

Звіт

навчальної лабораторії виховної та психолого-педагогічної роботи про проведення циклу навчальних вебінарів з проблем збереження ментального здоров'я

«Якщо ваш життєвий вибір – душевна гармонія!»

На виконання розпорядження ректора № 232-р від 27 жовтня 2025 року «Про проведення навчальних вебінарів та психолого-педагогічних обстежень зі студентами других курсів» з 04.11.2025 року по 27.11.2025 року на базі лабораторії проводився цикл вебінарів зі студентами усіх навчальних підрозділів університету з проблем збереження ментального здоров'я. Заняття проводилось в онлайн форматі.

Необхідність та аргументованість обрання заходів з вищезазначеної проблематики обумовлені наступними завданнями академічної комунікації в умовах перманентного впливу війни:

- реалізація на рівні ЗВО наявних загальнодержавних підходів і діючих програм (зокрема, першої леді Олени Зеленської) щодо необхідності піклування про ментальне здоров'я громадян;
- необхідність зміцнення ментального здоров'я здобувачів вищої освіти за умов воєнного стану;
- зміцнення ментального здоров'я молоді (в т.ч. студентів) за умов воєнного стану;
- формування у студентів навичок позитивного самонавіювання та ефективного самоконтролю;
- актуалізація процесів психічного регулювання особистості у слухачів;
- попередження станів депресії, апатії, підвищеної тривожності;
- апробація на рівні університету розробленого професійними психологами лабораторії - контенту вебінару;
- доповнення консультативно-діагностичної, інформаційно-просвітницької практик академічної взаємодії зі студентами форматом психологічних вебінарів.

1. Проведення вебінарів здійснювалось за такими тематичними блоками загальної проблеми «Якщо вас життєвий вибір - душевна гармонія!»:

- Ваш вибір – душевна гармонія.
- Душевна рівновага у протистоянні зовнішнім впливам.
- Психологічна зрілість у взаємодії із зовнішніми реаліями.
- Переживання невдач: основні правила.
- Душевна рівновага як запорука ментального здоров'я.
- Як переживати життєві невдачі без втрат здоров'я.
- Психологічна зрілість як умова адекватного ставлення до зовнішніх обставин.
- Душевна гармонія у протистоянні викликам долі.
- Як зберегти душевну гармонію всупереч обставинам.
- Вміння переживати невдачі та отримувати цінний досвід.
- Душевна гармонія – реальна можливість, а не фантазія.
- Мистецтво переживати невдачі: правила формування.
- Душевна гармонія як чинник зміцнення психіки.
- Через особистісне зростання – прямуємо до душевної гармонії.
- Як ставлення до подій сприяє душевній гармонії.

2. Сформовано ініціативну групу фахівців у такому складі:

№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові	Посада	Рівень участі
1.	Романкова Лілія Миколаївна	завідувачка навчальної лабораторії виховної та психолого-педагогічної роботи, кандидат психологічних наук, доцент	Розробка проекту розпорядження, методично-змістового формату та організаційного алгоритму вибінарів, проведення інструктивно-методичної наради з ініціативною групою,

			<p>модерація акцій, загальний контроль та керівництво, моніторинг змістового контенту презентацій; підготовка проекту звіту.</p>
2.	<p>Юрченко Зоя Володимирівна</p>	<p>методистка вищої категорії, кандидат психологічних наук, доцент</p>	<p>Розробка змістового та ілюстративного контенту презентацій; інформаційний супровід проведених семінарів на сайті лабораторії (рубрики «Анонси» та «Події»), підготовка проекту звіту, своєчасне оновлення рубрик «Анонси», «Події», «На допомогу кураторам».</p>
3.	<p>Ониськів Ірина Ярославівна</p>	<p>провідний фахівець навчальної лабораторії виховної та психолого-педагогічної роботи</p>	<p>Проведення навчальних вебінарів для студентів 2-х курсів, технічне забезпечення вебінарів зі студентами усіх навчальних структурних підрозділів; облік відвідування занять, моніторинг побажань, питань, оцінки слухачами вебінарів у меседжерах; узгодження графіку проведення заняття 3</p>

			підрозділами, технічне оформлення звіту; модератор заходів.
4.	Петрошенко Сергій Іванович	провідний фахівець навчальної лабораторії виховної та психолого-педагогічної роботи	Технічне забезпечення та проведення навчальних вебінарів для студентів 2-х курсів, технічне забезпечення сайту лабораторії (рубрики «Анонси» та «Події»), проведення занять у підрозділах, своєчасне оновлення рубрик «Анонси», «Події» на сайті лабораторії, модератор заходів.

3. Проведено цикл навчальних вебінарів для студентів 2-х курсів усіх структурних підрозділів університету [Див. на сайті лабораторії за посиланням: <https://vvppr.pnu.edu.ua/category/навчально-виховні-семінари-длястуде/>, рубрики «Навчально-виховні семінари для студентів 1-3-х курсів», «Події»] (додаток 1).

4. Для забезпечення якісного проведення вебінарів підготовлено оновлений та доповнений змістовий контент презентацій з питань зміцнення ментального здоров'я студентів-другокурсників (текст, відеосюжет) за кожною темою.

5. Розширено спектр різновидів психологічної допомоги, яку надають працівники лабораторії студентам, в т.ч. у питаннях збереження ментального здоров'я.

6. Кураторів академгруп 2-х курсів, заступників з виховної роботи ознайомлено з моніторингом та підсумками проведення циклу навчальних вебінарів (на нарадах із заступниками з виховної роботи, заняттях навчально-методичного семінару кураторів 1-3 курсів).

7. Перманентне оприлюднення проведення акцій зі студентами-другокурсниками здійснювалось працівниками лабораторії на її сайті за рубриками «Анонси» та «Події».

8. Підготовлено звіт навчальної лабораторії виховної та психолого-педагогічної роботи про проведення навчальних вебінарів з проблем зміцнення ментального здоров'я «Якщо ваш життєвий вибір – душевна гармонія!».

9. Звіт розміщено на сайті лабораторії для ознайомлення з ним кураторів, аспірантів, магістрантів, заступників з виховної роботи, керівництва університету та усіх бажаючих [Див.: рубрика «Звіти», підрубрика «Звіти по тематичних акціях» на сайті лабораторії <https://vppr.pnu.edu.ua/>].

Загалом у навчальних підрозділах університету протягом листопада 2025 р. проведено 15 вебінарів за 15 темами для студентів 2-х курсів (цільова аудиторія становила 422 студентів), що навчаються у 138 академічних групах факультетів та інститутів Карпатського національного університету імені Василя Стефаника [графік акцій у додатку 1].

**Організація та проведення навчальних вебінарів
для студентів 2-го курсу**

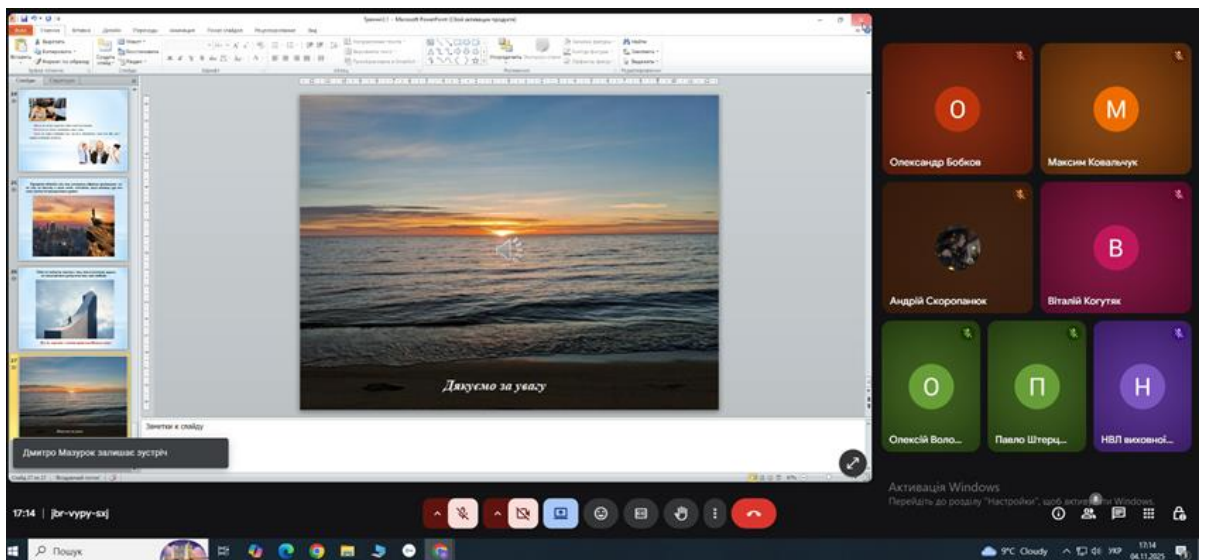
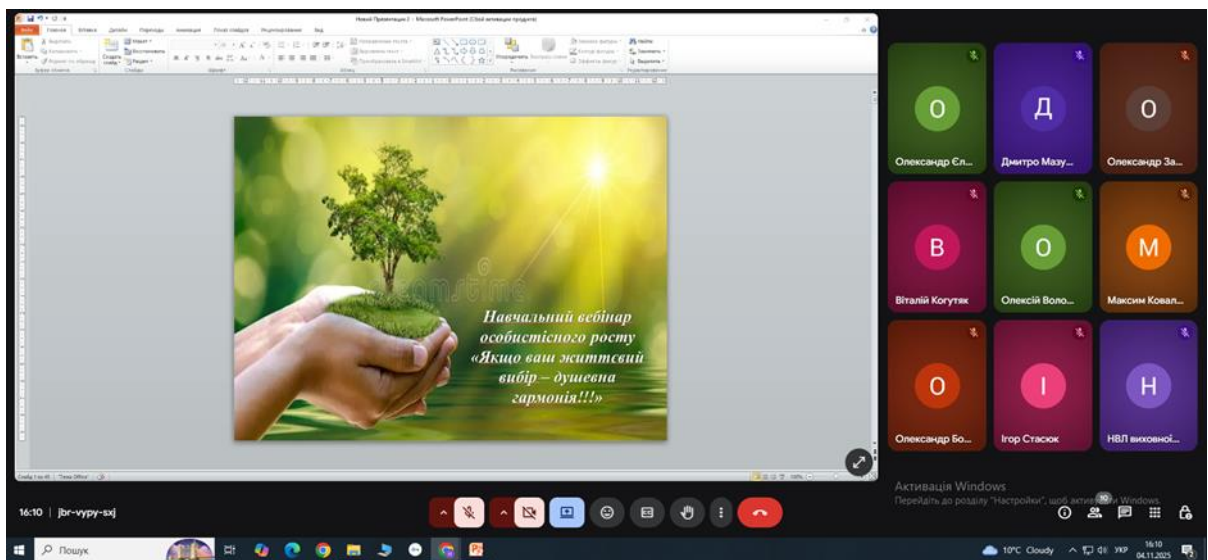
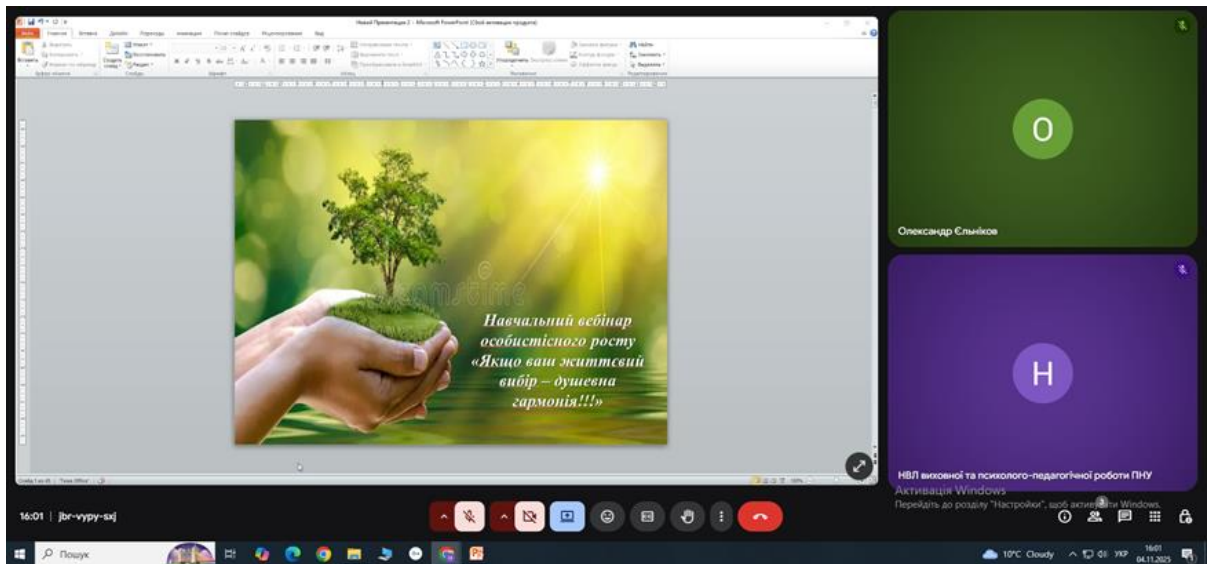
№ з/п	Структурний підрозділ	Тема заходу	Термін проведення (дата, час)	Модератор (ШБ, посада, науковий ступінь)	Відмітка про виконання та проведення
1.	Фізико-технічний факультет	Ваш вибір – душевна гармонія	04.11.2025 р. 16:00 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj	Романкова Л.М. , завідувачка навчальної лабораторії	Проведено
2.	Факультет математики та інформатики	Душевна рівновага у протистоянні зовнішнім впливам	05.11.2025 р. 15:20 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj	виховної та психолого-педагогічної роботи,	
3.	Факультет психології	Психологічна зрілість у взаємодії із зовнішніми реаліями	06.11.2025 р. 13:50 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj	кандидатка психологічних наук, доцентка; Юрченко З.В. , методистка	
4.	Навчально-науковий інститут мистецтв	Переживання невдач: основні правила	07.11.2025 р. 12:00 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj	вищої категорії, кандидатка психологічних наук, доцентка; Петрошенко С.І. , провідний фахівець;	
5.	Педагогічний факультет	Душевна рівновага як запорука ментального здоров'я	11.11.2025 р. 15:30 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj	Ониськів І.Я. , провідний фахівець.	
6.	Факультет туризму	Як переживати життєві невдачі	12.11.2025 р. 12:30 год.		

