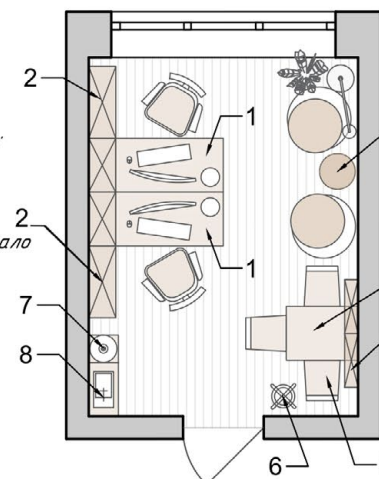
Варіант 14



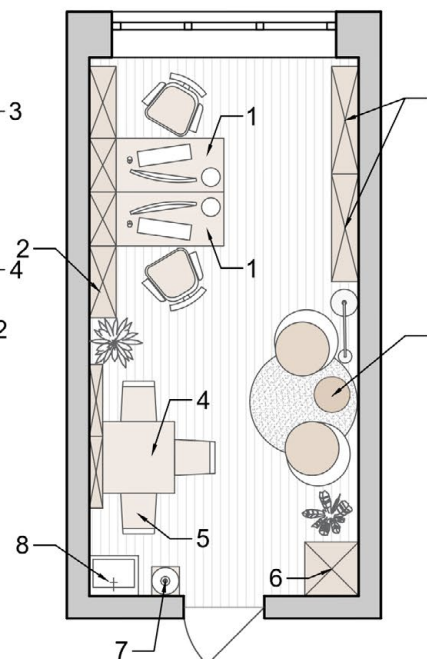
Варіант 15



Варіант 16



Варіант 17

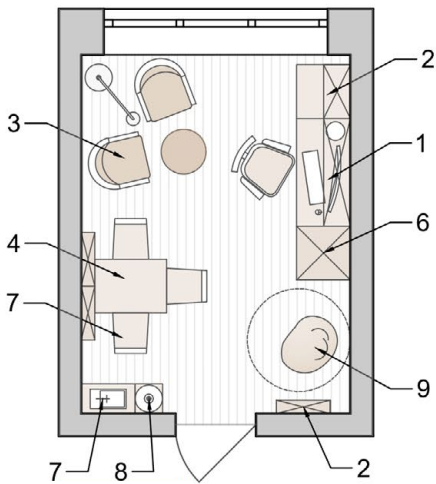


1. Робоча зона психолога
2. Зберігання матеріалів
3. Зона індивідуальної консультації
4. Зона групової консультації, арт-терапії
5. Зона очікування
6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
7. Місце для питної води (кулер або графін)
8. Рухомий столик
9. Зона усамітнення, релаксації, відновлення та сенсорики (крісло-мішок, сенсорний гамак, подушки)

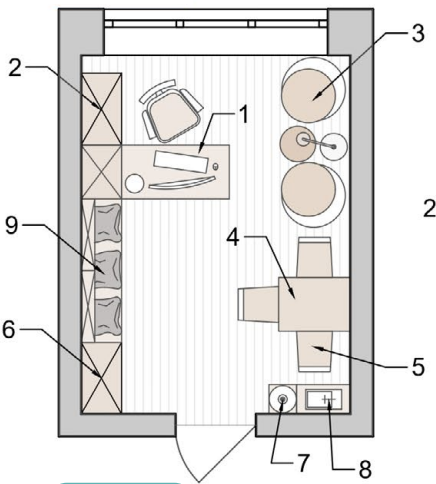
**Схеми планування кабінету «Мінімальний». Варіанти 18–25.**

**Розміри приміщення 3 × 4 м та 3 × 6 м**

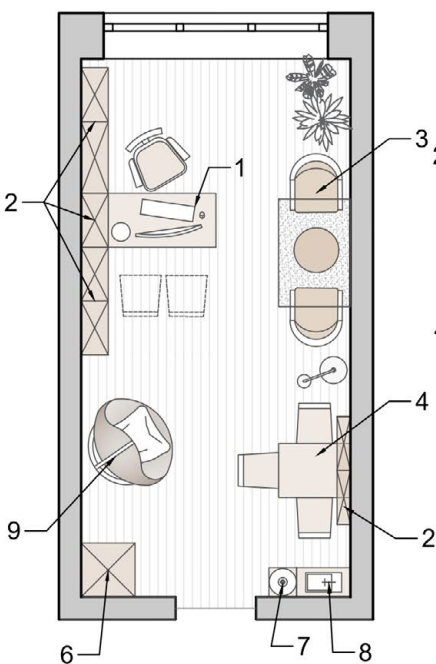
Варіант 18



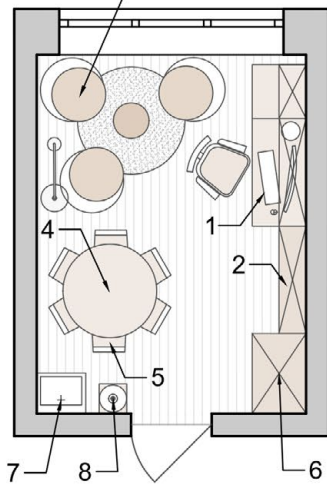
Варіант 21



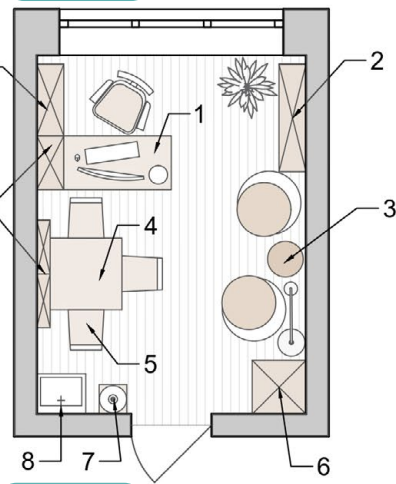
Варіант 24



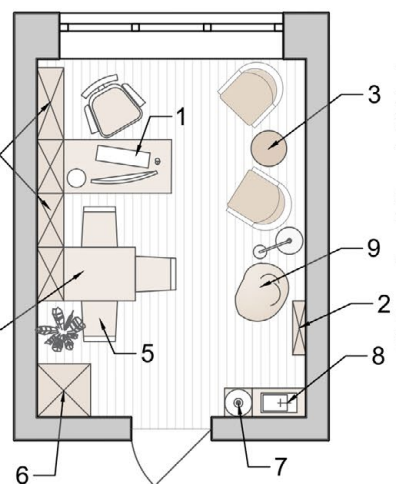
Варіант 19



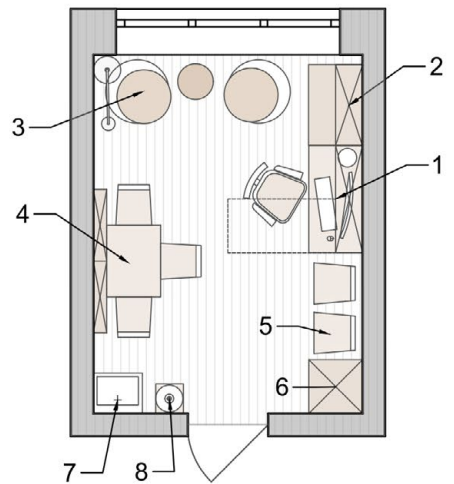
Варіант 22



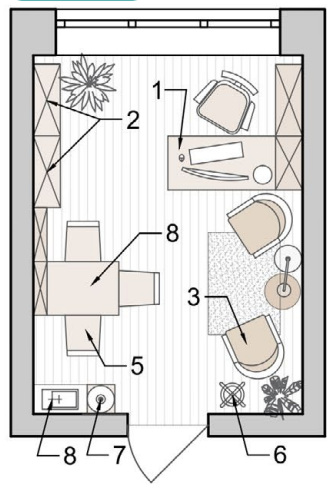
Варіант 25



Варіант 20



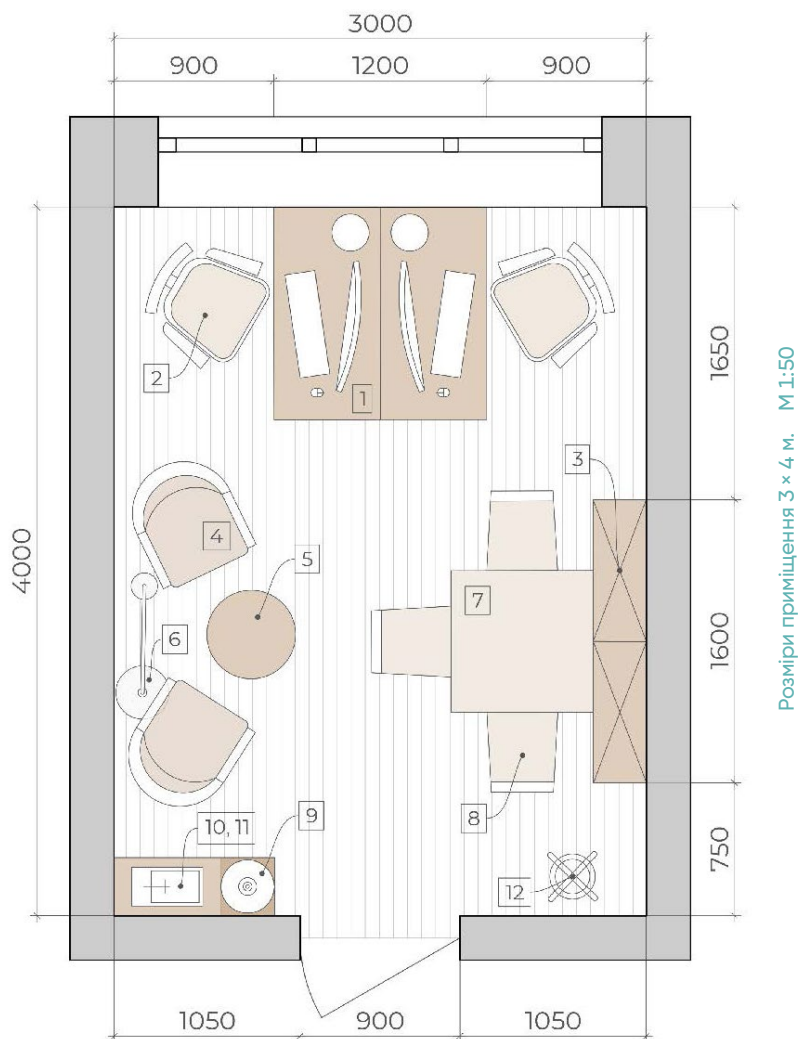
Варіант 23



1. Робоча зона психолога
2. Зберігання матеріалів
3. Зона індивідуальної консультації
4. Зона групової консультації, арт-терапії
5. Зона очікування
6. Шафа для одягу або триного-вішалю
7. Місце для питної води (кулер або графін)
8. Рухомийник
9. Зона усамітнення, релаксації, відновлення та сенсорики (крісло-мішок, сенсорний гамак, подушки)

## Кабінет «Мінімальний». Варіант 10

Цим варіантом планування кабінету ПК передбачається розміщення двох працівників. Кожен працівник має окремий стіл, є зона індивідуальної консультації, стіл зі стільцями для групових занять та арттерапії, шафа для зберігання документації та методичних матеріалів, рукомийник і місце для питної води. Особливістю даного варіанту є використання меблів-трансформерів. Для збільшення простору стіл для групових занять прибирається в шафу для зберігання матеріалів. Стільці розкладні, теж легко прибираються і зберігаються за вішаком для верхнього одягу.



Позначення:

1. Стіл письмовий 1200 × 600 мм
2. Крісло офісне
3. Шафа для зберігання матеріалів 1600 × 300 × 2050h мм
4. Крісло для проведення індивідуальної консультації
5. Столик журнальний Ø 500мм
6. Торшер
7. Стіл для групових занять та арттерапії 800 × 800 мм
8. Стілець розкладний
9. Місце для питної води (кулер або графін)
- 10, 11. Рукомийник, полиці 800 × 150 × 300h мм
12. Тринога-вішак для верхнього одягу









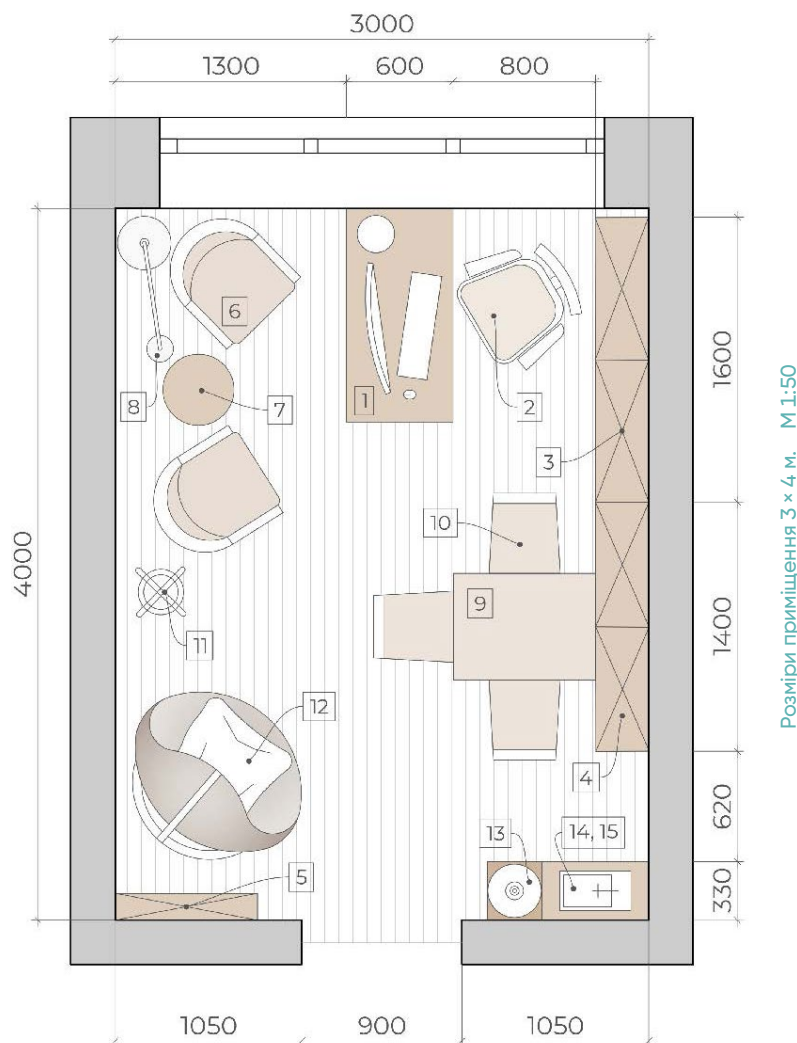


## Кабінет «Мінімальний». Варіант 13

Цим варіантом в кабінеті передбачається розміщення одного працівника ПС. Організація простору дає можливість влаштувати зони індивідуальної та групової консультації, арттерапії, меблі для зберігання документації та методичних матеріалів, рукомийник і місце для питної води.

Особливістю даного варіанту є крісло-кокон в зоні для усамітнення, релаксації, відновлення та сенсорики. Зона групової консультації обладнана звичайним стілом та розкладними стільцями.

Дизайн такого кабінету може підійти для дітей середньої та старшої школи.



Розміри приміщення 3 x 4 м. М 1:50

### Позначення:

1. Стіл письмовий 1200 × 600 мм
2. Крісло офісне
3. Полиця 800 × 300 × 400h мм
4. Шафа для зберігання матеріалів 1400 × 300 × 2050h мм
5. Полиця 600 × 150 × 150h мм
6. Крісло для проведення індивідуальної консультації
7. Столик журнальний Ø 400мм
8. Торшер
9. Стіл для групових занять та арттерапії 800 × 600 мм
10. Стілець розкладний
11. Тринога-вішак для верхнього одягу
12. Крісло-кокон
13. Місце для питної води (кулер або графін)
- 14,15. Рукомийник, полиці 800 × 150 × 300h мм





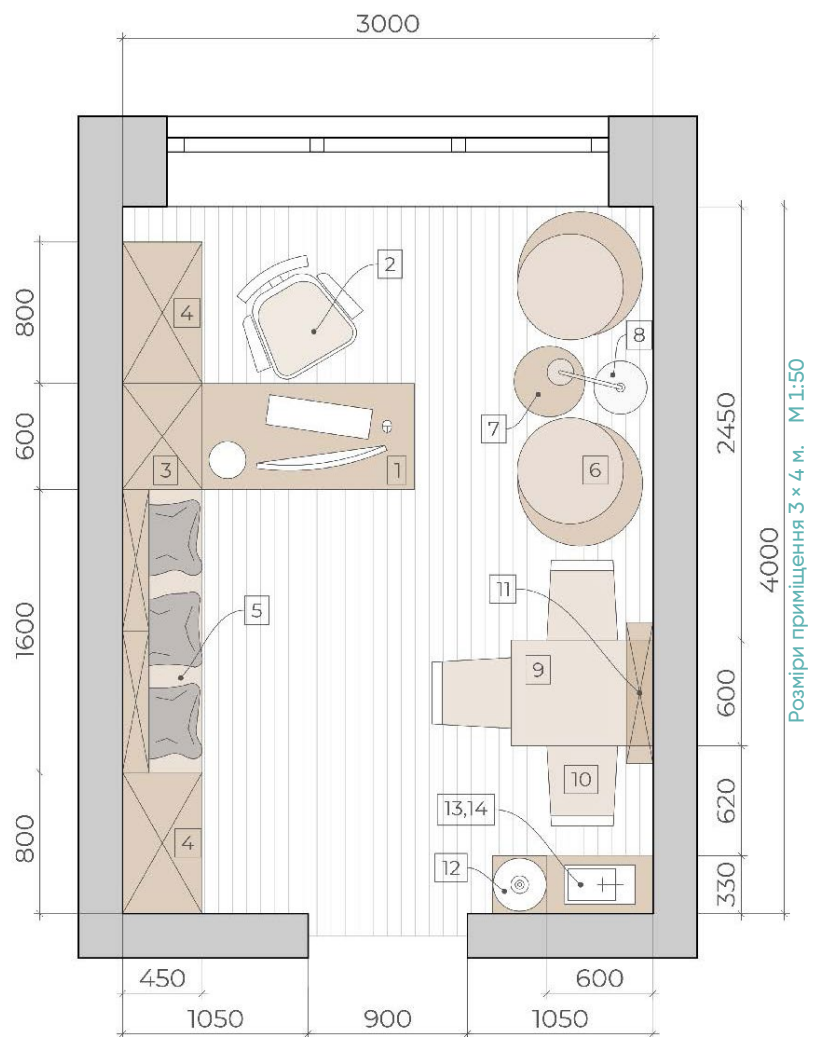


## Кабінет «Мінімальний». Варіант 21

Даним варіантом в кабінеті передбачається розміщення одного працівника ПС. В приміщенні є робоча зона, меблі для зберігання матеріалів, зона індивідуальної та групової консультації, арттерапії, зона для усамітнення та відновлення, рукомийник.

Особливу увагу приділено місцю для проведення арттерапії, яке облаштовано навісною магнітною дошкою з канцелярським приладдям та настінний рулонний папір для малювання. Зона для усамітнення, релаксації та відновлення обладнана м'якими подушками та універсальною декоративною панеллю.

Дизайн такого кабінету орієнтований більше для дітей молодшої та середньої школи.



Позначення:

1. Стіл письмовий 1200 × 600 мм або 1000 × 500 мм
2. Крісло офісне
3. Шафа для зберігання матеріалів 1400 × 450 × 2050h мм
4. Шафа для верхнього одягу 800 × 450 × 2050h мм
5. Зона для усамітнення та релаксації
6. Крісло для проведення індивідуальної консультації
7. Столик журнальний Ø 400мм
8. Торшер
9. Стіл для групових занять та арттерапії 800 × 600 мм
10. Стілець розкладний
11. Магнітна дошка, папір для малювання
12. Місце для питної води (кулер або графін)
- 13, 14. Рукомийник, дзеркало









## 3.2.

### Кабінет «Середній» площею від 24 до 36 м<sup>2</sup>

**Кабінет «Середній»** – це приміщення площею від 24 до 36 м<sup>2</sup>. У такому кабінеті так само, як і в «Мінімальному», в одному приміщенні поєднані робоча кімната та навчальний психологічний кабінет, але ці простори вже мають чітке зонування.

Площа такого кабінету дозволяє організувати просторий та зручний простір, створити додаткові функціональні зони. З'являється можливість змінювати конфігурацію меблів для проведення різних форм терапії та тренінгів.

Кабінет «Середній» може мати такі функціональні зони:

- робоча зона працівників ПС та зона зберігання матеріалів;
- зона для індивідуальних консультацій;
- зона для групових консультацій і тренінгів;
- зона арттерапії, відновлення та розвитку сенсорики;
- зона усамітнення та релаксації.

В такому кабінеті легше виділити зону для очікування та адаптації, рукомийника та місця для питної води.

Формат кабінету «Середній» підходить для створення нового кабінету в вестибюлі або рекреаційній зоні школи. Такий кабінет можна облаштувати в наявному приміщенні площею від 24 до 36 м<sup>2</sup> або об'єднати в один простір два невеликих кабінети, які розташовані поруч.

Нижче наведені варіанти організації простору приміщення 25 м<sup>2</sup> та 27 м<sup>2</sup>. Планування кабінету можна адаптувати для приміщень розміром 4 × 5 м, 4,5 × 5 м, 4 × 6 м або 6 × 6 м. В разі звуження кабінету, можна змінити конфігурацію розташування меблів або обрати для облаштування простору меблі меншого габариту. При збільшенні глибини приміщення, простір можна обладнати додатковими меблями, організувати або відокремити певну функціональну зону.

У приміщенні площею 36 м<sup>2</sup> можна зробити два окремих кабінети: відокремити робочу кімнату працівників ПС від навчального психологічного кабінету стіною, за умови наявності двох вікон для забезпечення природного освітлення в обох приміщеннях. Вхід у навчальний психологічний кабінет можна організувати з робочого кабінету або зробити автономним, зі сторони коридору / зони рекреації.

## + Переваги

- Більший простір дає можливості для створення різноманітного та стимулюючого психотерапевтичного середовища.
- Візуальне відокремлення простору робочої зони працівників ПС від простору навчального кабінету сприяє підвищенню ефективності роботи кабінету ПС.
- Площа кабінету дозволяє організувати більше функціональних зон.
- Наявна можливість проводити групові заняття та тренінги, організувати різні види діяльності та задовольнити різноманітні потреби кабінету ПС.
- З'являється більше місця для зберігання методичних, ігрових, артматеріалів тощо.
- Змінна конфігурація меблів дозволяє адаптувати простір під різні види діяльності, що робить кабінет більш універсальним.

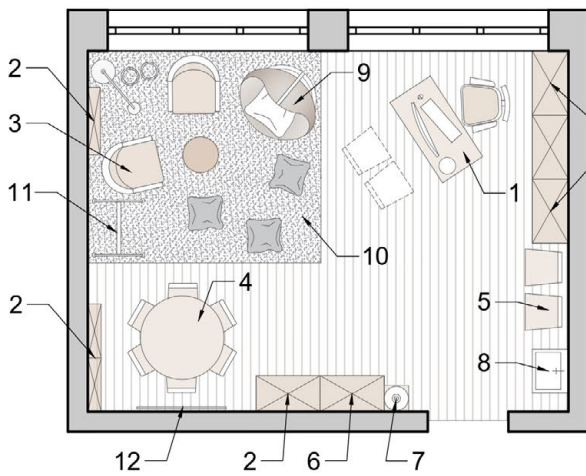
## - Недоліки

- Кабінет «Середній» потребує більших витрат на меблі, обладнання та декор.
- Використання штори, ширми або стелажів допомагає відокремити простір робочої зони працівників ПС від зони терапевтичного кабінету, але не забезпечує приватності під час терапії, якщо в одному кабінеті працюють практичний психолог та соціальний педагог.
- Особливість кабінету формату «Середній» полягає в тому, що він підходить як для реконструкції наявного приміщення, так і для створення нового кабінету ПС. Такий кабінет легко влаштувати в різних місцях, таких як вестибюль школи або зона рекреації, що робить його доступним для всіх відвідувачів. Цей варіант дозволяє організувати різноманітні функціональні зони для повноцінної роботи працівників ПС, створити більш цікавий та універсальний простір для терапевтичної роботи з учнями різних вікових груп.

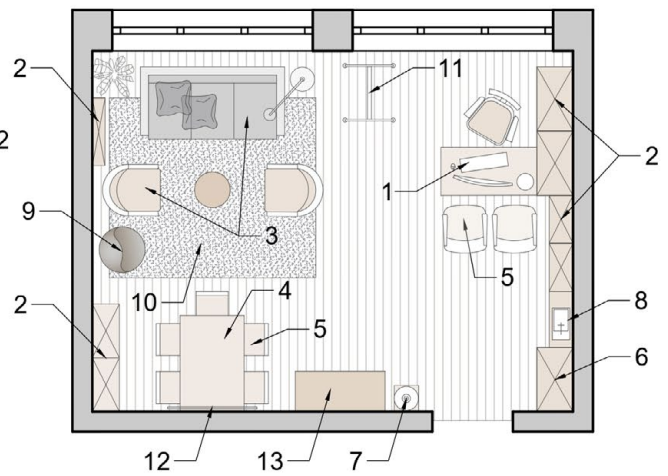
## Схеми планування кабінету «Середній». Варіанти 1–5.