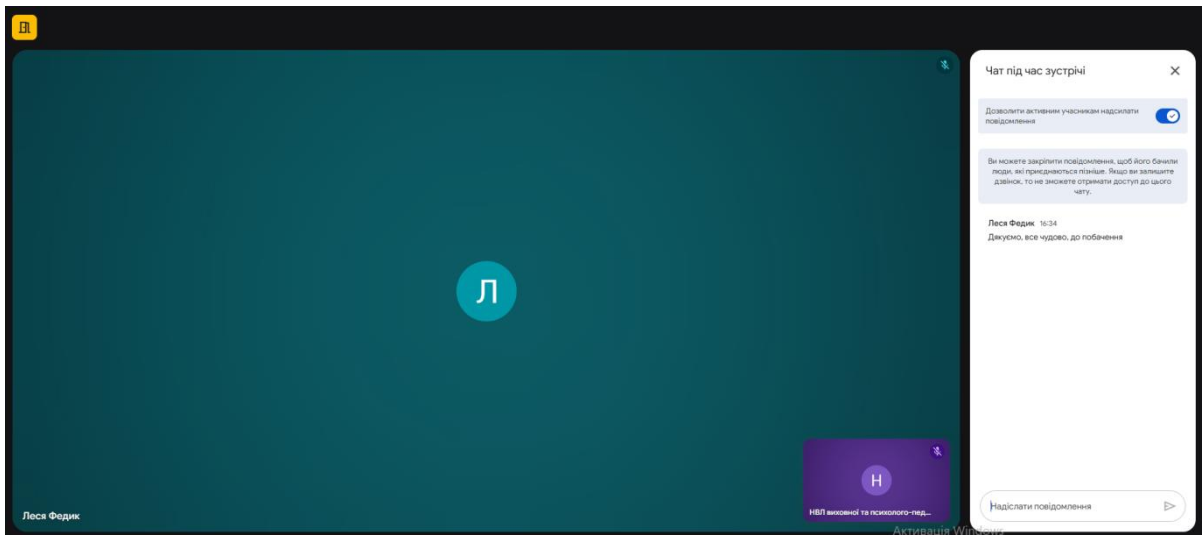
		без втрат здоров'я	https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
7.	Факультет природничих наук	Психологічна зрілість як умова адекватного ставлення до зовнішніх обставин	13.11.2025 р. 16:00 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
8.	Факультет історії, політології та міжнародних відносин	Душевна гармонія у протистоянні викликам долі	14.11.2025 р. 16:00 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
9.	Факультет іноземних мов	Як зберегти душевну гармонію всупереч обставинам	18.11.2025 р. 16:30 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
10.	Навчально-науковий юридичний інститут	Вміння переживати невдачі та отримувати цінний досвід	19.11.2025 р. 15:15 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
11.	Економічний факультет	Душевна гармонія – реальна можливість, а не фантазія	20.11.2025 р. 16:30 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
12.	Факультет фізичного виховання і спорту	Мистецтво переживати невдачі: правила формування	21.11.2025 р. 12:00 год. https://meet.google.com/jbr-vypu-sxj		
13.	Факультет	Душевна	25.11.2025 р.		

	філології	гармонія як чинник зміцнення психіки	15:20 год. https://meet.google.com/jbr-vyry-sxj		
14.	Факультет управління	Через особистісне зростання – прямуємо до душевної гармонії	26.11.2025 р. 15:20 год. https://meet.google.com/jbr-vyry-sxj		
15.	Навчально-науковий Коломийський інститут	Як ставлення до подій сприяє душевній гармонії	27.11.2025 р. 12:00 год. https://meet.google.com/jbr-vyry-sxj		

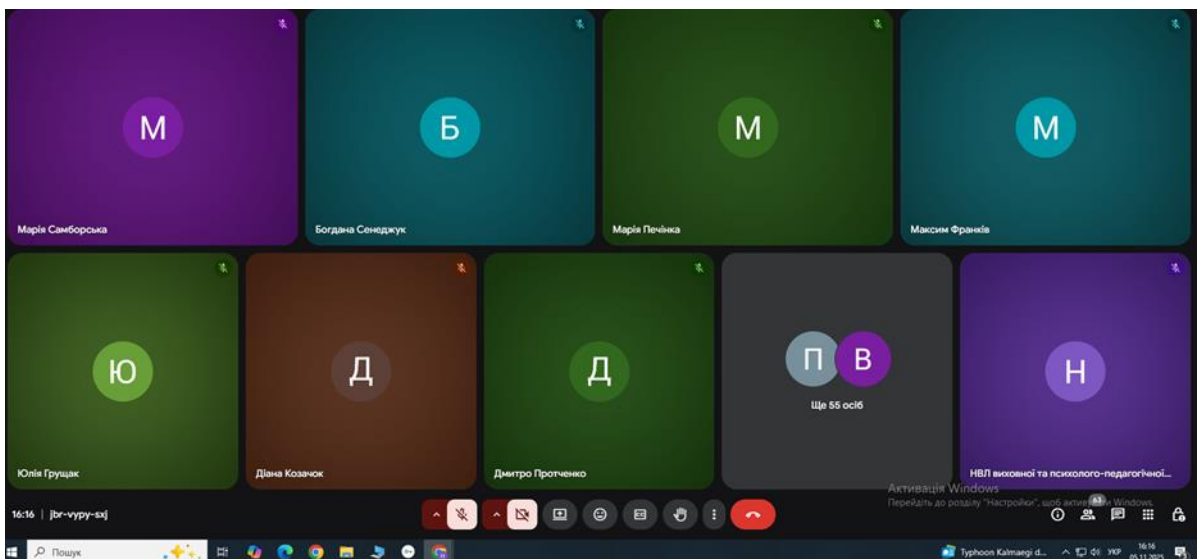
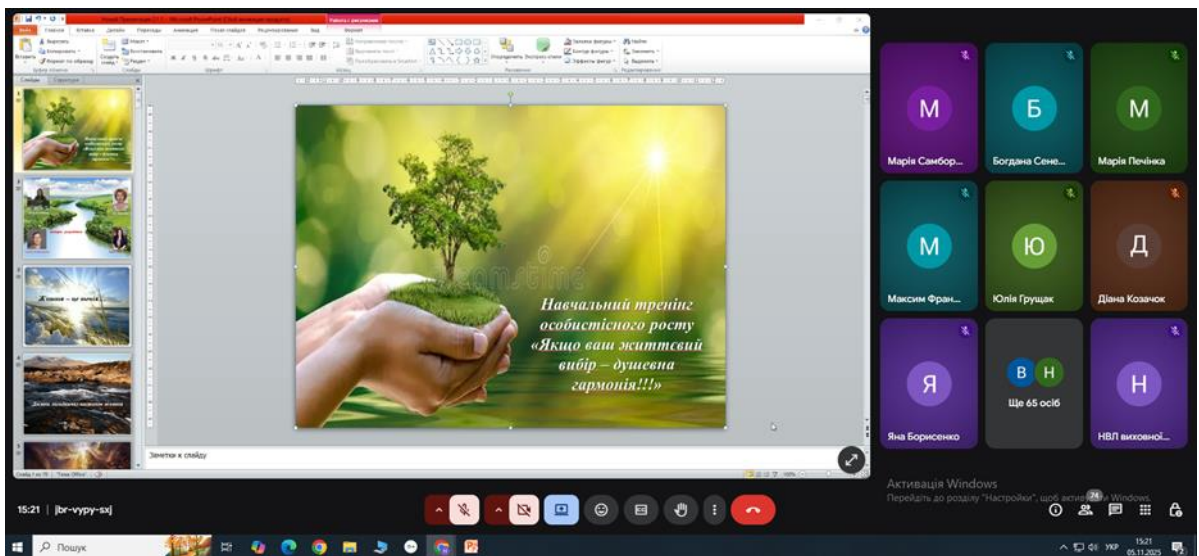
Цільова аудиторія(скріни)

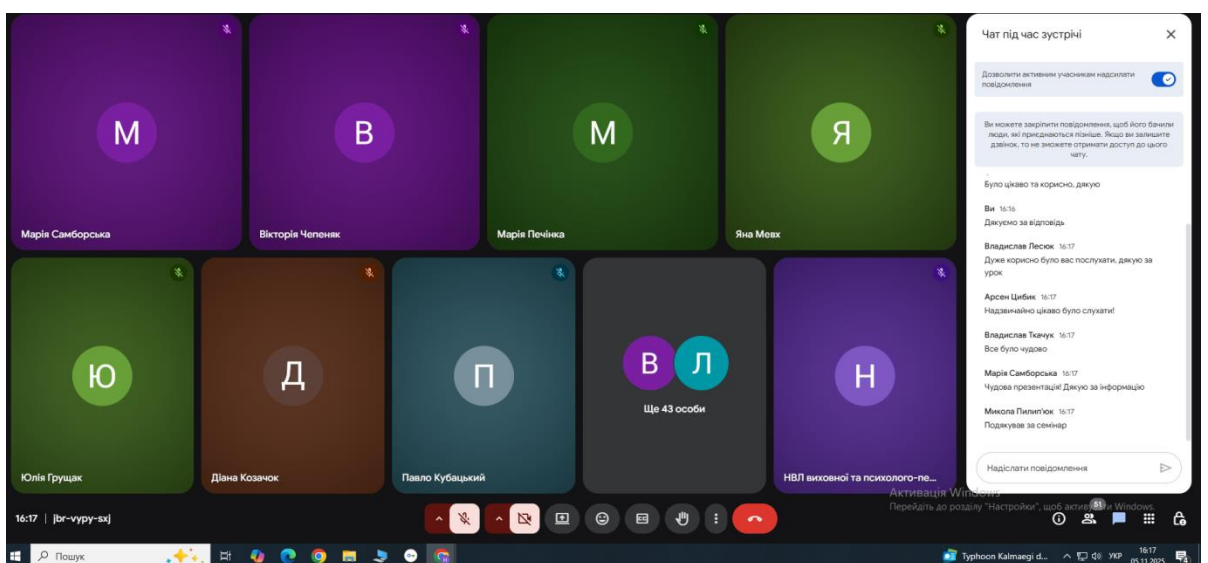
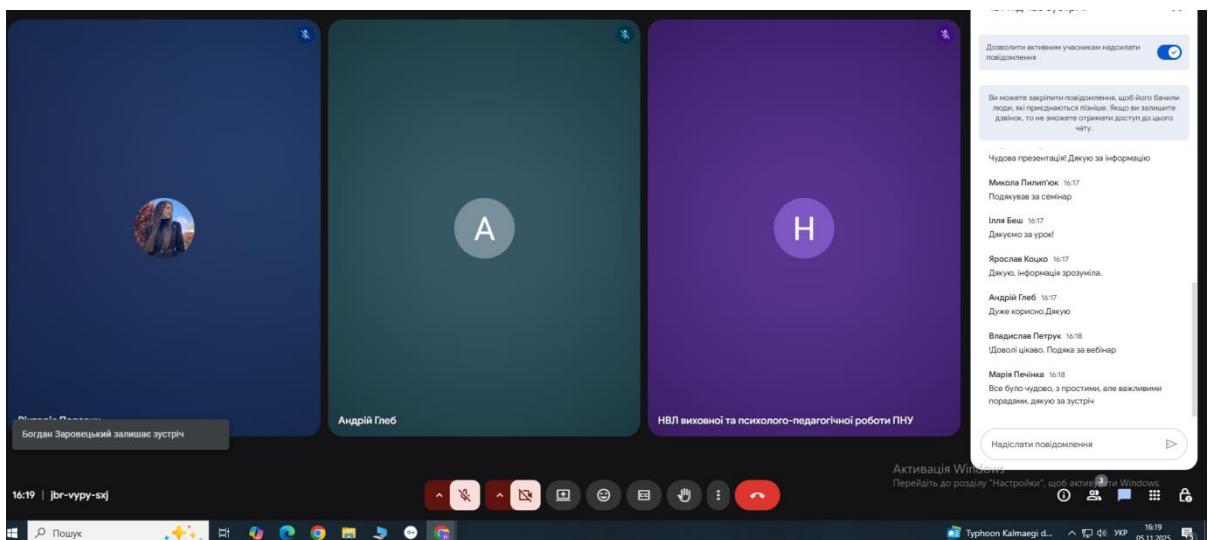
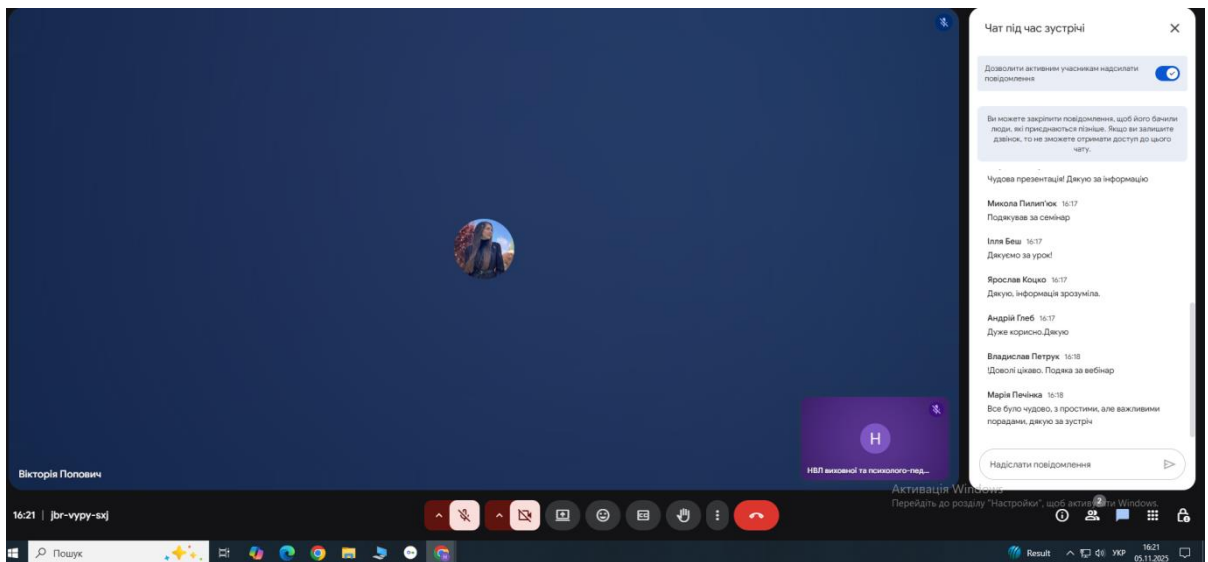
1. Фізико-технічний факультет