Розміри приміщень 5,36 × 4 м

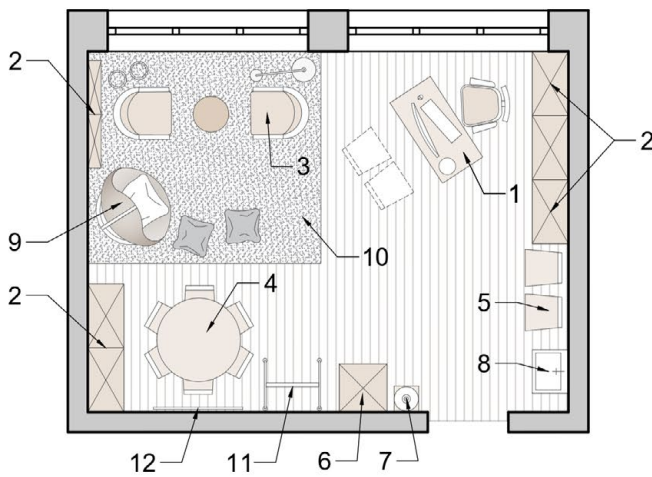
Варіант 1



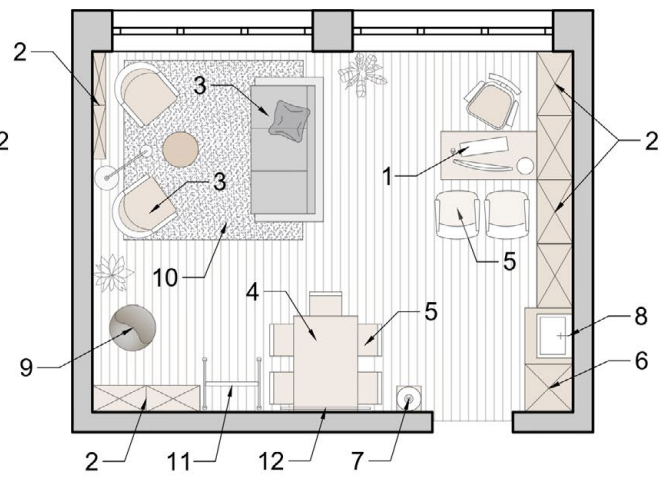
Варіант 2



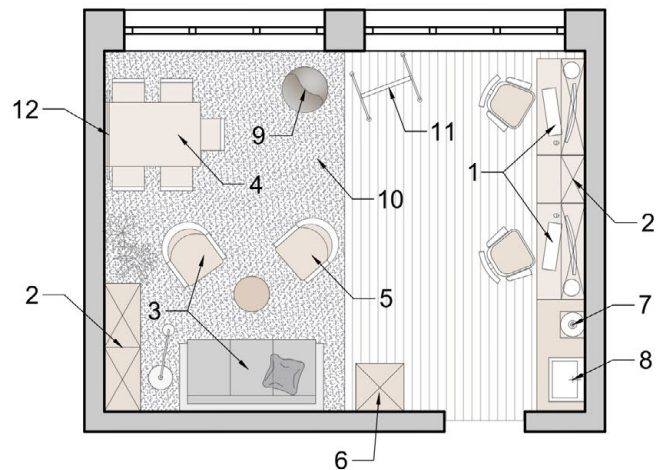
Варіант 4



Варіант 3



Варіант 5

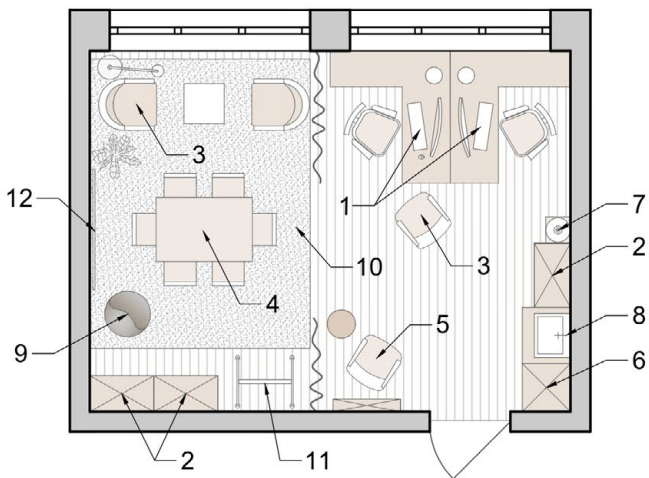


1. Робоча зона спеціаліста/-ів
2. Зберігання матеріалів
3. Зона індивідуального консультування
4. Зона групової консультації, арт-терапії
5. Зона очікування та адаптації
6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
7. Місце для питної води (кулер або графін)
8. Рукомийник
9. Зона усамітнення, комфорту та релаксації (крісло-мішок, сенсорний гамак, подушки)
10. Зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції
11. Фліпчарт
12. Місце під телевізор / екран для проектора
13. Акваріум

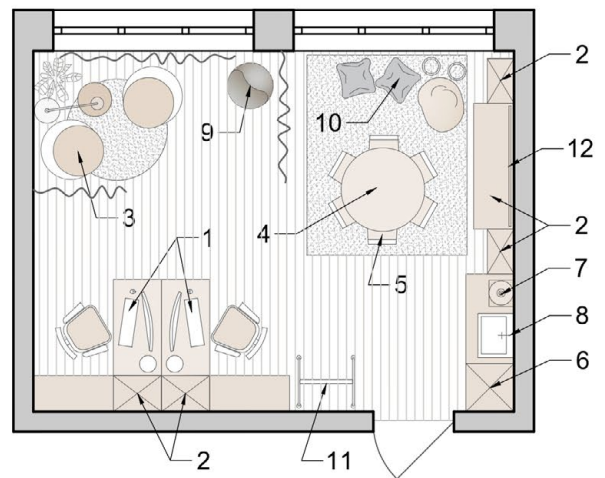
**Схеми планування кабінету «Середній». Варіанти 6–10.**

**Розміри приміщень 5,36 × 4 м**

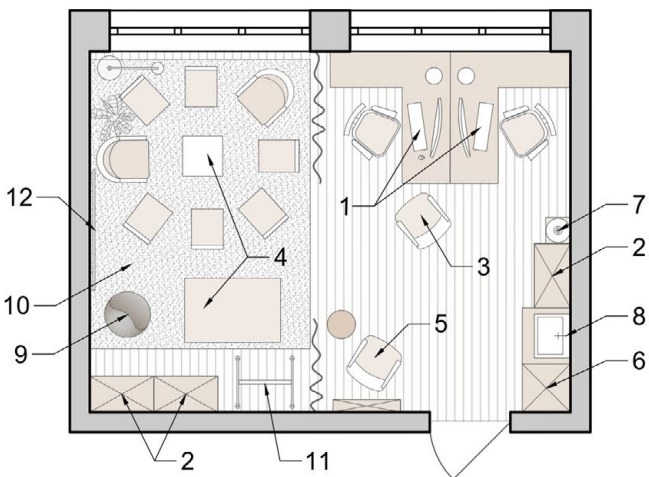
**Варіант 6**



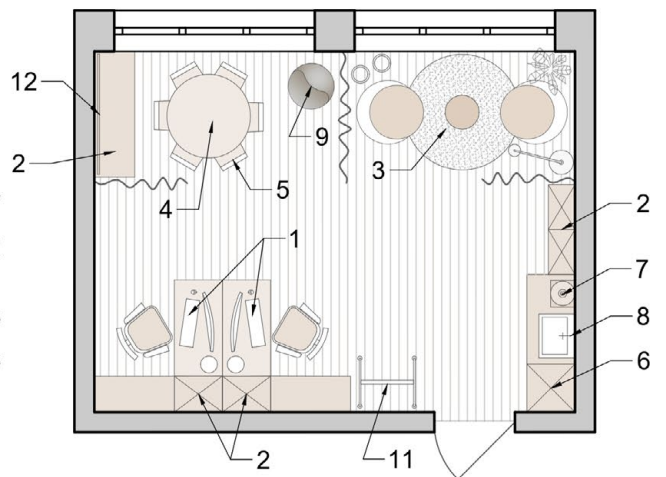
**Варіант 7**



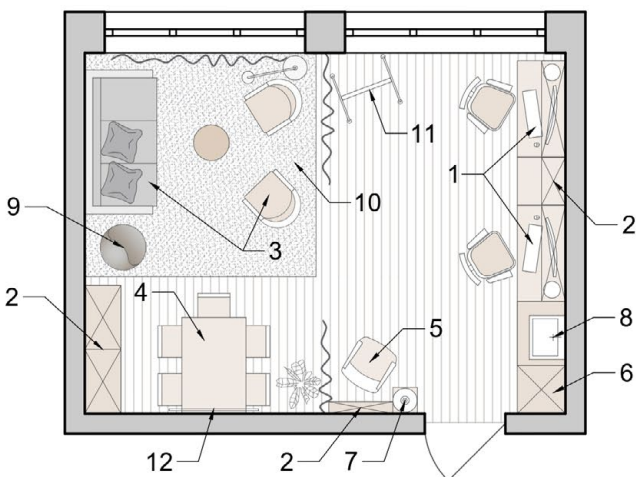
**Варіант 8**



**Варіант 9**



**Варіант 10**



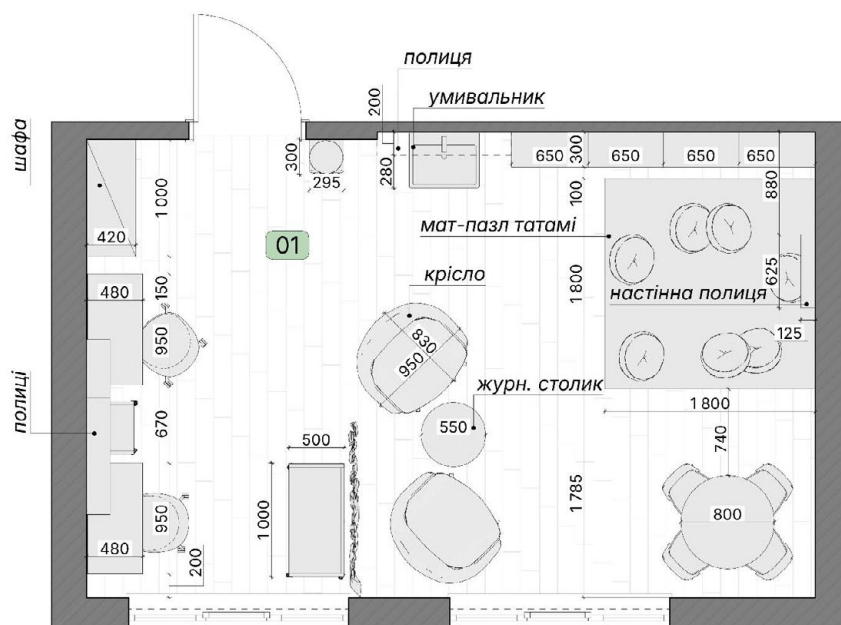
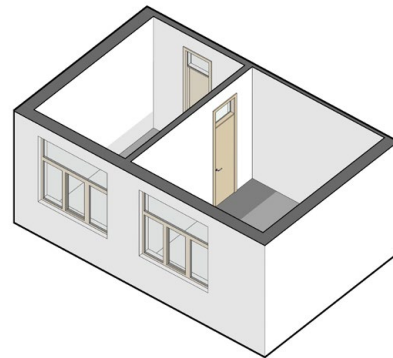
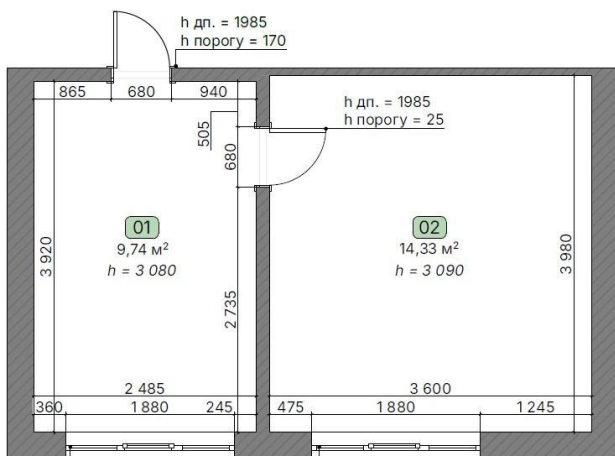
1. Робоча зона спеціаліста/–ів
2. Зберігання матеріалів
3. Зона індивідуального консультування
4. Зона групової консультації, арт-терапії
5. Зона очікування та адаптації
6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
7. Місце для питної води (кулер або графін)
8. Рукомийник
9. Зона усамітнення, комфорту та релаксації (крісло-мішок, сенсорний гамак, подушки)
10. Зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції
11. Фліпчарт
12. Місце під телевізор / екран для проектора

## Кабінет «Середній» (площа 24 м<sup>2</sup>)

У цьому прикладі представлено варіант реконструкції та переобладнання двох невеликих за площею приміщень в кабінет ПС. В кабінеті передбачається розміщення двох працівників, кожен з яких має окремий робочий стіл. Є зона індивідуальної та групової консультації, зона релаксації, відновлення та сенсорики, меблі для зберігання документації та методичних матеріалів. Передбачено окреме місце для принтера, ручного мийника та кулера з питною водою.

Особливістю даного варіанту є відокремлення шторою робочої зони працівників ПС від простору навчального психологічного кабінету. Такий прийом візуально відокремлює дві різні функціональні зони та створює відчуття затишку та камерності. Зона релаксації, відновлення та сенсорики обладнана матом-татамі, м'якими подушками та іншим необхідним обладнанням. Також стіни кабінету прикрашені гірляндами, що створює додаткову затишну атмосферу у вечірній час.

Дизайн такого кабінету є універсальним і підходить для будь-якої вікової категорії учнів.











### 3.3.

## Кабінет «Максимальний» площею 52–60 м<sup>2</sup>

**Кабінет «Максимальний»** – це кабінет площею від 52 до 60 м<sup>2</sup>. Цей параметр виходить з площі звичайного навчального класу, який зазвичай має розміри 6,0–6,6 м завширшки і 8,8–9,0 м завдовжки. Такий простір легко дозволяє організувати робочий кабінет працівників ПС та навчальний психологічний кабінет в два окремі приміщення.

За основу взято приміщення навчального класу шириною 6 м та довжиною 8,8 м, яке можна переобладнати під кабінет психологічної служби. Варіант кабінету «Максимальний» підходить також для влаштування його в вестибюлі закладу освіти. Площа рекреації та наявність великих вікон дозволяє зробити тут повноцінний кабінет ПС у вигляді двох окремих приміщень або як один великий простір. Для більш зручного користування та автономної роботи двох окремих кабінетів ці простори краще розділити невеликим холлом, в якому можна організувати зону очікування та встановити ручкомийник або шафу для верхнього одягу. Площа такого кабінету дозволяє влаштувати всі необхідні функціональні зони, мати більш просторий та гнучкий простір.

Кабінет «Максимальний» може мати такі функціональні зони:

- робоча зона працівників ПС та зона зберігання матеріалів;
- зона для індивідуальних консультацій;
- зона для групових консультацій і тренінгів;
- зона арттерапії;
- зона усамітнення, комфорту та релаксації;
- зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції;
- зона очікування та адаптації.

Якщо практичний психолог і соціальний педагог працюють в одному кабінеті, доречно буде обладнати зону для індивідуальних консультацій в обох кабінетах: робочому кабінеті та кімнаті для тренінгів і групової роботи. Тоді в різних кабінетах психолог і соціальний педагог одночасно зможуть проводити консультації, не заважаючи один одному.

В навчальному психологічному кабінеті можна відокремити простір для роботи з учнями різного віку. Наприклад, зону для школярів молодших класів обладнати більш ергономічними меблями та терапевтичним приладдям відповідно до їхнього віку. Для учнів старших класів можна встановити невеликий диван з кріслами та журнальним столиком.

Сучасні та стильні меблі роблять привабливий вигляд кабінету. Це сприяє створенню позитивної та підтримуючої атмосфери, що є важливим для ефективної терапії.

Відкритий простір дає можливість працювати зі столами-трансформерами, переставляти їх, змінювати конфігурацію в залежності від кількості учнів та виду заняття під час групової консультації або тренінгів.

Планування кабінету «Максимальний» можна адаптувати і для приміщень меншої площі, наприклад, розміром 4,5 × 9 м або 5 × 8 м. Для цього необхідно об'єднати деякі функціональні зони, використати меблі-трансформери, змінити або прибрати частину меблів для оптимізації простору під різні види професійної діяльності. Це може бути один кабінет або два окремих кабінети. Вхід у приміщення навчального психологічного кабінету можна зробити з робочого кабінету працівника ПС або із зони рекреації. Це залежить від кількості працівників ПС (одна чи дві особи) та їхнього графіку роботи.

### + Переваги

- Можливість зробити два окремих кабінети: робочий кабінет для працівника/-ів ПС та навчальний психологічний кабінет.
- Чітке функціональне зонування та наявність вільного простору робить його зручним та комфортним для проведення різних видів діяльності.
- Великий кабінет дає більше можливостей для планування простору, облаштування його більш зручними меблями та різноманітним обладнанням. З'являється можливість працювати зі столами-трансформерами, переставляти їх, змінювати конфігурацію в залежності від кількості учнів та виду заняття під час групової консультації або тренінгів.
- У такому кабінеті легше систематизувати та зберігати методичні, дидактичні, роздаткові матеріали, які необхідні для роботи кабінету ПС.

### - Недоліки

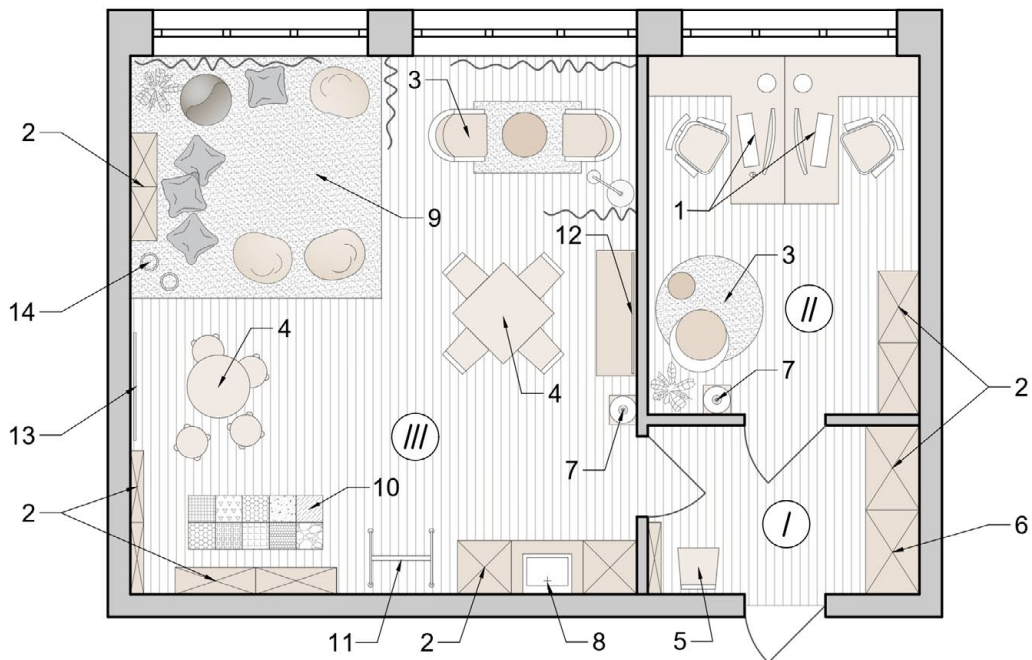
- Не в кожному ЗЗСО є вільний навчальний клас, який можна переобладнати під кабінет ПС, особливо на першому поверсі. А для створення нового такого кабінету в вестибюлі закладу необхідно більше часу, матеріалів та додаткових витрат на його влаштування.
- Більший простір вимагає більше ресурсів на виконання будівельно-ремонтних робіт та оформлення інтер'єру приміщення. Для забезпечення всіх функціональних зон може знадобитися більше матеріалів та обладнання.

**Особливість формату кабінету «Максимальний» полягає в тому, що він може забезпечити два окремих кабінети ПС: робочий та навчальний психологічний. Це особливо зручно, коли в закладі працюють два працівника ПС. Також це може бути один великий кабінет з чітким зонуванням та універсальним плануванням. Площа такого кабінету дозволяє влаштувати всі необхідні функціональні зони, мати більш просторий, доступний та гнучкий простір, який дозволяє організувати різні види діяльності для учнів різних вікових груп.**

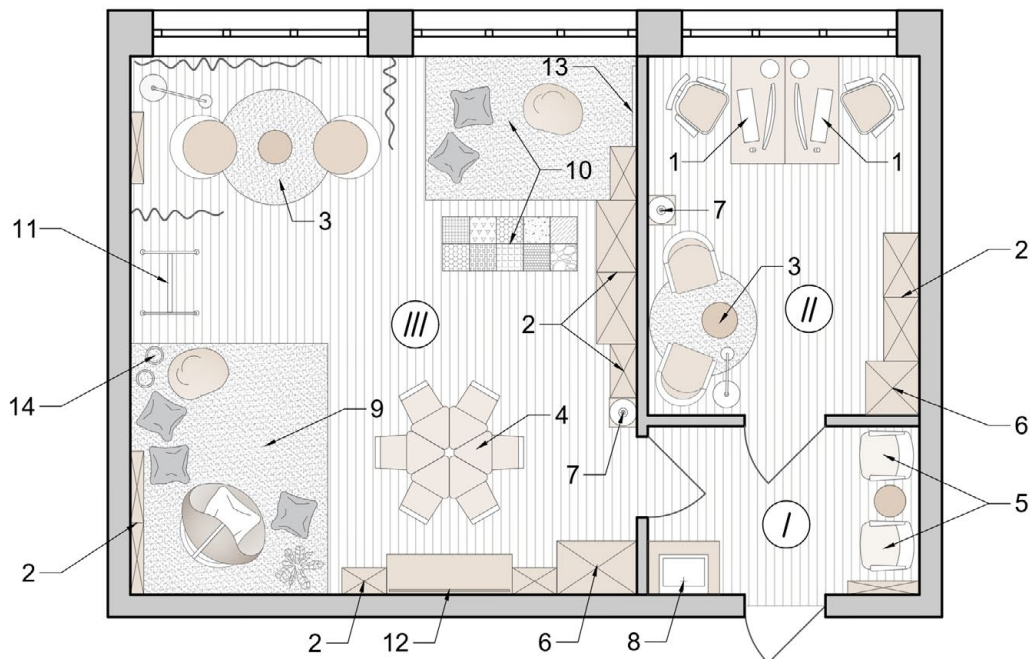
## Схеми планування кабінету «Максимальний». Варіанти 1, 2.