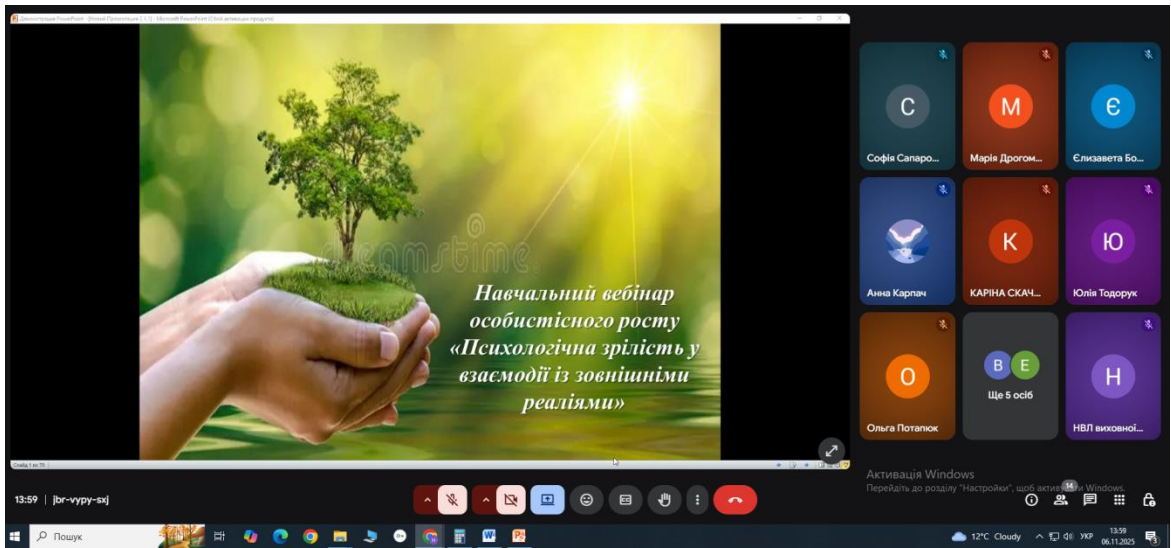
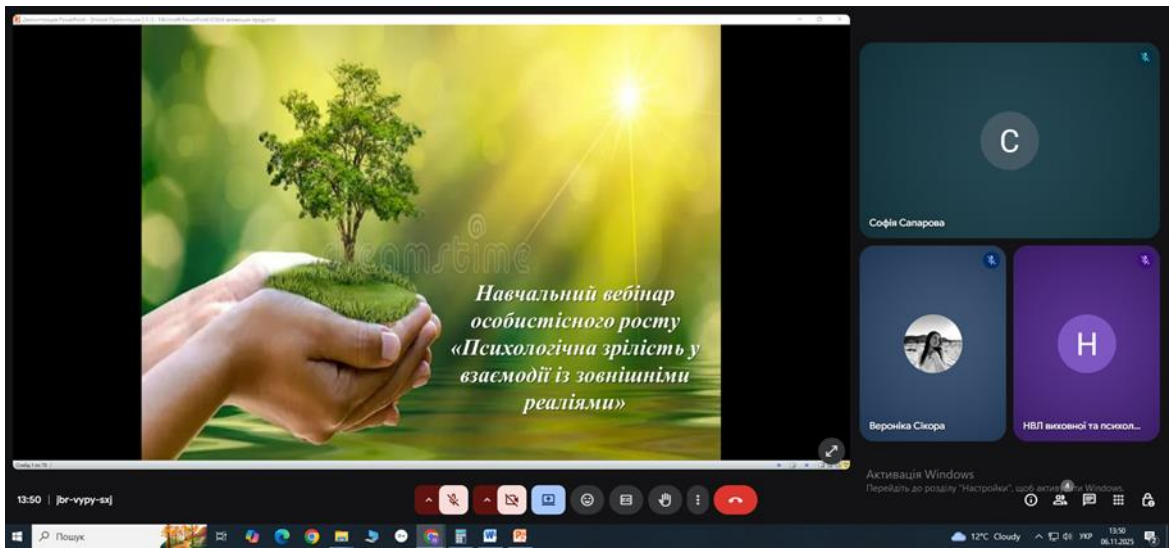


2. Факультет математики та інформатики

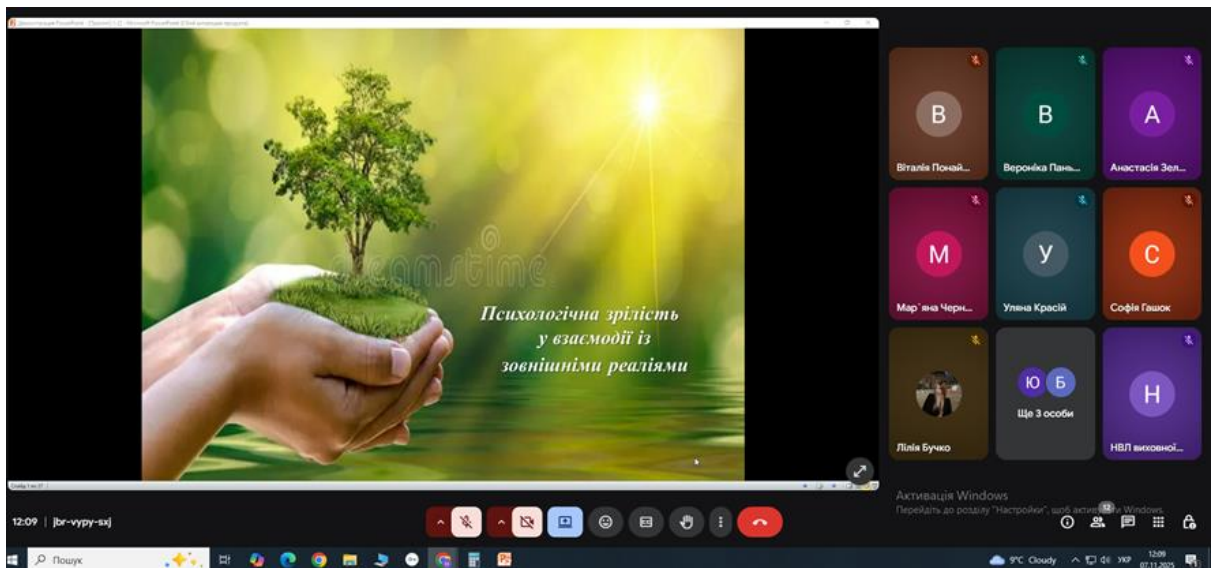


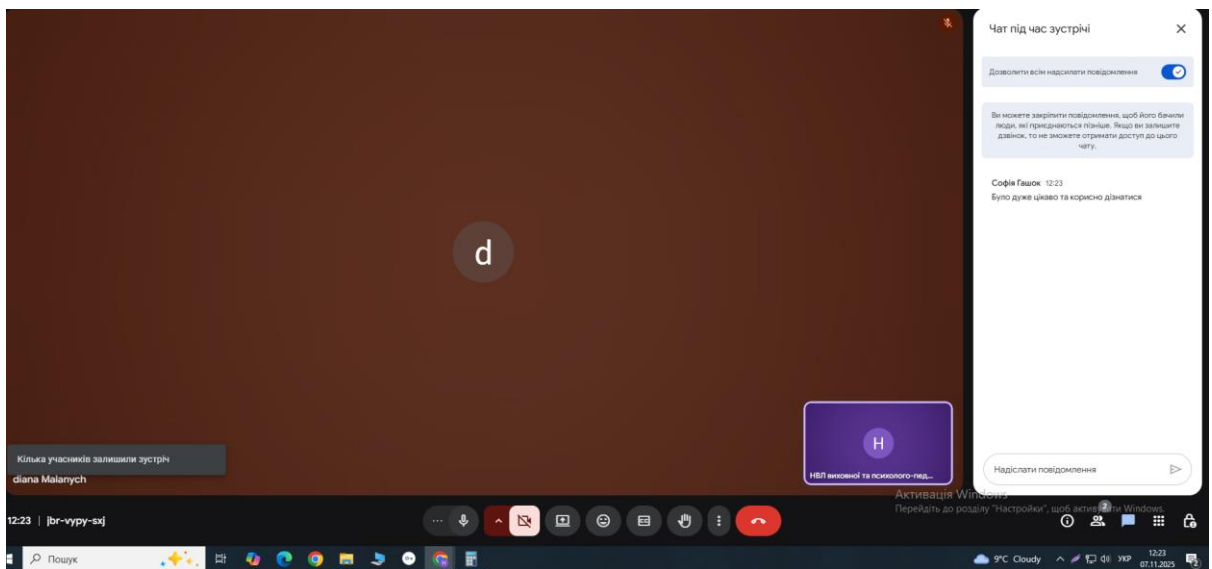
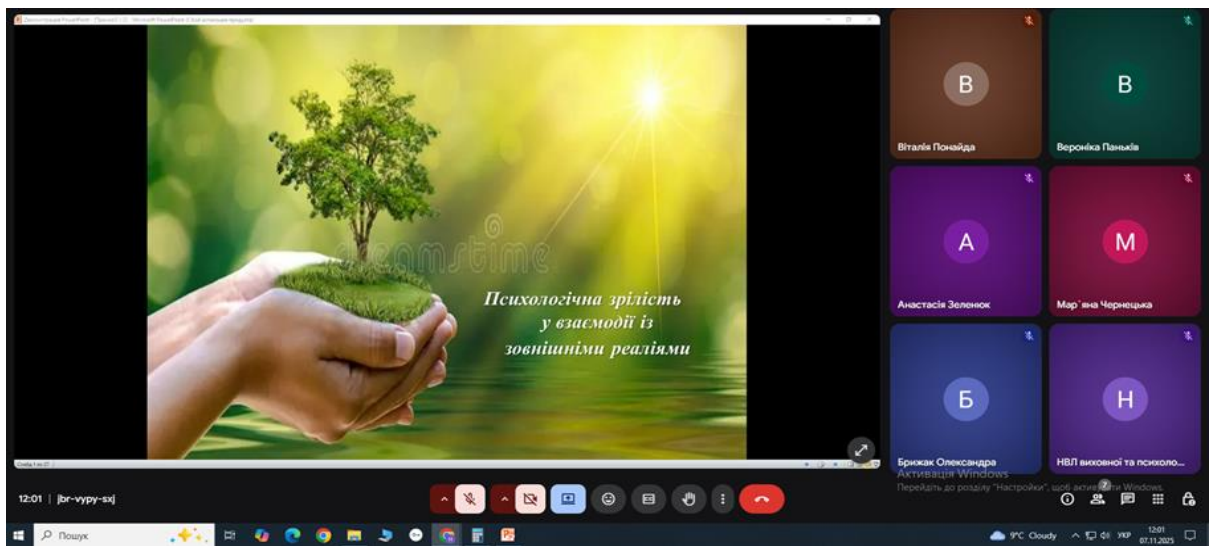