Розміри приміщення 8,8 × 6 м

Варіант 1



Варіант 2



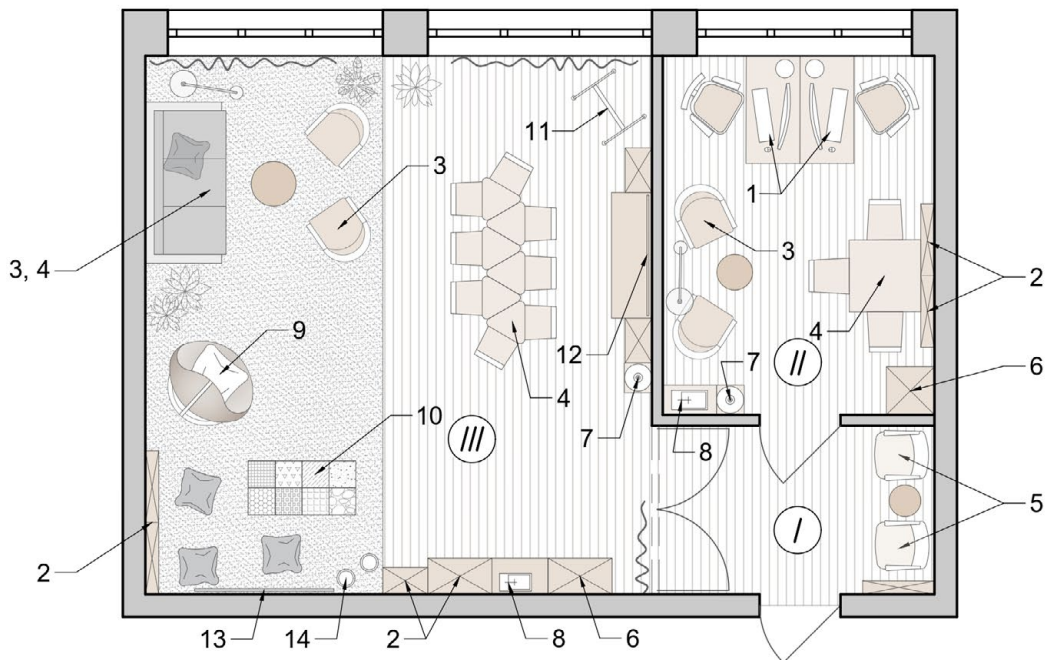
### Експлікація

- I - Хол
- II - Робочий кабінет практичного психолога, соціального педагога
- III - Навчальний психологічний кабінет

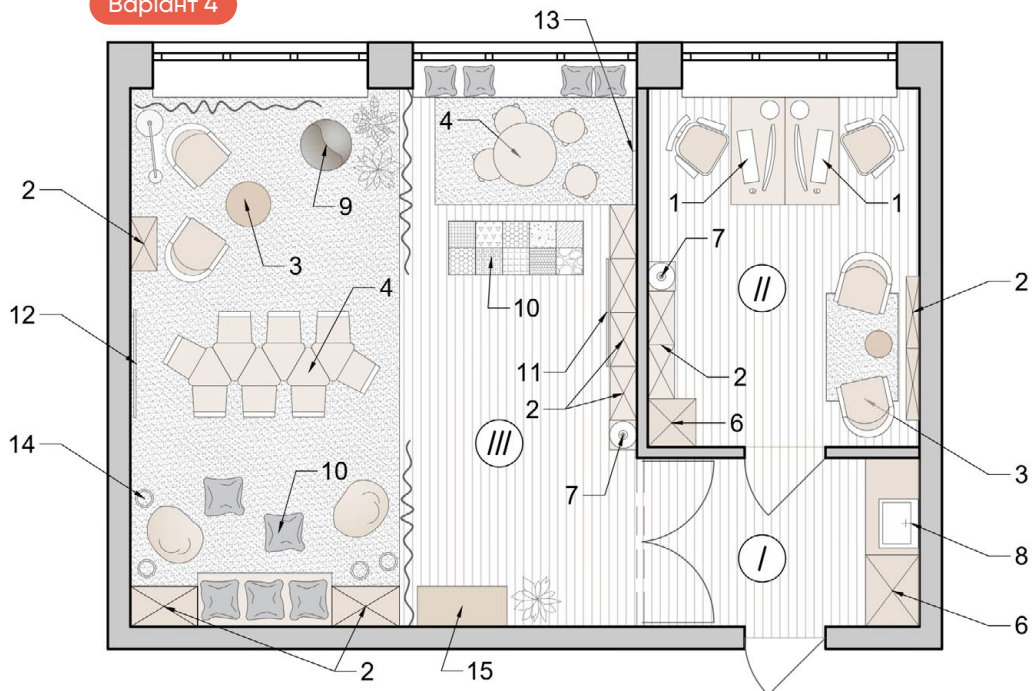
1. Робоча зона спеціаліста/-ів
2. Зберігання матеріалів
3. Зона індивідуального консультування
4. Зона групової консультації, арт-терапії
5. Зона очікування та адаптації
6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
7. Місце для питної води
8. Рукомийник
9. Зона усамітнення, комфорту та релаксації
10. Зона зняття напруги та сенсорної стимуляції
11. Фліпчарт
12. Місце під телевизор / екран для проектора
13. Дошка для крейди, папір для малювання
14. Сенсорні лампи

**Схеми планування кабінету «Максимальний». Варіант 3, 4.**  
**Розміри приміщення 8,8 × 6 м**

Варіант 3



Варіант 4

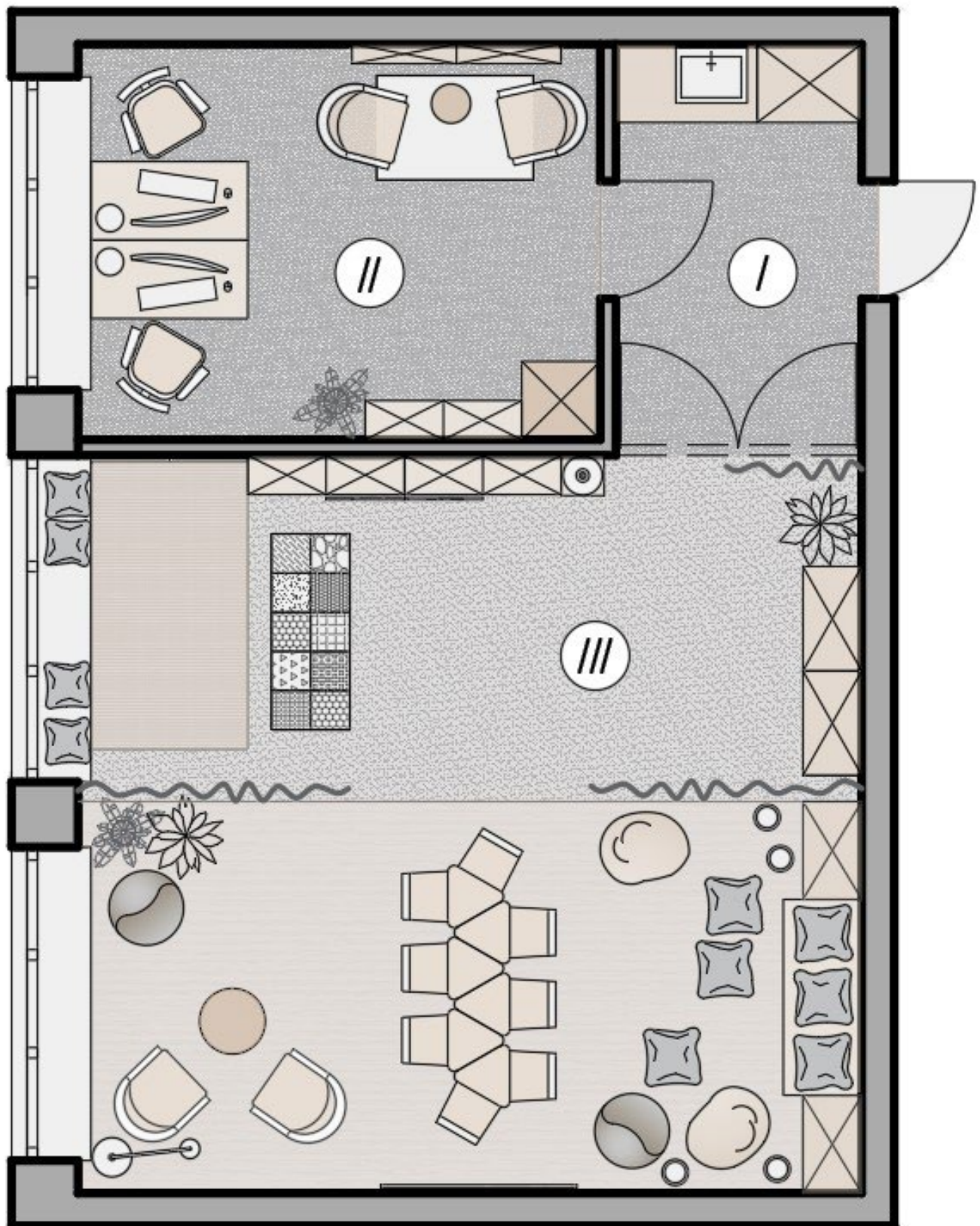


**Експлікація**

- I – Хол
- II – Робочий кабінет практичного психолога, соціального педагога
- III – Навчальний психологічний кабінет

- 1. Робоча зона спеціаліста/-ів
- 2. Зберігання матеріалів
- 3. Зона індивідуального консультування
- 4. Зона групової консультації, арт-терапії
- 5. Зона очікування та адаптації
- 6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
- 7. Місце для питної води
- 8. Рукомийник
- 9. Зона усамітнення, комфорту та релаксації
- 10. Зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції
- 11. Фліпчарт
- 12. Місце під телевизор / екран для проектора
- 13. Дошка для крейди, папір для малювання
- 14. Сенсорні лампи
- 15. Акваріум