3. Факультет психології

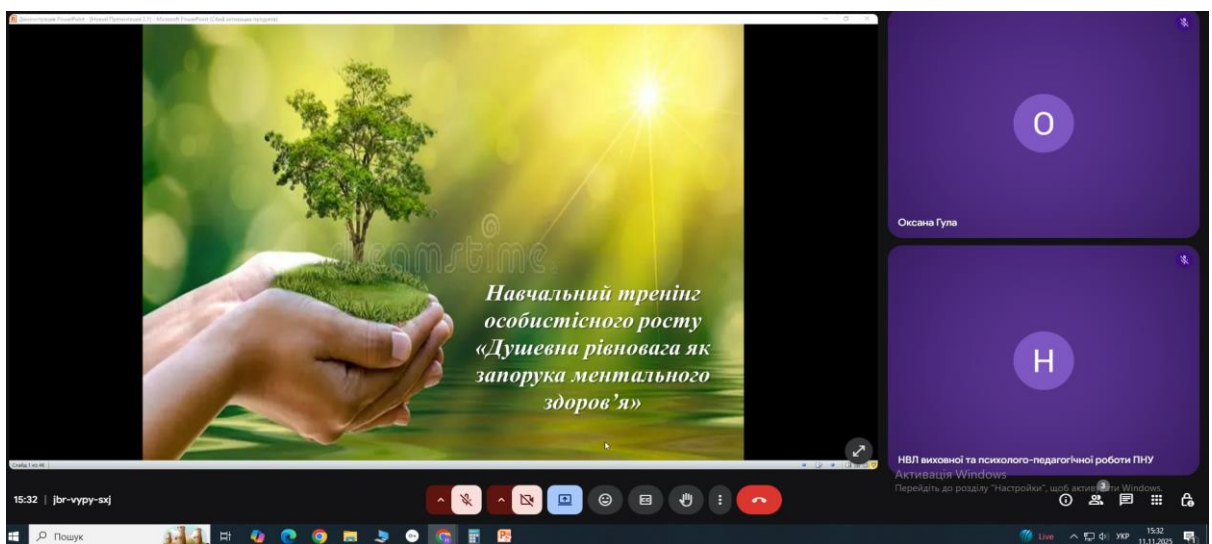


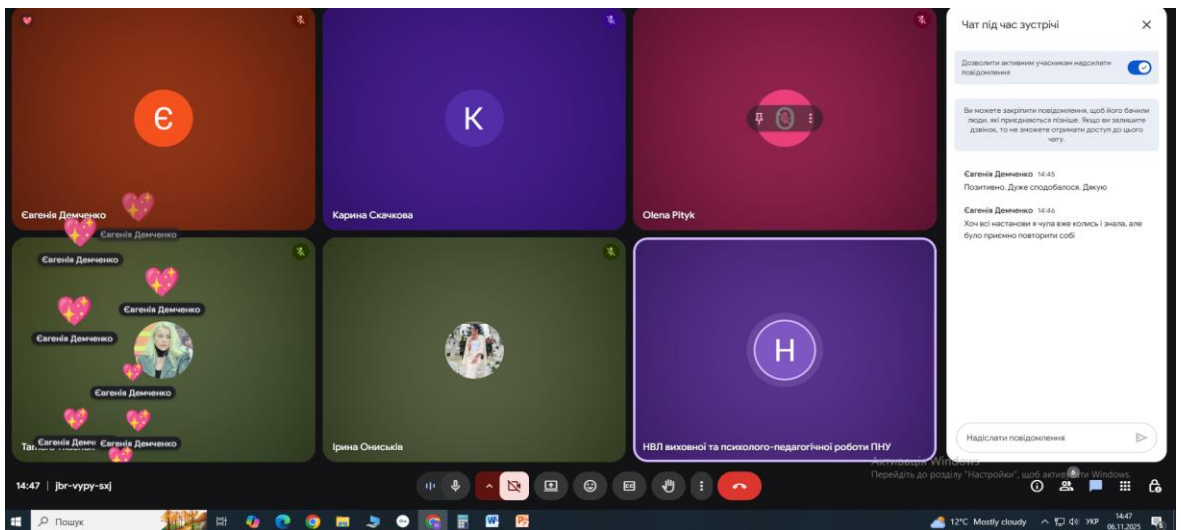
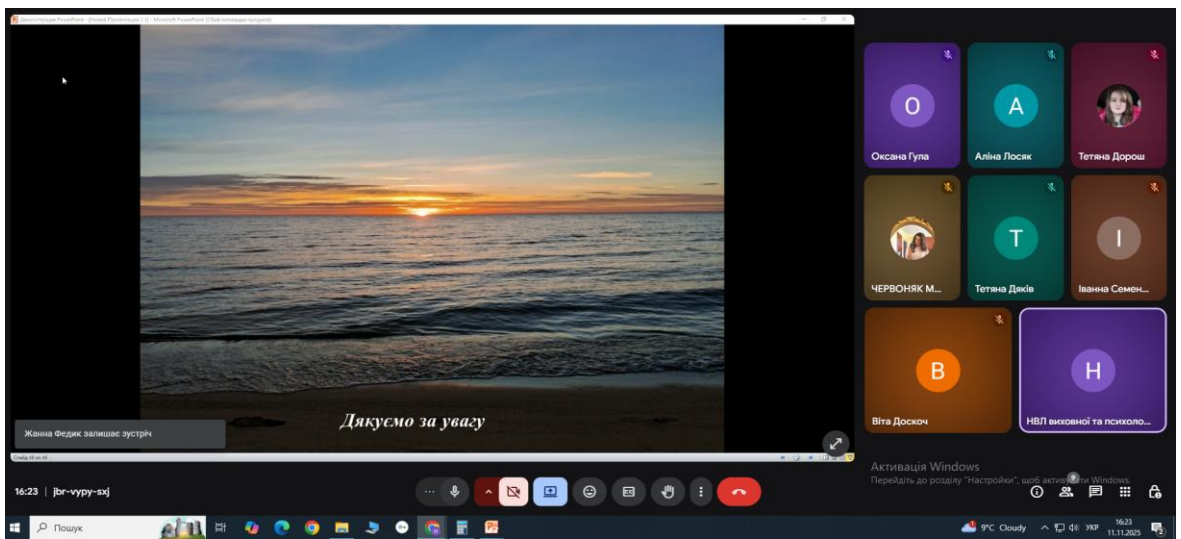
4. Навчально-науковий Інститут мистецтв



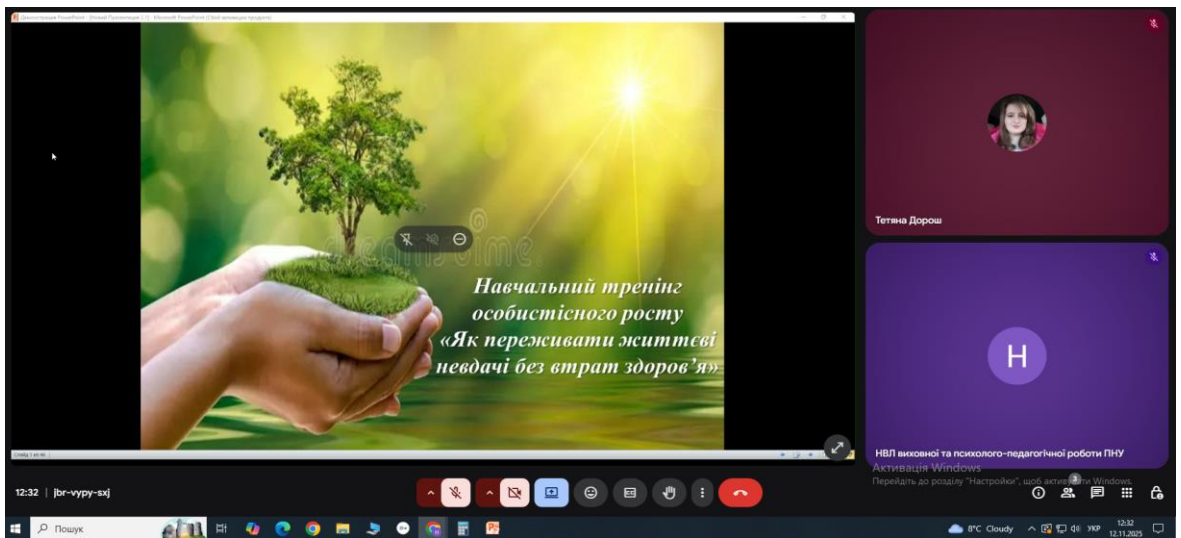


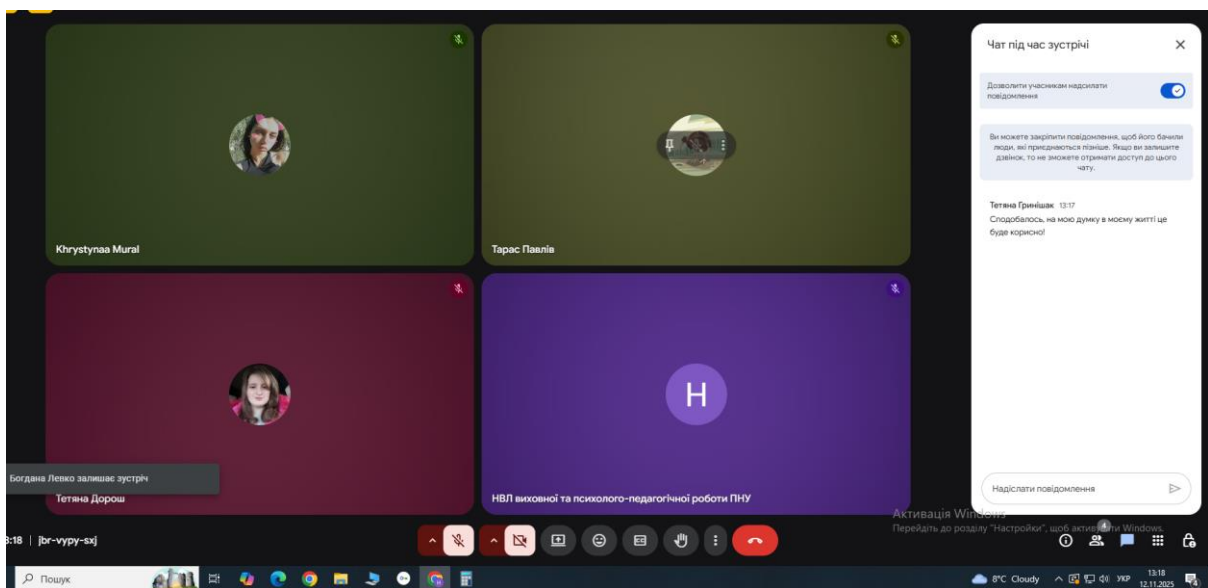
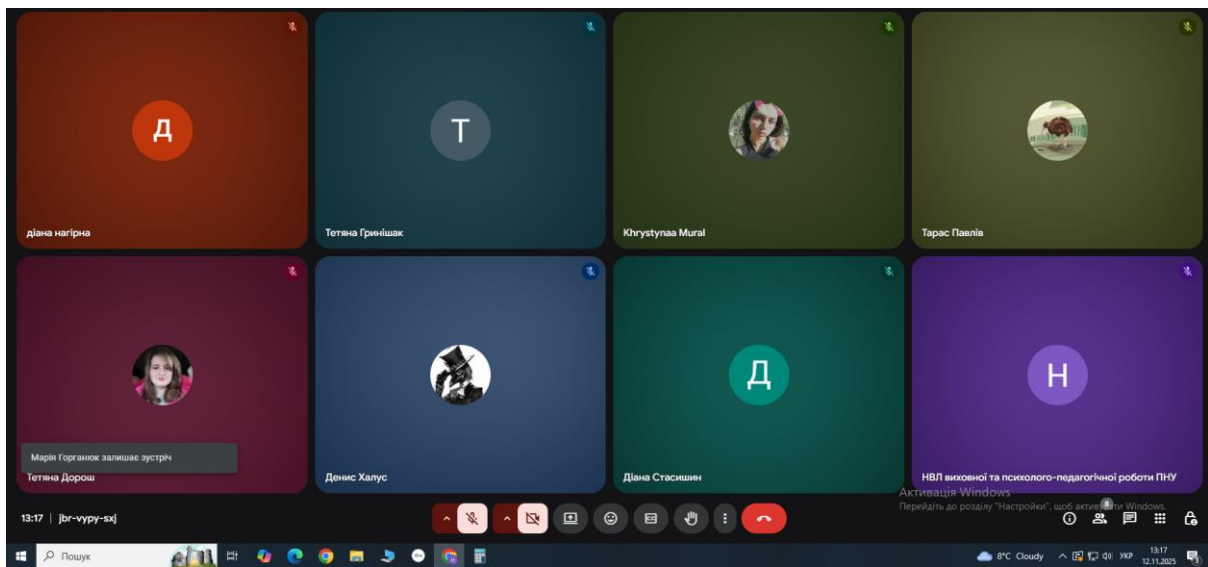
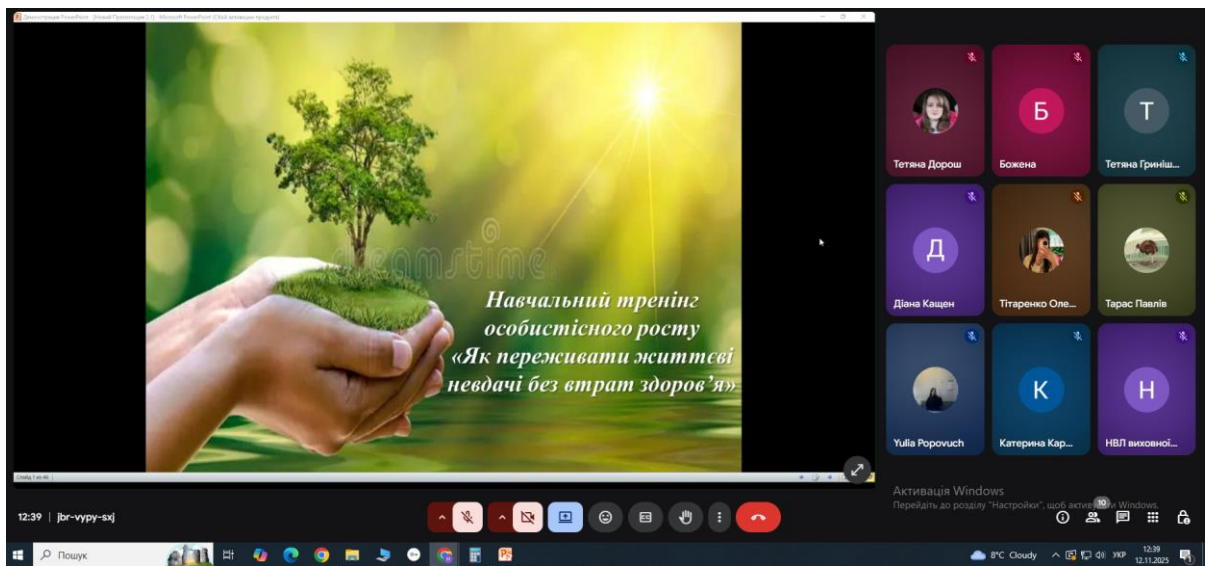
5. Педагогічний факультет



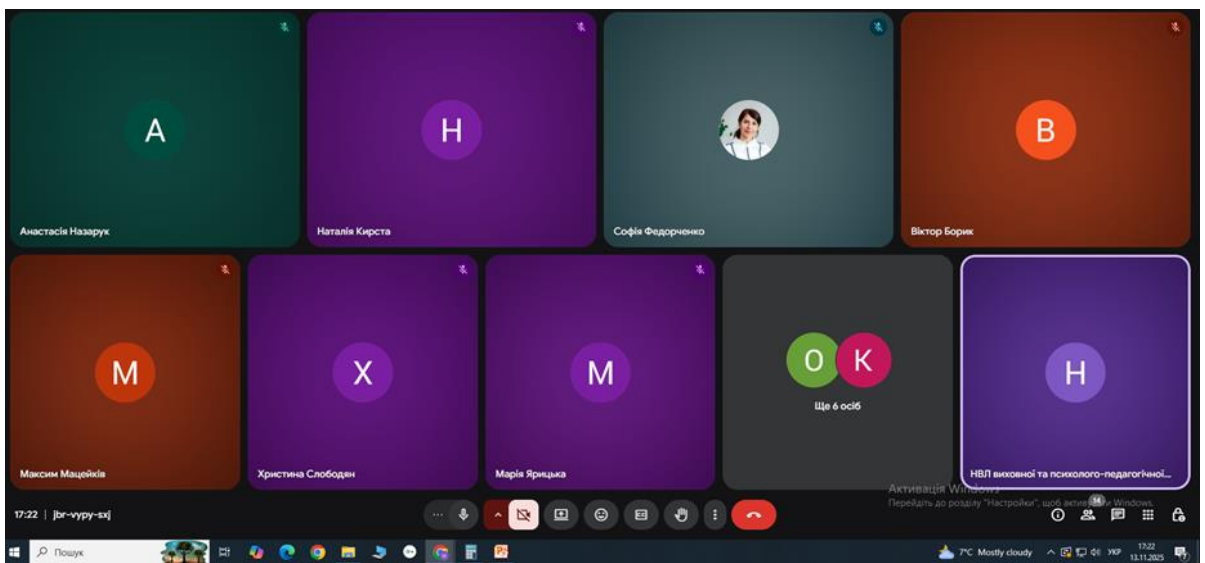
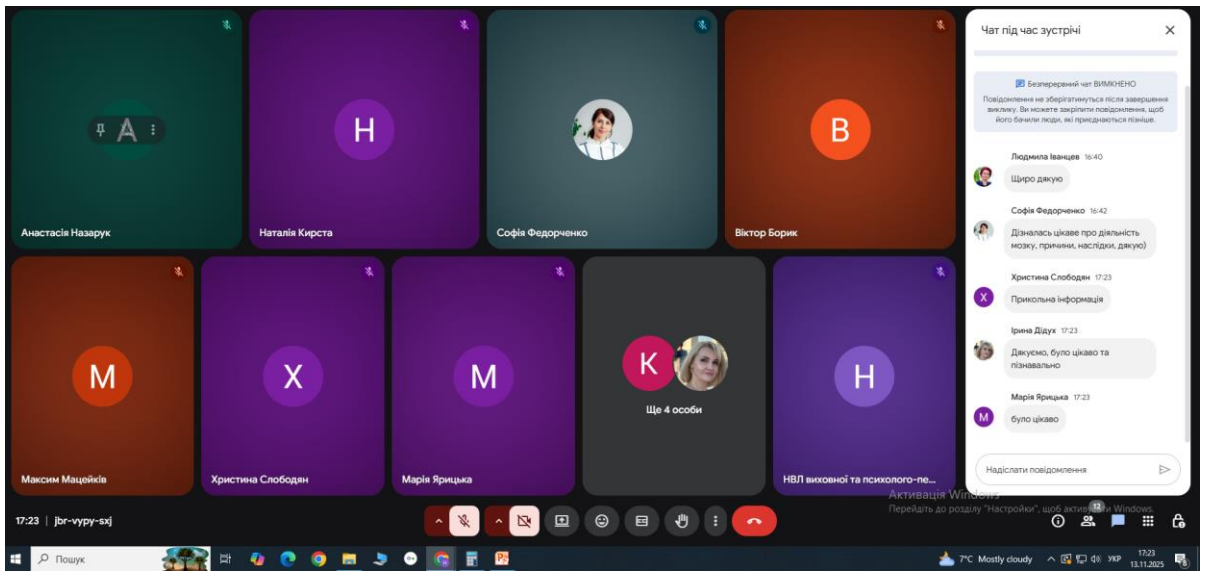
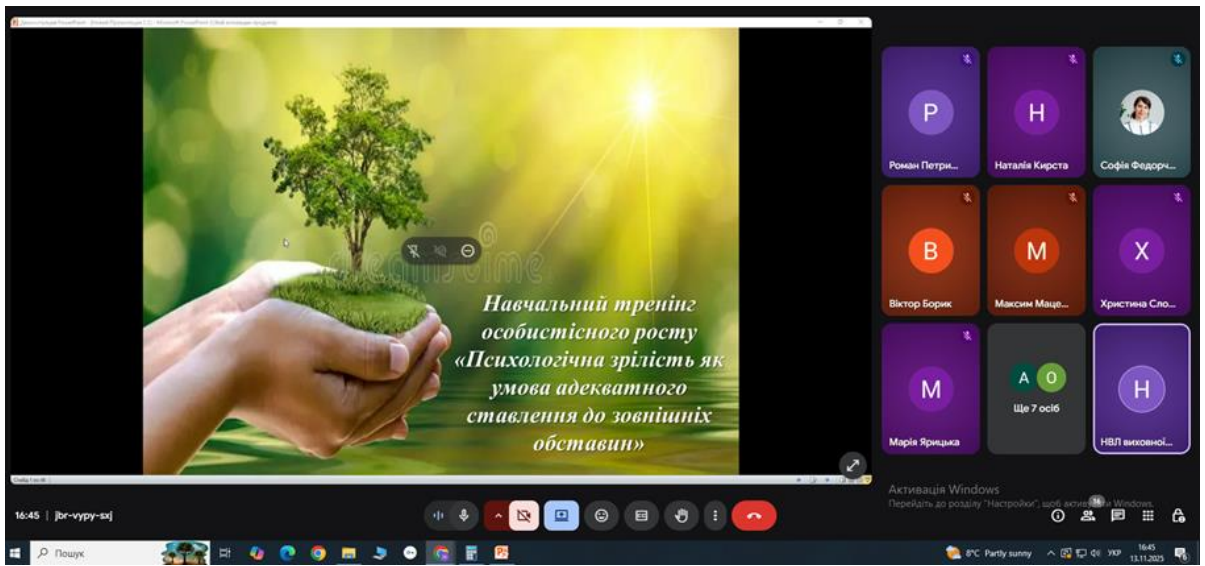


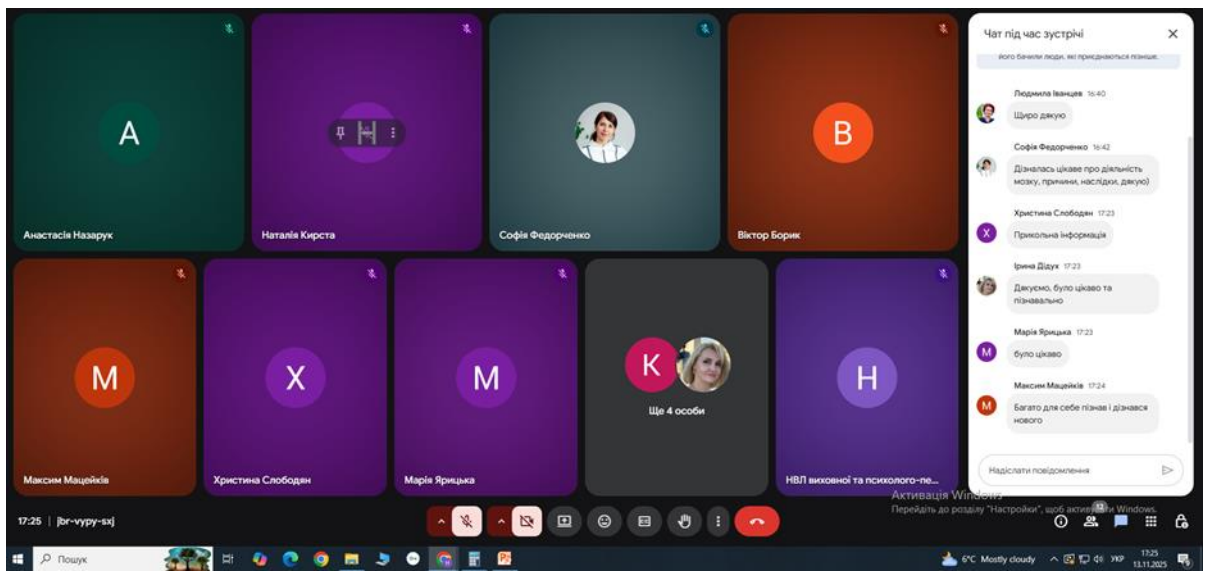
6. Факультет туризму



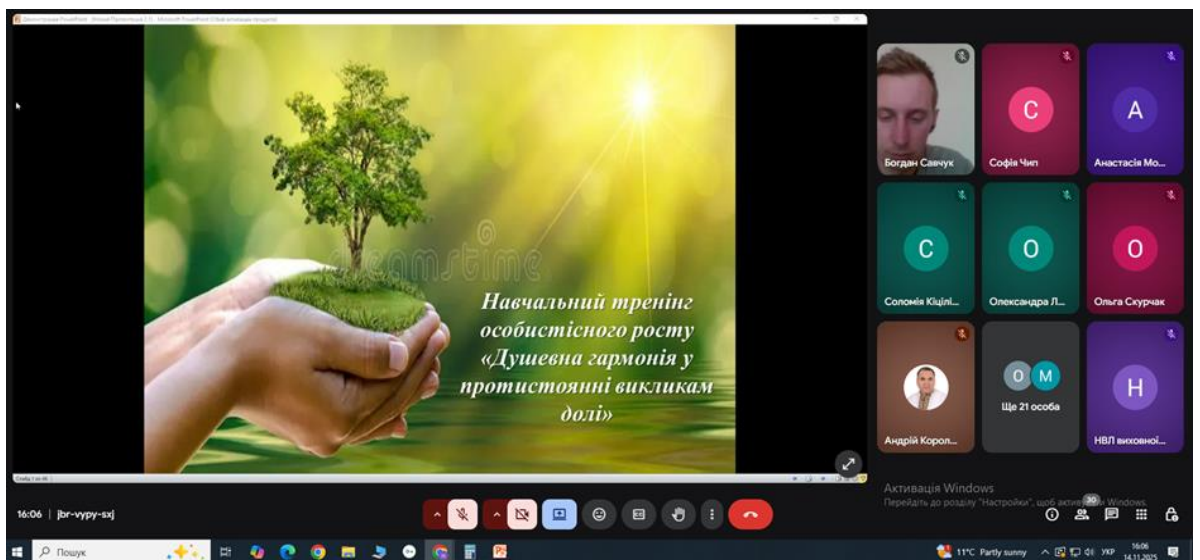
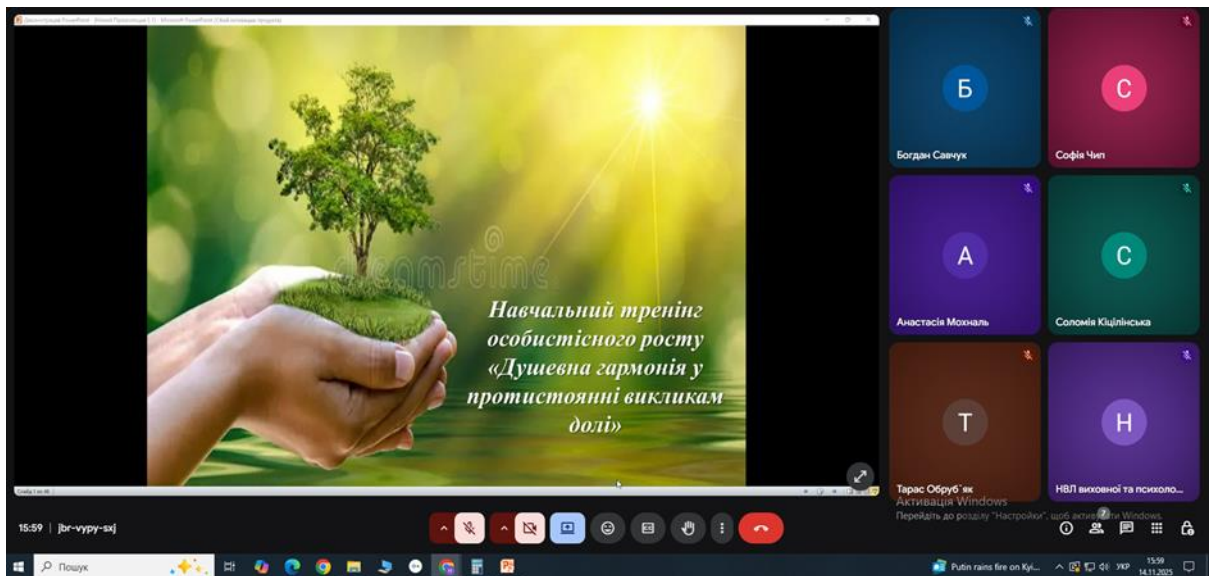