## Кабінет «Максимальний». Варіант 4







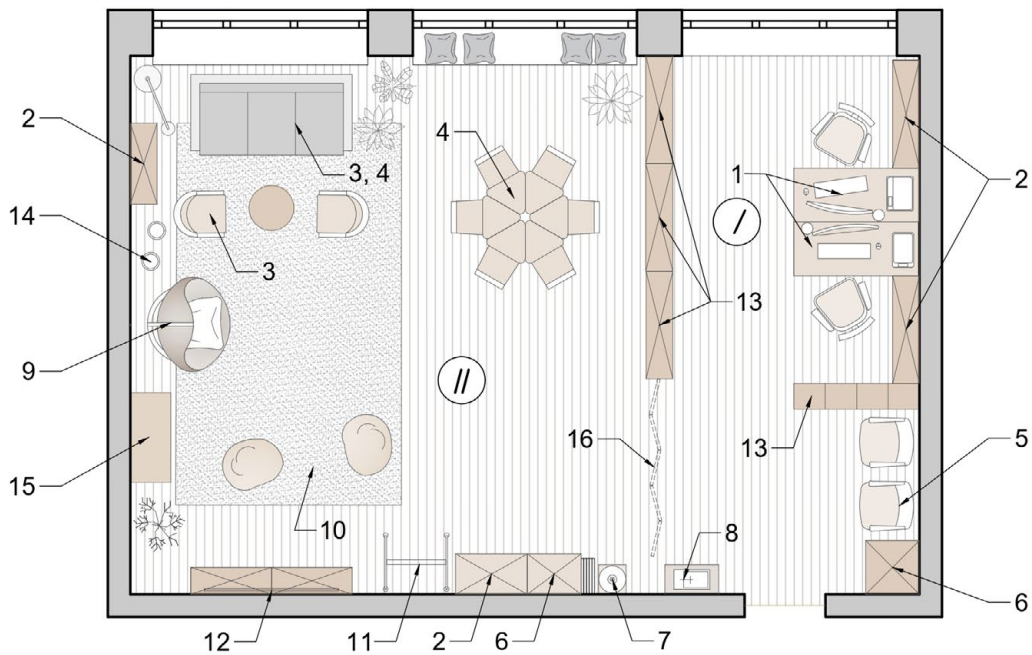




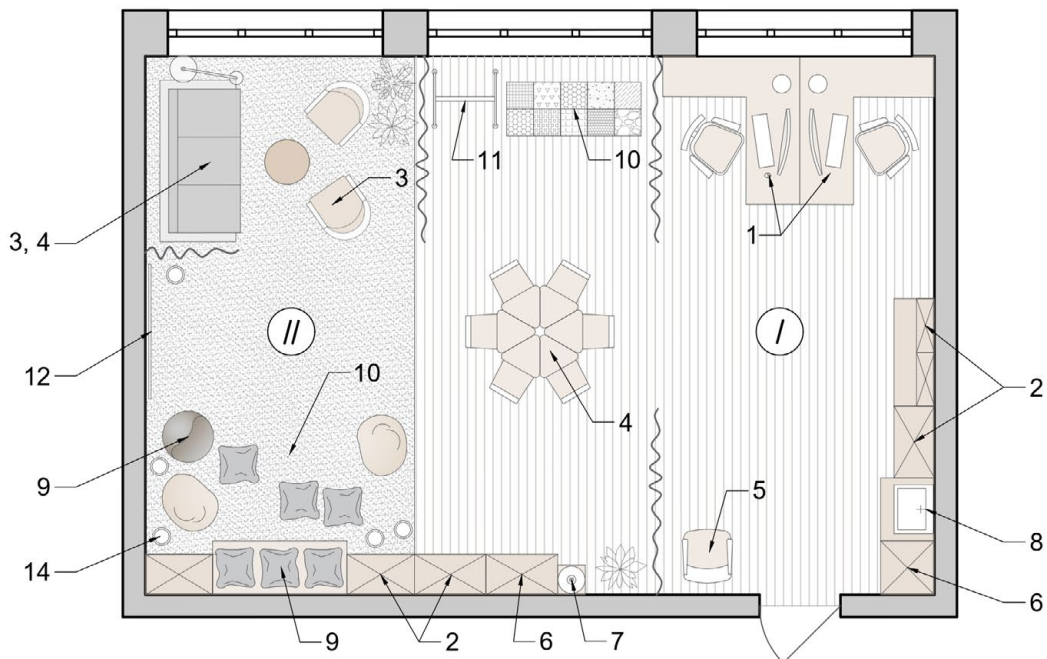


**Схеми планування кабінету «Максимальний». Варіанти 5, 6.**  
**Розміри приміщення 8,8 × 6 м**

**Варіант 5**



**Варіант 6**



**Експлікація**

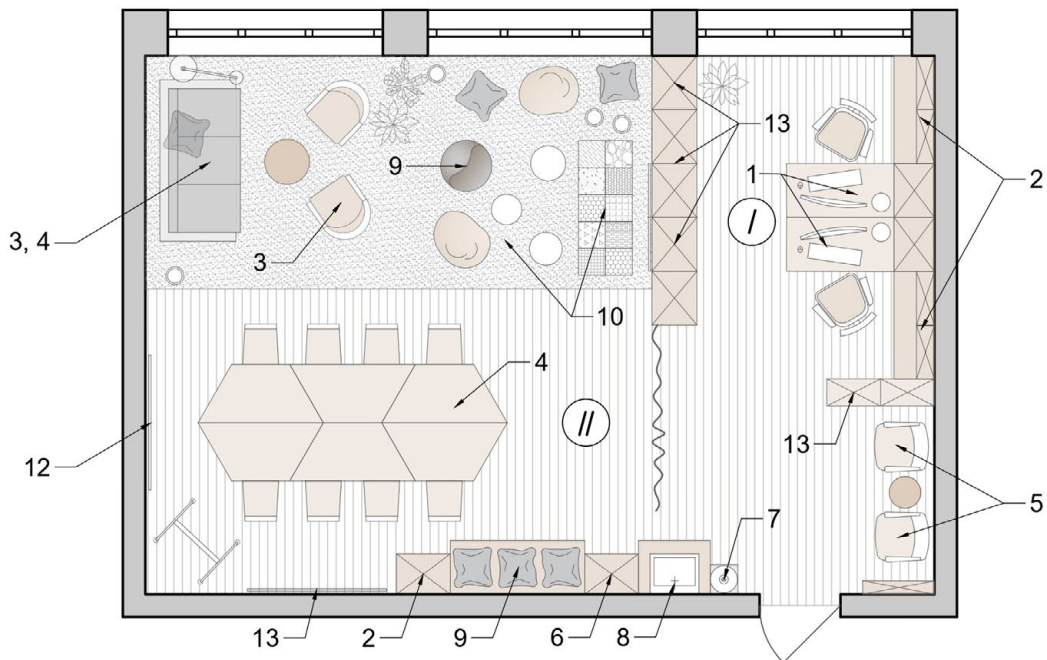
- I - Робочий кабінет практичного психолога, соціального педагога
- II - Навчальний психологічний кабінет

- 1. Робоча зона спеціаліста/-ів
- 2. Зберігання матеріалів
- 3. Зона індивідуального консультування
- 4. Зона групової консультації, арт-терапії
- 5. Зона очікування та адаптації
- 6. Шафа для одягу
- 7. Місце для питної води
- 8. Рукомийник
- 9. Зона усамітнення, комфорту та релаксації
- 10. Зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції
- 11. Фліпчарт
- 12. Місце під телевізор / екран для проєктора
- 13. Полиці-перегородки
- 14. Сенсорні лампи
- 15. Акваріум
- 16. Ширма

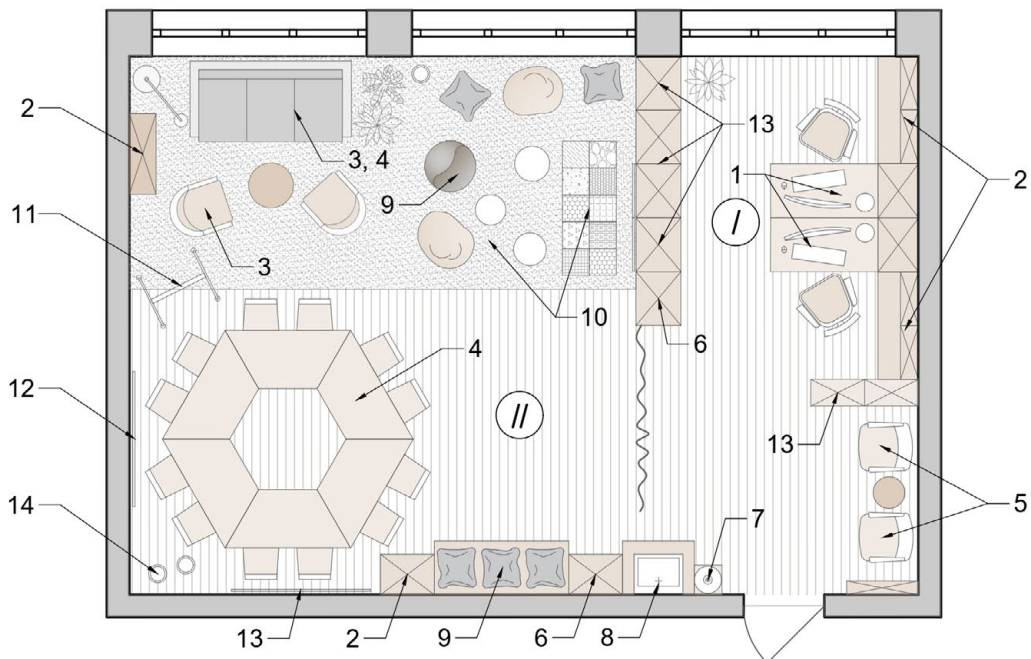
**Схеми планування кабінету «Максимальний». Варіанти 7а, 7б.**

**Розміри приміщення 8,8 × 6 м**

**Варіант 7 а**



**Варіант 7 б**

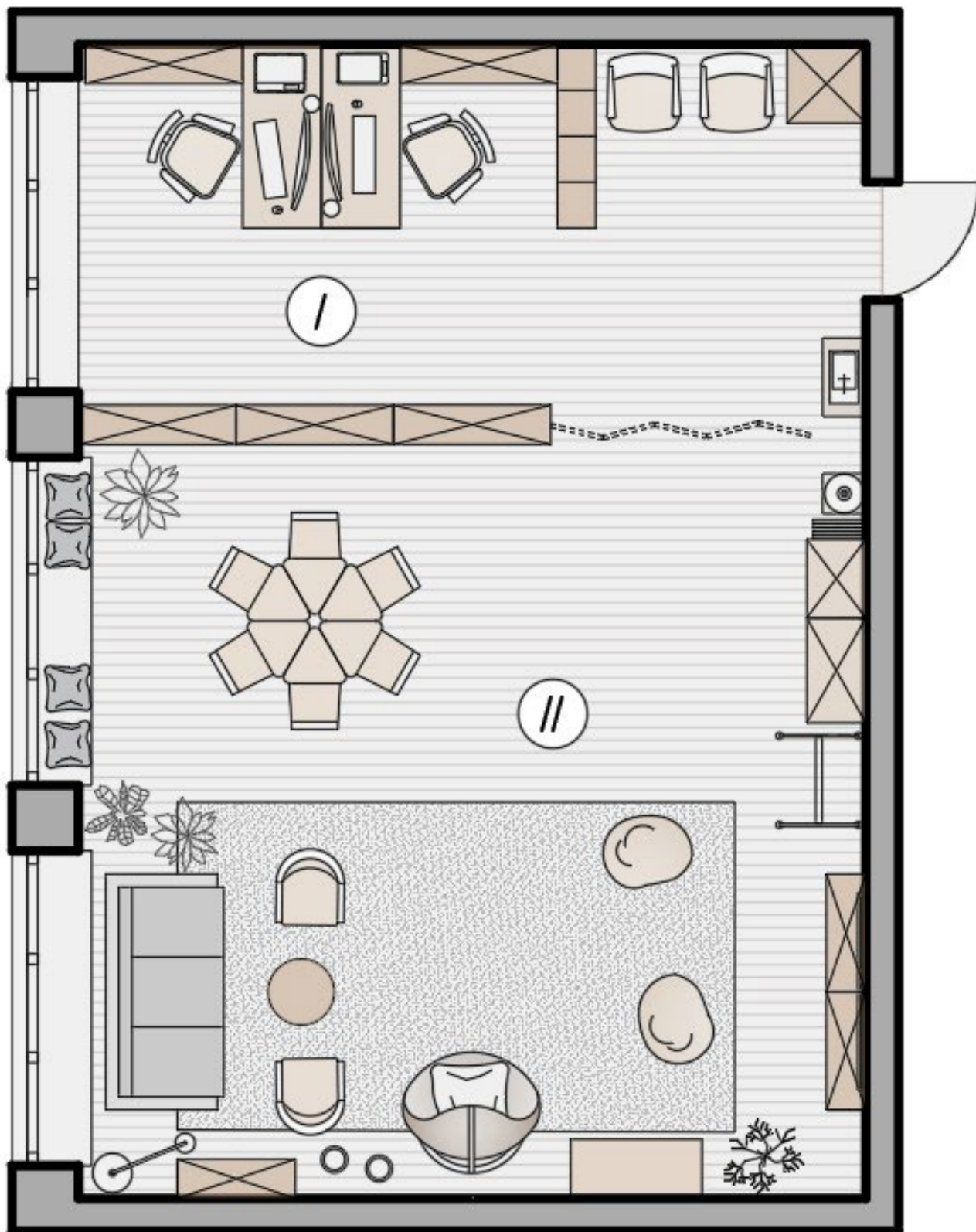


**Експлікація**

- I - Хол
- II - Робочий кабінет практичного психолога, соціального педагога
- III - Навчальний психологічний кабінет

- 1. Робоча зона спеціаліста/-ів
- 2. Зберігання матеріалів
- 3. Зона індивідуального консультування
- 4. Зона групової консультації, арт-терапії з великими столами-трансформерами
- 5. Зона очікування та адаптації
- 6. Шафа для одягу або тринога-вішалю
- 7. Місце для питної води
- 8. Рукотримник
- 9. Зона усамітнення, комфорту та релаксації
- 10. Зона зняття напруги та тривожності, сенсорної стимуляції
- 11. Фліпчарт
- 12. Місце під телевизор / екран для проектора
- 13. Дошка для крейди, папір для малювання
- 14. Сенсорні лампи
- 15. Дошка для крейди, папір для малювання

## Кабінет «Максимальний». Варіант 5















## 3.4.

# Облаштування зони психологічної підтримки в укритті

**Укриття в ЗЗСО** – це спеціально обладнаний або адаптований простір, призначений для безпечного перебування учасників освітнього процесу під час надзвичайних ситуацій, який відповідає вимогам захисних споруд цивільного захисту.

**Простір психологічної допомоги і підтримки** в укритті може бути організований в приміщенні або виділений як окрема зона в межах наявного укриття, який буде виконувати функцію кабінету ПС в укритті для надання психологічної допомоги та стабілізації емоційного стану дітей і, за потреби, дорослих.

Спеціально облаштована зона психологічної допомоги і підтримки дозволить знизити рівень стресу, надати першу психологічну допомогу, посилити відчуття безпеки, допомогти дітям заспокоїтися, виконати прості вправи на саморегуляцію, відновити ресурси навіть у кризових умовах.

### Загальні принципи організації простору



**Безпека.** Всі матеріали та елементи облаштування мають бути безпечними, без гострих кутів, токсичних матеріалів.



**Простота, адаптивність та доступність.** Зона має бути легкою в організації, з швидкою трансформацією простору залежно від кількості людей та їхніх потреб. Важливо також забезпечити зручність для всіх учнів, включно з дітьми з особливими освітніми потребами.



**Приватність та конфіденційність.** Необхідно подбати про забезпечення можливості відокремитися від інших учасників освітнього процесу під час індивідуальної роботи.



**Емоційний комфорт.** Простір має сприяти спокою, зменшенню тривожності та підтримувати позитивний психологічний клімат.

## Функціональне зонування та ключові елементи організації простору психологічної допомоги і підтримки в укритті



### Зона спокою та стабільності

- ▶ **Призначення:** створення невеликого безпечного простору, де діти можуть заспокоїтися, зменшити тривожність, відновити емоційну рівновагу, відчувати себе захищеними.
- 🛋️ **Оснащення:** м'які сидіння (подушки, мати, пуфи, невеликі диванчики), пледи, приглушене освітлення, звукоізоляційні елементи, предмети, що асоціюються зі спокоєм (м'які іграшки, приємні на дотик текстури), штора або ширма, питна вода, вода для умивання або вологі серветки.



### Зона активності та відволікання

- ▶ **Призначення:** простір для організації діяльності, що сприяє заспокоєнню, саморегуляції, відволіканню уваги від тривожних думок.
- 🛋️ **Оснащення:** розвиваючі ігри, настільні ігри, конструктори, пазли, кольорові олівці, розмальовки, набори для творчості, артматеріали, книги, аудіокниги, фліпчарт або дошка.



### Зона першої психологічної допомоги

- ▶ **Призначення:** надання швидкої психологічної допомоги та підтримки учням, які перебувають у стані сильного занепокоєння, паніки або емоційного збудження, для стабілізації їхнього емоційного стану та короткої індивідуальної роботи з психологом.
- 🛋️ **Оснащення:** зручні стільці або крісла-мішки, питна вода або теплий чай, пледи, сенсорні коробки або матеріали для саморегуляції, невеликий стіл, простір для особистих речей учня/-ів, можливість швидкого відділення зони (наприклад, ширма).



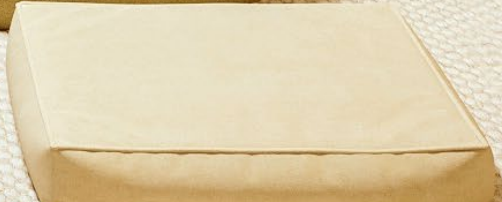
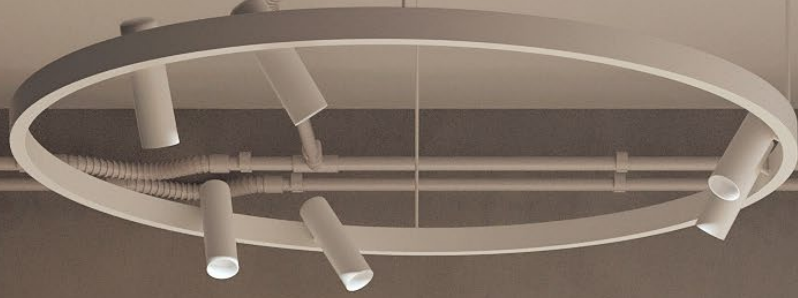
## Інформаційна зона

- ▶ **Призначення:** розміщення короткої, чіткої інформації про психологічну допомогу і самодопомогу.
- 🖨️ **Оснащення:** плакати з короткими техніками саморегуляції, дихальними вправами, заспокійливими фразами, настановами для встановлення психоемоційного стану, контактами працівників психологічної служби; невеликий стенд або дошка для інформаційних матеріалів. Додатково можуть використовуватися стрілки та маркування для швидкого знаходження зони психологічної допомоги і підтримки. Плакати такого типу можна розміщувати не лише безпосередньо в зоні психологічної допомоги, а й по всьому укриттю, щоб усі присутні мали доступ до важливої інформації.

📖 **Основною метою організації простору в укритті є створення безпечного, підтримуючого й психологічно комфортного середовища, що сприяє зниженню рівня тривожності, підтримці почуття безпеки, а також забезпечує умови для тимчасового відпочинку, спілкування, саморегуляції та отримання першої психологічної допомоги.**

## Облаштування зони в укритті. Варіант «Комфортний»





## Облаштування зони в укритті. Варіант «Мінімальний»





Розділ IV.

**Практичні рекомендації  
щодо підбору меблів  
та кольорових  
рішень у кабінеті  
психологічної служби  
у закладі загальної  
середньої освіти**

Створення привабливого та підтримуючого середовища в кабінеті ПС є необхідним для комфортного перебування та побудови довірчих відносин. Важливе значення в цьому питанні займає організація простору та дизайн інтер'єру. Правильна організація простору та гармонійний дизайн приміщення знижує тривожність та стимулює творчість, самовираження і процес зцілення. Це допомагає учням відчувати себе комфортно та довіряти практичному психологу, соціальному педагогу.

Нижче наведені практичні поради щодо того, які меблі краще обрати для різних варіантів дизайну інтер'єрів кабінету ПС, надані приклади гармонійних кольорових поєднань для створення привабливого інтер'єру простору психологічної допомоги і психосоціальної підтримки у ЗЗСО.

## Рекомендації щодо підбору меблів



### 1. Меблі для індивідуальних консультацій та роботи з невеликими групами

#### → Стіл для консультацій:

- регульований по висоті стіл для забезпечення комфорту як для спеціаліста, так і для дитини;
- повинен бути достатньо великим для розміщення матеріалів, але не надто громіздким;
- розміщений поруч з вікном або в місці з хорошим освітленням.

#### → Крісла та стільці:

- зручні, ергономічні, для психолога та учнів;
- розміщуються поруч зі столом, щоб забезпечити контакт під час консультацій;

- можуть також використовуватися м'які пуфи або крісла-мішки для створення більш неформальної обстановки.

→ **Мобільні перегородки або ширми:**

- забезпечують конфіденційність під час індивідуальних консультацій;
- легко переміщуються та складаються, коли не потрібні;
- використовуються для зонування простору.



## 2. Меблі для групових занять та тренінгів

→ **Складні столи:**

- легкі, складні столи, які можна швидко розставити для групових занять та тренінгів;
- можуть бути різних розмірів та форм, щоб відповідати різним потребам;
- зручно зберігаються в шафі, коли не використовуються.

→ **Стійкі стільці:**

- міцні, штабелюються для групових занять;
- можна додати м'які подушки для більшого комфорту;
- легко переміщуються та зберігаються.

→ **Фліпчарт або дошка:**

- для запису ідей, проведення мозкових штурмів та візуалізації інформації;
- розміщується на видному місці.

→ **Меблі-трансформери** (складні столи та стільці; пуфи та м'які модулі; меблі з функцією зберігання).



## 3. Ігрові та творчі зони

→ **М'які модулі:**

- м'які кубики, подушки, валики для створення ігрових зон та зон відпочинку;
- легко переміщуються та можуть використовуватися для різних активностей;
- розміщуються у зоні для ігор та релаксації.

→ **Столи для творчості:**

- використовуються для малювання, ліплення, конструювання;
- мають бути зручними для роботи стоячи або сидячи;
- розміщуються у відповідній зоні.

→ **Полиці для іграшок та матеріалів:**

- відкриті полиці для зручного доступу до іграшок та творчих матеріалів. Можна також використовувати ящики або кошики;
- розміщуються у зоні для ігор та творчості.



#### **4. Додаткове обладнання**

→ **Комп'ютер / ноутбук, принтер, ламінатор:**

- для ведення документації, підготовки матеріалів;
- розміщується у робочій зоні кабінету.

→ **Проектор та екран:**

- для демонстрації відео, презентацій та проведення групових занять;
- легко підключається за необхідності.

→ **Музичний центр або колонки:**

- для створення спокійної атмосфери під час занять, для використання музики в терапевтичних цілях.
- розміщується у зоні для релаксації або в загальній зоні.

**Вибір меблів та обладнання для кабінету ПС ЗЗСО повинен враховувати гнучкість, комфорт та безпеку середовища. Використання мобільних меблів, меблів-трансформерів та чітке зонування дозволить створити простір, який легко адаптується під різні типи занять та потреб дітей. Мобільність простору в кабінеті ПС за рахунок пересування меблів та меблів-трансформерів підвищує функціональність середовища, особливо в кабінетах з незначною площею.**

## Рекомендації щодо підбору кольорів

Кольорові рішення облаштування кабінету «Мінімальний».