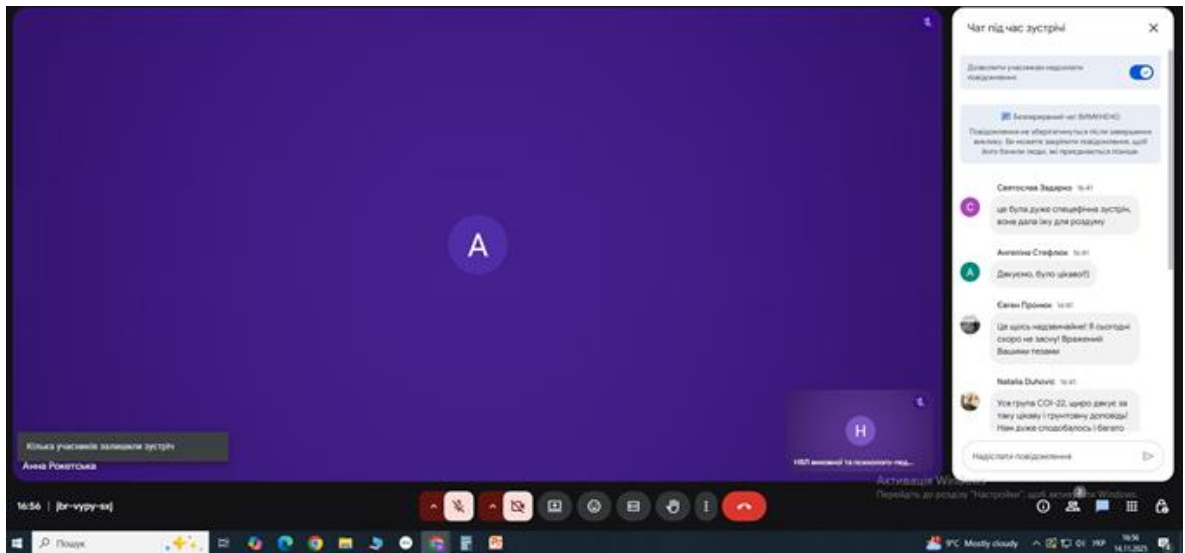
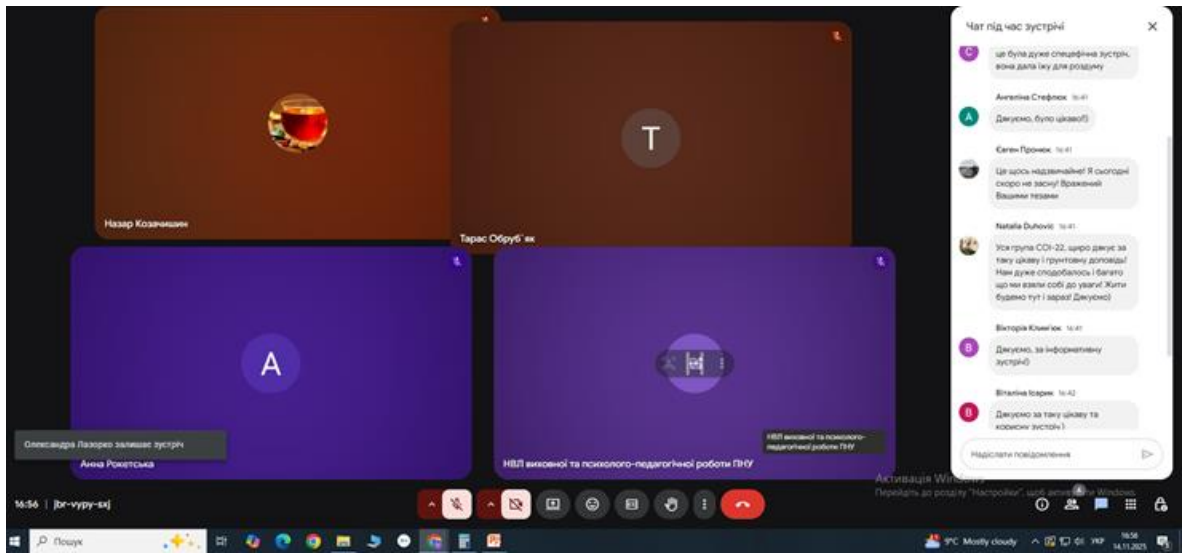
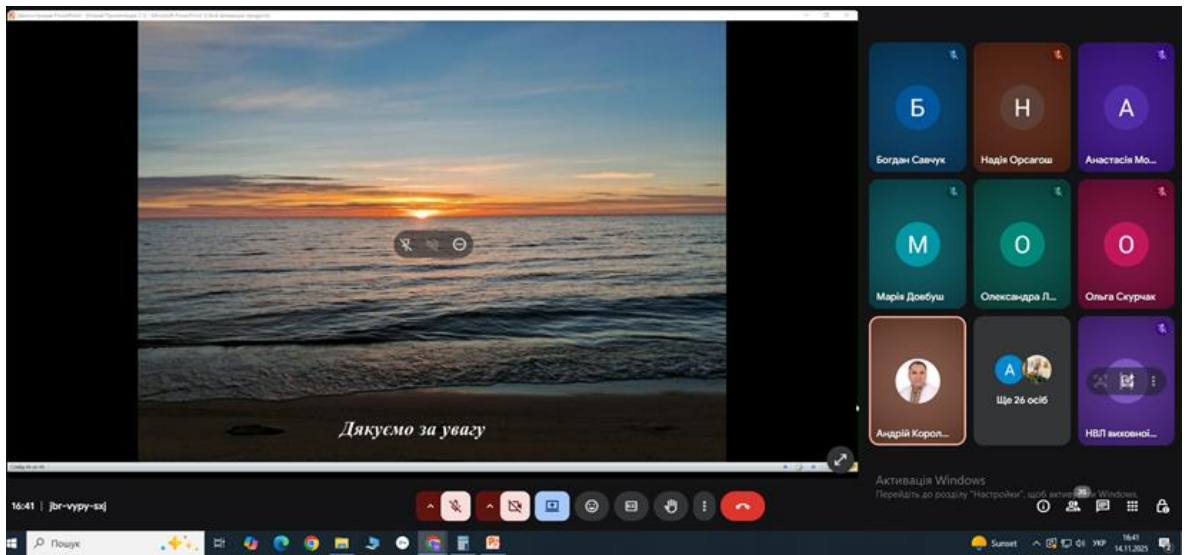
7. Факультет природничих наук

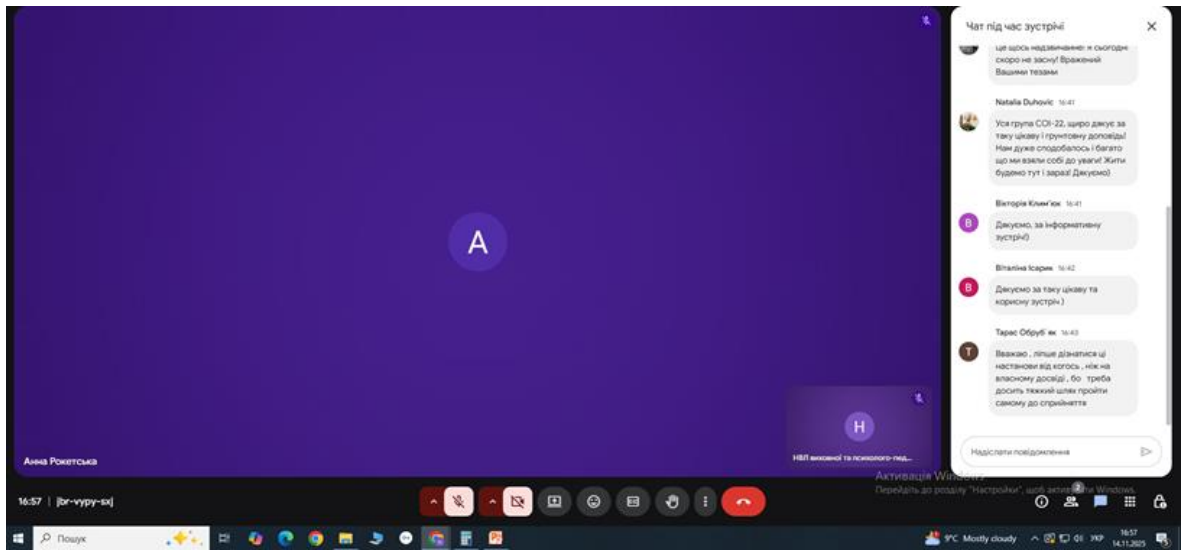




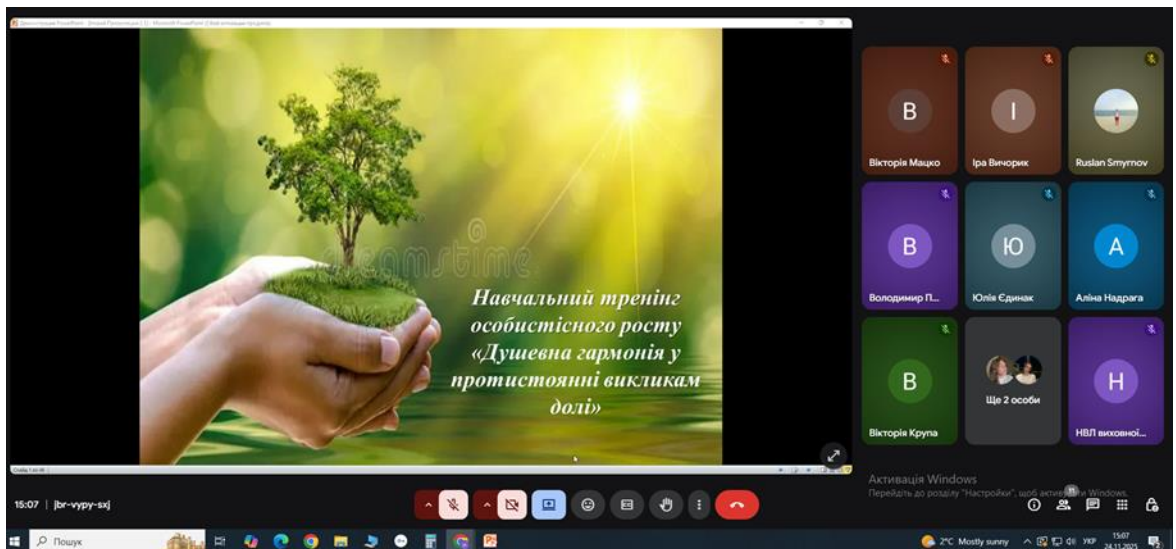
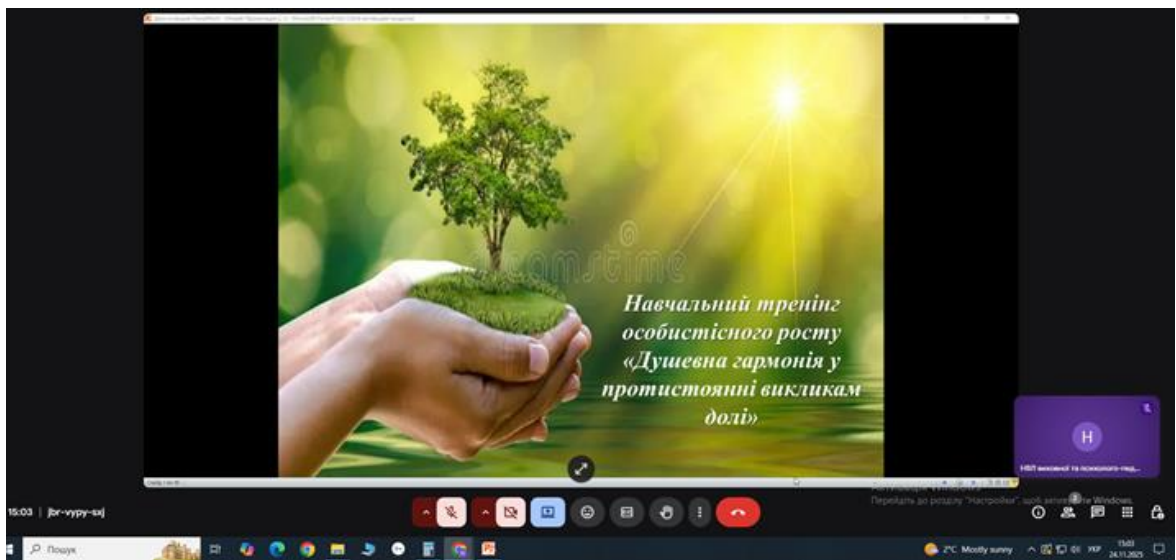
8. Факультет історії, політології та міжнародних відносин

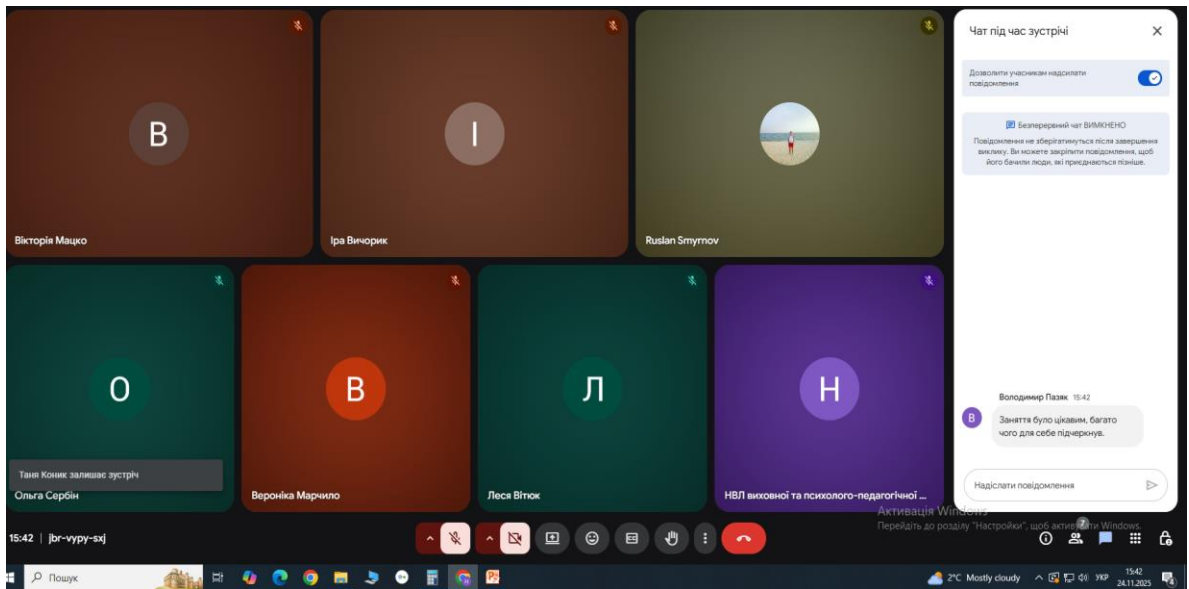
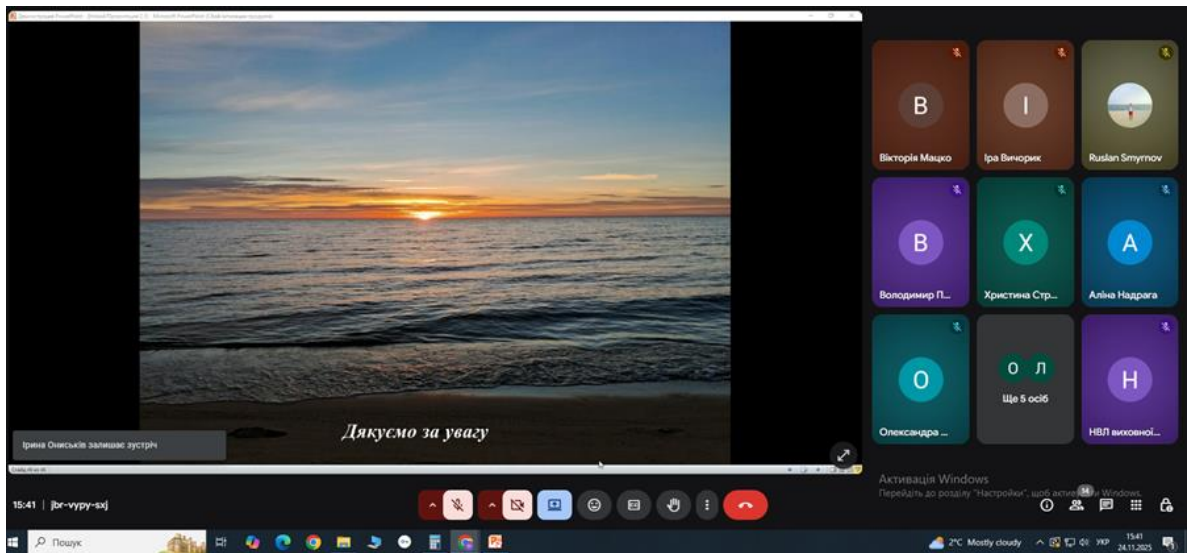