Варіант планування №13

### 1. СТИНА



**NCS S1515-G40Y - Липовий зелений**

CMYK: 6/0/15/16

HEX: C8D5B4

RGB: 200 213 180

HSL: 83,64, 0,28%, 0,77%

LAB: 83,53, -10,2, 14,84

### 2. ФОТОШПАЛЕРИ, РОЗПИС



**Кольорові відтінки**

RGB 215 219 222

RGB 135 141 153

RGB 199 199 207

### 3. СТЕЛЯ



**NCS SO500-N Weiss gebrochen**

CMYK: 0/0/1/2

HEX: FAF9F7

RGB: 250 249 247

HSL: 40, 0,23%, 0,97%

LAB: 97,95, -0,01, 1,06

### 4. ПОКРИТТЯ ПІДЛОГИ



**Кварц Вінілова підлога**

SPC ламінат

AFIRMAX Silverton Oak CLS 42082

### 5. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



**RAL 9010 - Чисто білий**

CMYK: 0/2/7/5

HEX: F1EDE1

RGB: 241 237 225

HSL: 45, 0,36%, 0,91%

LAB: 93,76, -0,71, 6,27



### 6. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ



**RAL 9010 - Чисто білий**

CMYK: 0/2/7/5

HEX: F1EDE1

RGB: 241 237 225

HSL: 45, 0,36%, 0,91%

LAB: 93,76, -0,71, 6,27

### 7. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



**ЛДСП SWISS KRONO D3025 МХ Дуб Сонома**

### 8. РОЛЕТИ, АКСЕСУАРИ, ДЕКОР



**Кольорові відтінки**

RGB 233 224 210

RGB 249 246 231

RGB 168 175 176

### 9. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ, АКЦЕНТ



**NCS S1515-G40Y Липовий зелений**

CMYK: 6/0/15/16

HEX: C8D5B4

RGB: 200 213 180

HSL: 83,64, 0,28%, 0,77%

LAB: 83,53, -10,2, 14,84

**Кольорові рішення  
облаштування кабінету  
«Мінімальний».  
Варіант планування №21**

**1. СТИНА**



**NCS S1005-Y60R-Graubeige**

CMYK: 0/6/10/7

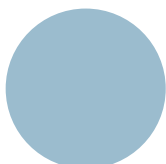
HEX: ECDFD4

RGB: 236 223 212

HSL: 27,5, 0,39%, 0,88%

LAB: 89,56, 2,6, 6,96

**2. СТИНА**



**NCS S2020-B Світло-блакитний**

CMYK: 26/ 9/0/19

HEX: 99BDCF

RGB: 153 189 207

HSL: 200, 0,36%, 0,71%

LAB: 74,62, -7,96, -13,01

**3. СТЕЛЯ**



**NCS S0500-N Weiss gebrochen**

CMYK: 0/0/1/2

HEX: FAF9F7

RGB: 250 249 247

HSL: 40, 0,23%, 0,97%

LAB: 97,95, -0,01, 1,06

**4. ПОКРИТТЯ ПІДЛОГИ**



**Кварц Вінілова підлога**

SPC ламінат

AFIRMAX Silverton Oak CLS 42082

**5. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ**



**RAL 9010 - Чисто білий**

CMYK: 0/2/7/5

HEX: F1EDE1

RGB: 241 237 225

HSL: 45, 0,36%, 0,91%

LAB: 93,76, -0,71, 6,27



**6. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ**



**RAL 9010 - Чисто білий**

CMYK: 0/2/7/5

HEX: F1EDE1

RGB: 241 237 225

HSL: 45, 0,36%, 0,91%

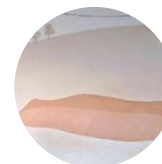
LAB: 93,76, -0,71, 6,27

**7. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ**



**ЛДСП SWISS KRONO  
D3025 МХ Дуб Сонома**

**8. ФОТОШПАЛЕРИ, РОЗПИС**



**Кольорові відтінки**

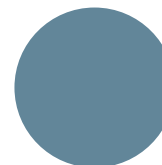
RGB 185 175 174

RGB 215 167 144

RGB 118 131 148



**9. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ, АКЦЕНТ**



**NCS S4020-B - Синій**

CMYK: 36/12/0 /40

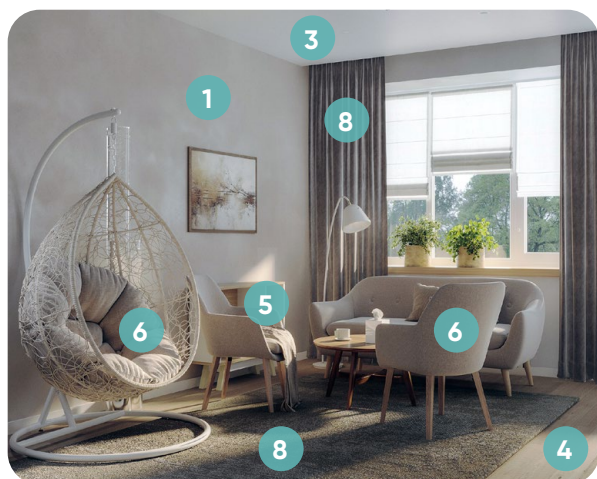
HEX: 63879A

RGB: 99 135 154

HSL: 200,73, 0,22%, 0,5%

LAB: 54,36, -7,66, -14,17

## Кольорові рішення облаштування кабінету з вільним плануванням



### 1. СТИНА



#### NCS S1005-Y60R-Graubeige

СМЯК: 0/6/10/7

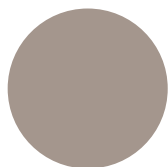
HEX: ECDFD4

RGB: 236 223 212

HSL: 27,5, 0,39%, 0,88%

LAB: 89,56, 2,6, 6,96

### 2. СТИНА



#### NCS S4005-Y50R

СМЯК: 0/8/15/36

HEX: A3968B

RGB: 163 150 139

HSL: 27,5, 0,12%, 0,59%

LAB: 62,9, 2,88, 7,52

### 3. СТЕЛЯ, СТИНА



#### NCS S0500-N Weiss gebrochen

СМЯК: 0/0/1/2

HEX: FAF9F7

RGB: 250 249 247

HSL: 40, 0,23%, 0,97%

LAB: 97,95, -0,01, 1,06

### 4. ПОКРИТТЯ ПІДЛОГИ



#### Кварц Вінілова підлога

SPC ламінат

AFIRMAX Silverton Oak CLS 42082

### 5. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



#### RAL 9003 - Сигнальний білий

СМЯК: 0/0/2/7

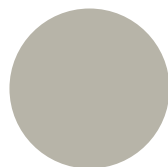
HEX: ECECE7

RGB: 236 236 231

HSL: 60, 0,12%, 0,92%

LAB: 93,27, -0,87, 2,41

### 6. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ



#### RAL 7044 Шовковисто-сірий

СМЯК: 0/2/8/28

HEX: B7B3A8

RGB: 183 179 168

HSL: 44, 0,09%, 0,69%

LAB: 72,98, -0,55, 6,11

### 7. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



#### ЛДСП SWISS KRONO D3025 МХ Дуб Сонома

### 8. ГАРДИНИ, ТЕКСТИЛЬ, КИЛИМ



#### Колір: відтінки какао

RGB 123 114 115

RGB 142 125 117

RGB 125 110 104

**Кольорові рішення облаштування кабінету «Максимальний» з відокремленим робочим кабінетом працівників ПС та навчальним психологічним кабінетом**

**1. СТИНА**



**NCS S1005-Y60R-Graubeige**

CMYK: 0/6/10/7

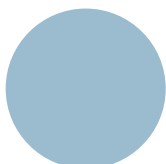
HEX: ECDFD4

RGB: 236 223 212

HSL: 27,5, 0,39%, 0,88%

LAB: 89,56, 2,6, 6,96

**2. СТИНА**



**NCS S2020-B Світло-блакитний**

CMYK: 26/ 9/0/19

HEX: 99BDCF

RGB: 153 189 207

HSL: 200, 0,36%, 0,71%

LAB: 74,62, -7,96, -13,01

**3. СТЕЛЯ**



**NCS S0500-N Weiss gebrochen**

CMYK: 0/0/1/2

HEX: FAF9F7

RGB: 250 249 247

HSL: 40, 0,23%, 0,97%

LAB: 97,95, -0,01, 1,06

**4. ПОКРИТТЯ ПІДЛОГИ**



**Кварц Вінілова підлога**

SPC ламінат

AFIRMAX Silverton Oak CLS 42082

**5. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ**



**RAL 9001 - Кремовий**

CMYK: 0/4/10/9

HEX: E9E0D2

RGB: 233 224 210

HSL: 36,52, 0,34%, 0,87%

LAB: 89,53, 0,71, 7,93



**6. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ**



**RAL 9010 - Чисто білий**

CMYK: 0/2/7/5

HEX: F1EDE1

RGB: 241 237 225

HSL: 45, 0,36%, 0,91%

LAB: 93,76, -0,71, 6,27

**7. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ**



**ЛДСП SWISS KRONO D3025 MX Дуб Сонома**

**8. ГАРДИНИ, ТЕКСТИЛЬ, КИЛИМ**



**Кольорові відтінки**

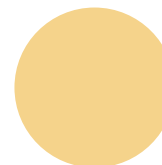
RGB 233 224 210

RGB 249 246 231

RGB 168 175 176



**9. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ, АКЦЕНТ**



**NCS S1030-Y10R Грчично-жовтий**

CMYK 0/13/43 /4

HEX: F5D48B

RGB: 245 212 139

HSL: 41,32, 0,84%, 0,75%

LAB: 86,19, 1,98, 40,3

## Кольорові рішення облаштування зони психологічної підтримки в укритті Варіант «Мінімальний»



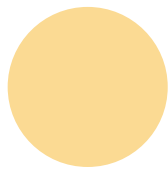
### 1. СТИНА



#### Бенджамін Мур 966 – Натуральний льон

СМΥК: 0/5/15/16  
HEX: D7CDB7  
RGB: 215 205 183 1  
HSL: 41,25, 0,29%, 0,78%  
LAB: 82,66, -0,19, 12,19

### 2. СТИНА



#### Бенджамін Мур 171 – Солодке масло

СМΥК: 0/13/41/1  
HEX: FCDB94  
RGB: 252 219 148  
HSL: 40,96, 0,95%, 0,78%  
LAB: 88,68, 2,07, 39,1

### 3. СТЕЛЯ



#### Бенджамін Мур 2148-70 – Грський пік Білий

СМΥК: 0/1/5/3  
HEX: F7F5EB  
RGB: 247 245 235 1  
HSL: 50, 0,43%, 0,95%  
LAB: 96,44, -1,05, 5,03

### 4. ПОКРИТТЯ ПІДЛОГИ



#### RAL 1019 - Сіро-бежевий

СМΥК: 0/13/26/36  
HEX: A48F7A  
RGB: 164 143 122  
HSL: 30, 0,19%, 0,56%  
LAB: 60.73, 4.49, 14.07

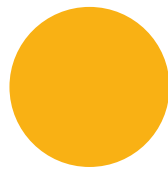
### 5. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



#### RAL 9003 - Сигнальний білий

СМΥК: 0/0/2/7  
HEX: ECECE7  
RGB: 236 236 231  
HSL: 60, 0,12%, 0,92%  
LAB: 93.27, -0.87, 2.41

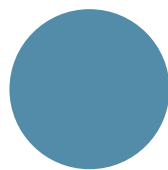
### 6. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ



#### RAL 2007 - Світлий яскраво-помаранчевий

СМΥК: 0 / 30 / 100 / 0  
HEX: FFB200  
RGB: 255 178 0  
HSL: 41,88, 1%, 0,5%  
LAB: 77,93, 17,15, 80,94

### 7. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



#### Бенджамін Мур 2062-40 – Блакитна ромашка

СМΥК: 50/16/0/35  
HEX: 548DA7  
RGB: 84 141 167  
HSL: 198,8, 0,33%, 0,49%  
LAB: 55.81, -11.36, -19.52

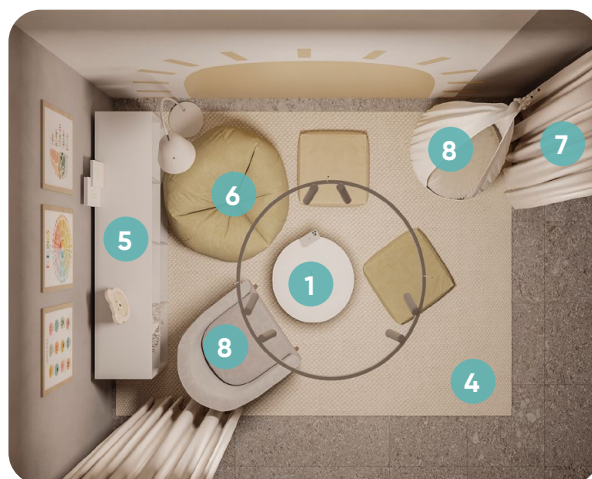
### 8. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ (ВАРІАНТ)



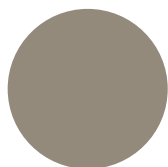
#### Бенджамін Мур 1003 – Кошачі вуса

СМΥК: 0/4/8/14  
HEX: DCD3CA  
RGB: 220 211 202  
HSL: 30, 0,2%, 0,83%  
LAB: 85.03, 1.55, 5.54

## Кольорові рішення облаштування зони психологічної підтримки в укритті Варіант «Затишний»



### 1. СТИНА



#### Бенджамін Мур CSP-205 Кафедральний сірий

СМΥК: 0/6/16 / 42

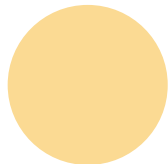
HEX: 938A7C

RGB 147 138 124

HSL: 36,52, 0,1%, 0,53%

LAB: 57,88, 0,88, 8,7

### 2. СТИНА



#### Бенджамін Мур 171 – Солодке масло

СМΥК: 0/13/41/1

HEX: FCDB94

RGB: 252 219 148

HSL: 40,96, 0,95%, 0,78%

LAB: 88,68, 2,07, 39,1

### 3. СТЕЛЯ ТА СТИНА



#### Бенджамін Мур 2148-70 – Грський пік Білий

СМΥК: 0/1/5/3

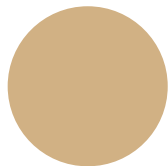
HEX: F7F5EB

RGB: 247 245 235 1

HSL: 50, 0,43%, 0,95%

LAB: 96,44, -1,05, 5,03

### 4. ПОКРИТТЯ ПІДЛОГИ



#### RAL 1001 - Бежевий

СМΥК: 0/15/37/18

HEX: DOB084

RGB: 208 176 132

HSL: 34,74, 0,45%, 0,67%

LAB: 73,63, 5,39, 26,86

### 5. КОЛІР КОРПУСНИХ МЕБЛІВ



#### RAL 9003 - Сигнальний білий

СМΥК: 0/0/2/7

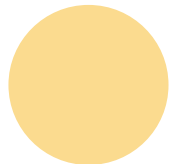
HEX: ECECE7

RGB: 236 236 231

HSL: 60, 0,12%, 0,92%

LAB: 93,27, -0,87, 2,41

### 6. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ



#### Бенджамін Мур 312 - Crowne Hill Yellow

СМΥК: 0/13/43/2

HEX: FBDB90

RGB: 251 219 144

HSL: 42,06, 0,93%, 0,77%

LAB: 88,54, 1,27, 40,9

### 7. КОЛІР ШТОРА ЗВУКОІЗОЛЯЦІЙНА



#### RAL 1001 - Бежевий

СМΥК: 0/15/ 37/18

HEX: DOB084

RGB: 208 176 132

HSL: 34,74, 0,45%, 0,67%

LAB: 73,63, 5,39, 26,86

### 8. КОЛІР М'ЯКИХ МЕБЛІВ (ВАРІАНТ)



#### Бенджамін Мур 1003 – Кошачі вуса

СМΥК: 0/4/8/14

HEX: DCD3CA

RGB: 220 211 202

HSL: 30, 0,2%, 0,83%

LAB: 85,03, 1,55, 5,54

# Висновки

**К**абінет психологічної служби у закладі загальної середньої освіти – це не просто приміщення, а важливий ресурс для забезпечення психічного здоров'я, емоційного благополуччя та соціальної підтримки учнів, педагогів і батьків (осіб, що їх замінюють). У сучасних умовах, з урахуванням воєнних викликів, підвищеного рівня тривожності та потреби у психологічній допомозі та психосоціальній підтримці значення якісно облаштованого простору ПС суттєво зростає.

У гайдбуку систематизовано підходи до організації кабінету ПС з урахуванням:

- вікових особливостей учнів початкової, середньої та старшої школи;
- принципів інклюзивності та безбар'єрності;
- різних ресурсних можливостей ЗЗСО;
- необхідності гнучкості й адаптивності простору до різних форматів роботи.

Запропоновані моделі кабінетів – «Мінімальний», «Середній» і «Максимальний», а також мобільні та модульні рішення – демонструють, що створення ефективного простору ПС можливе навіть за обмежених умов, якщо дотримуватися логіки функціонального зонування, ергономіки та психологічного комфорту.

Окрема увага приділена зонам психологічної підтримки в шкільних укриттях як відповідь на реалії воєнного часу та потребу у швидкому реагуванні на кризові ситуації.

Реалізація рекомендацій гайдбуку дозволяє:

- підвищити ефективність роботи практичних психологів, соціальних педагогів ЗЗСО;
- забезпечити конфіденційність і безпеку під час індивідуальної та групової роботи працівників ПС з клієнтами;
- створити в школі середовище довіри, підтримки та прийняття;
- сприяти зниженню рівня тривожності й розвитку емоційної стійкості учнів.

Гайдбук може слугувати практичним інструментом для керівників ЗЗСО, органів управління освітою, працівників психологічної служби та всіх, хто залучений до створення психологічно безпечного освітнього середовища.



ЦЕНТР ІННОВАЦІЙНОЇ ОСВІТИ

**про.СВІТ**