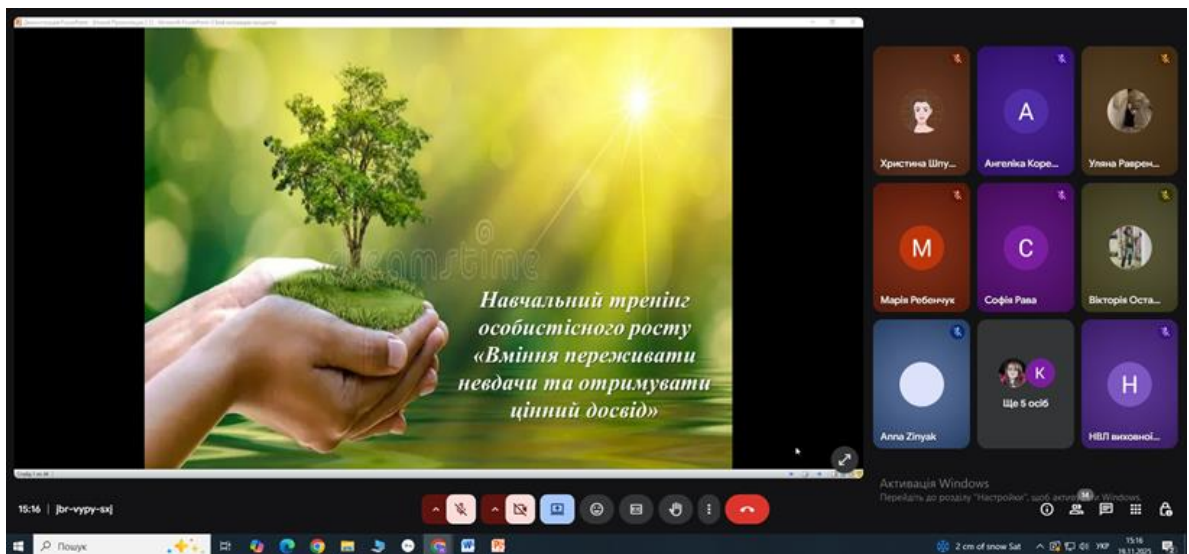


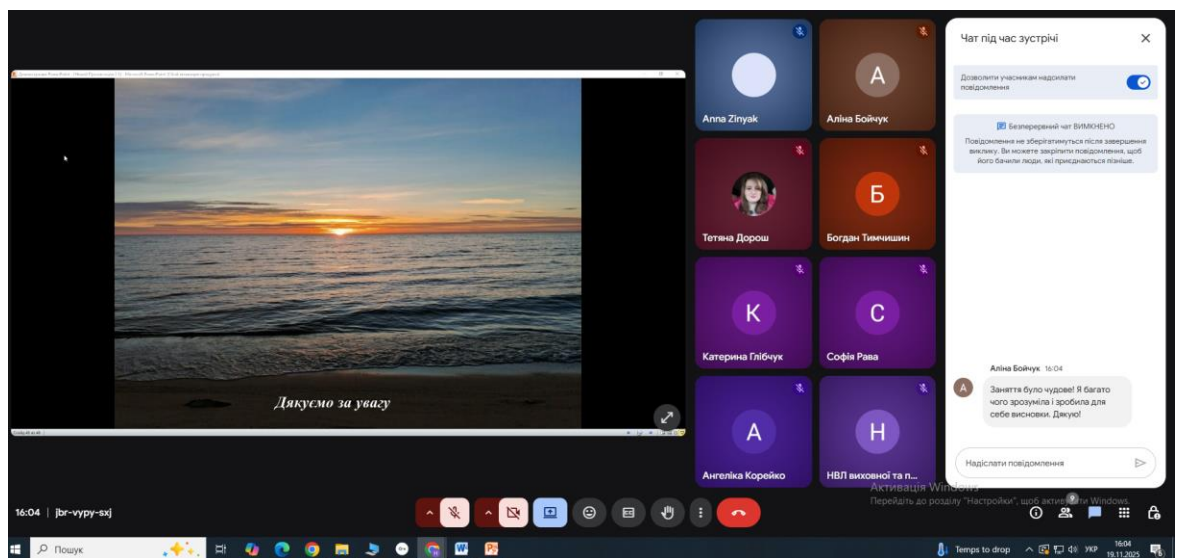
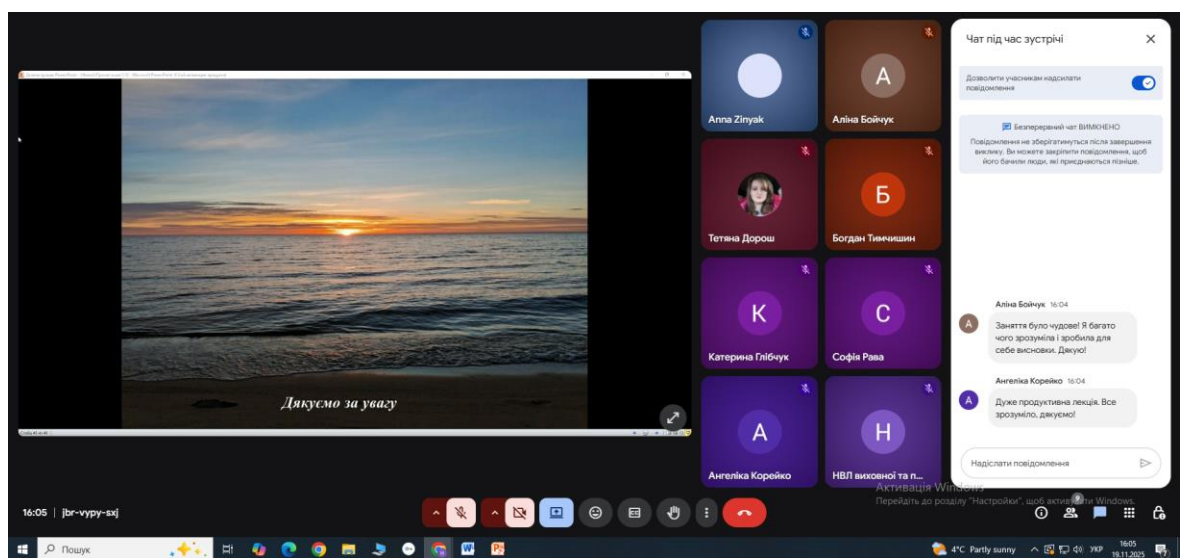
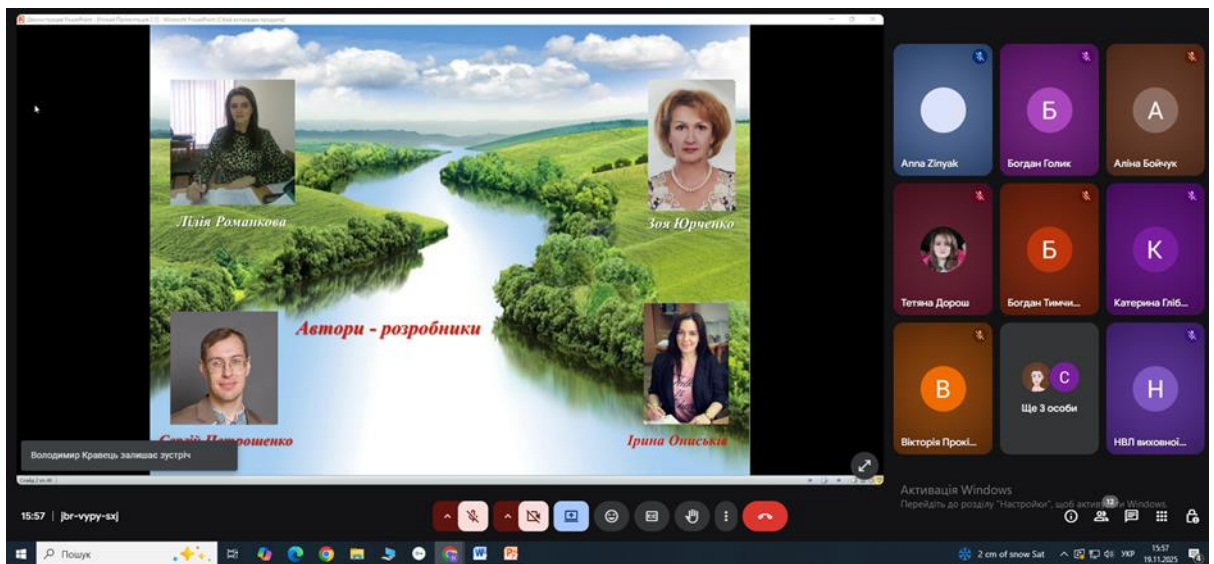
9. Факультет іноземних мов



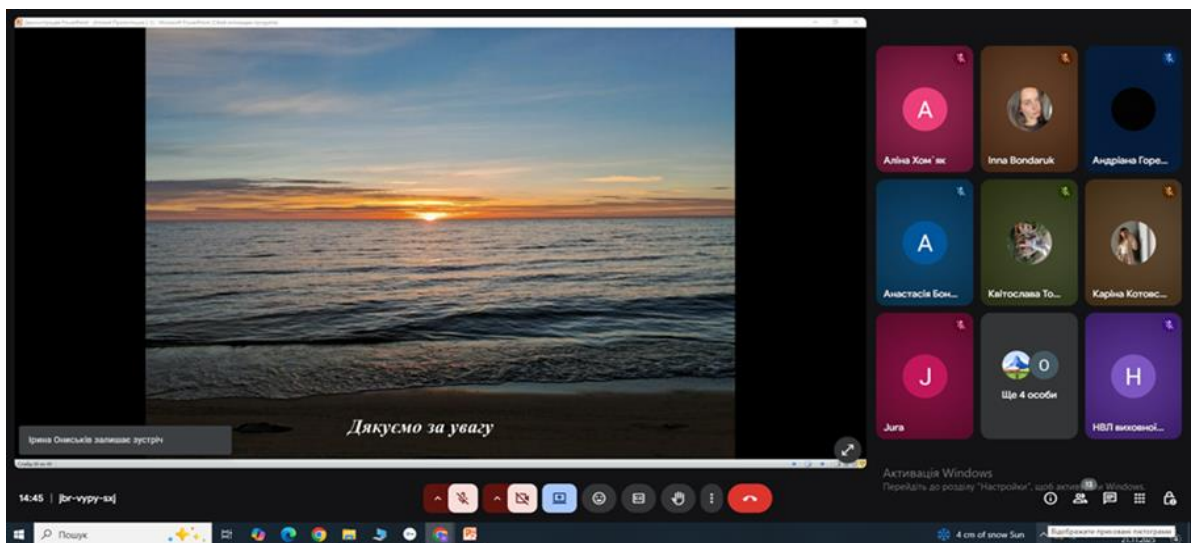
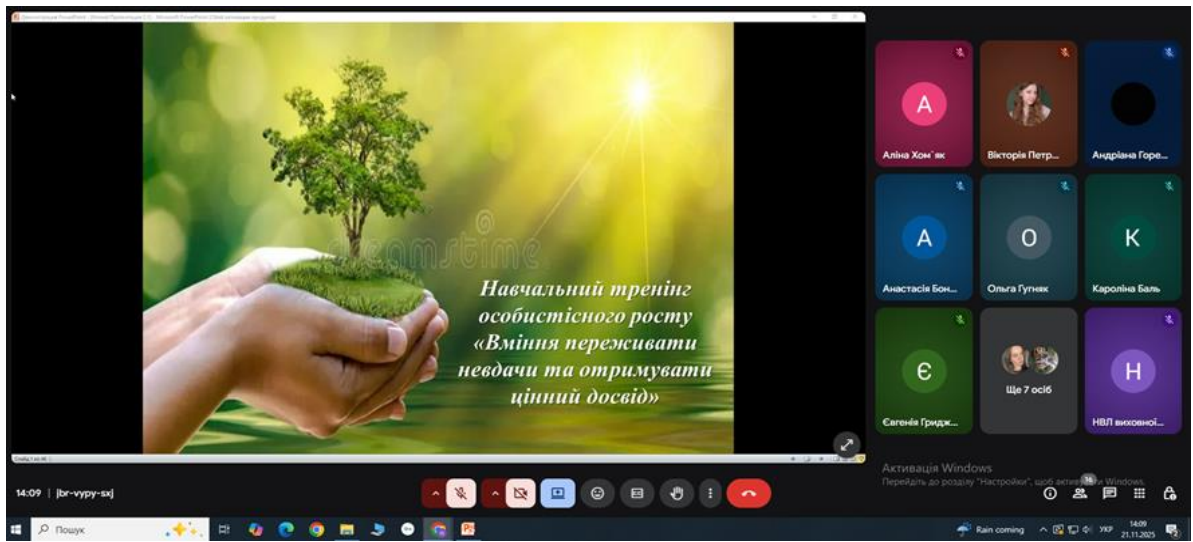


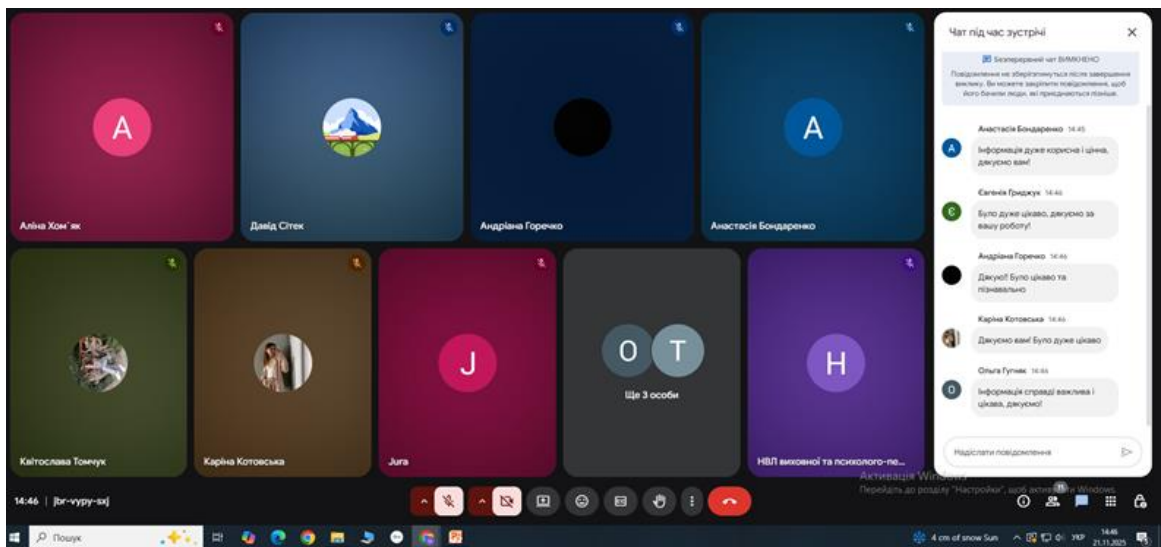
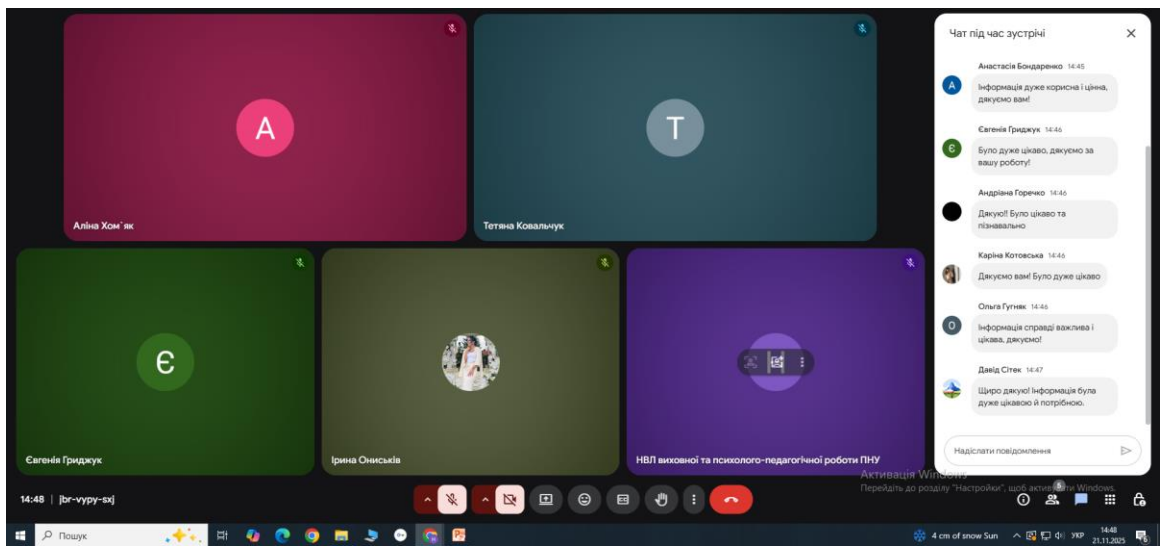
10. Навчально-науковий Юридичний інститут



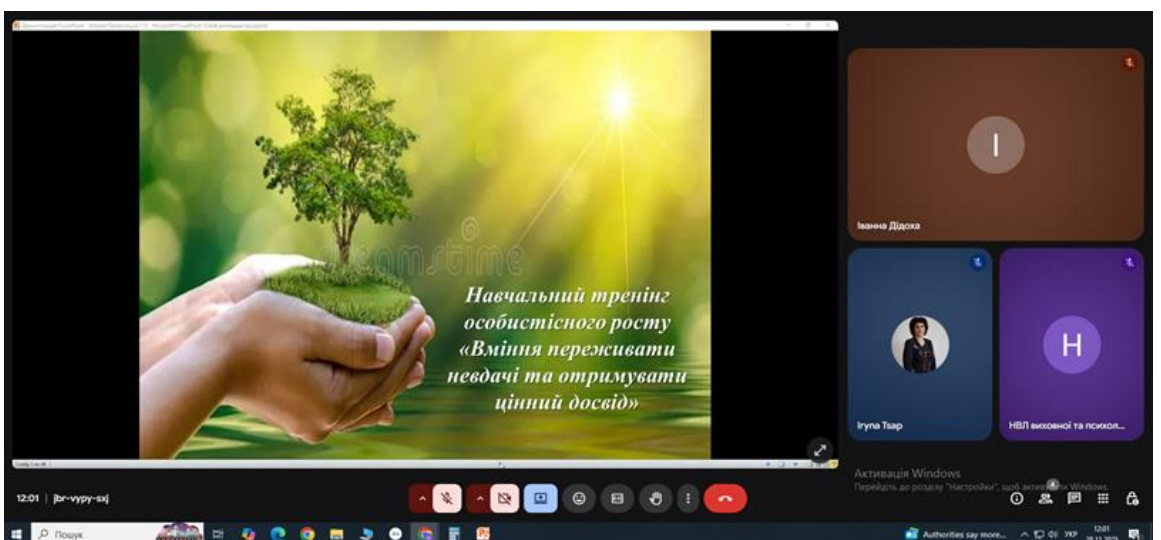


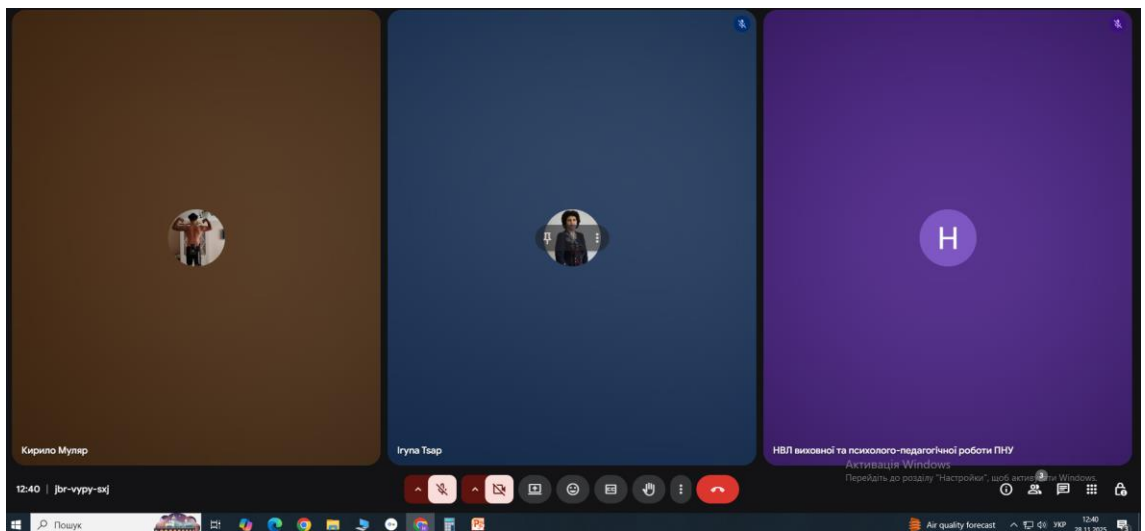
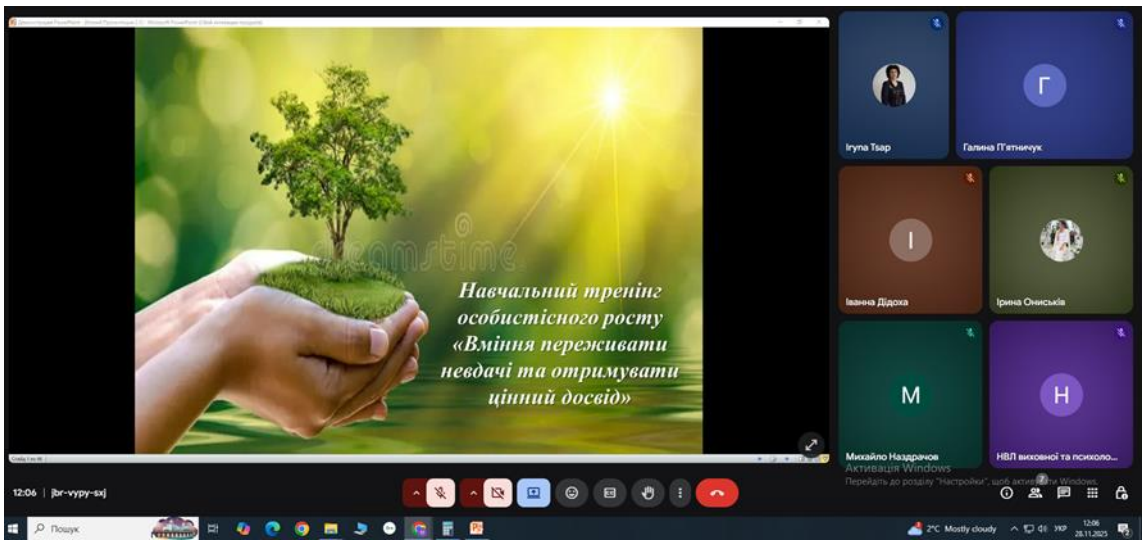
11. Економічний факультет



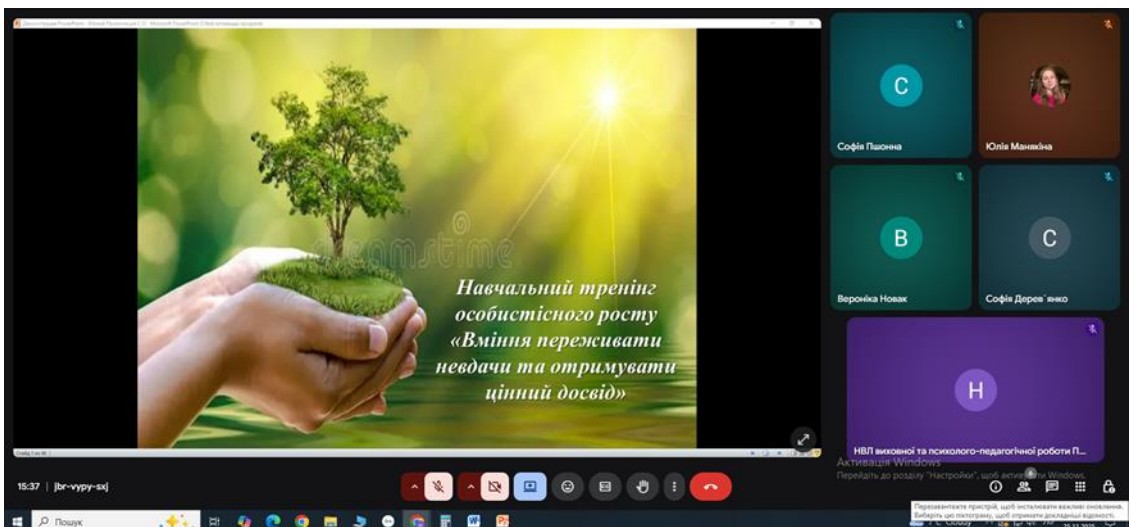


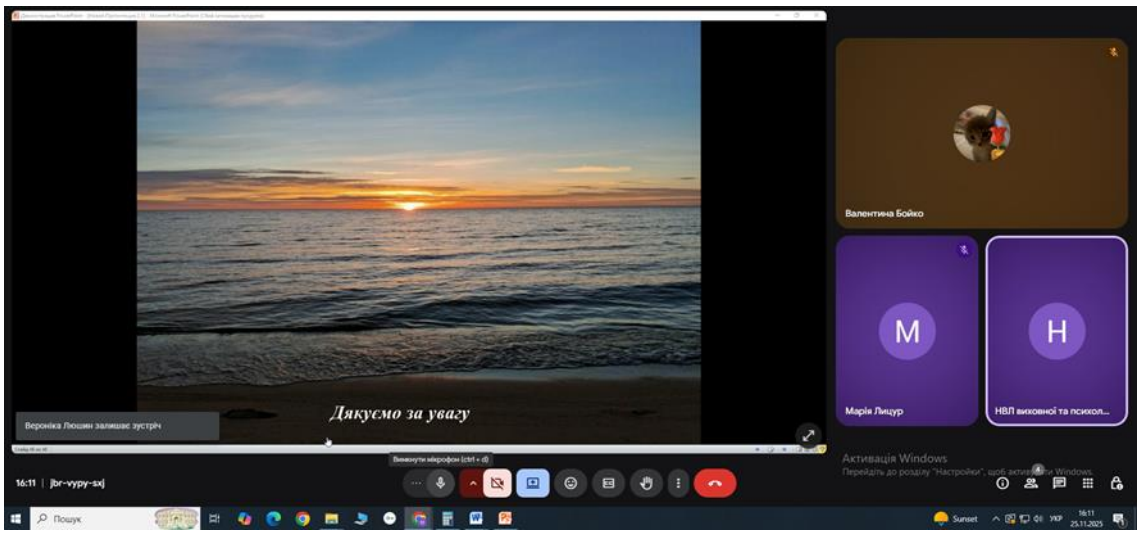
12. Факультет фізичного виховання та спорту



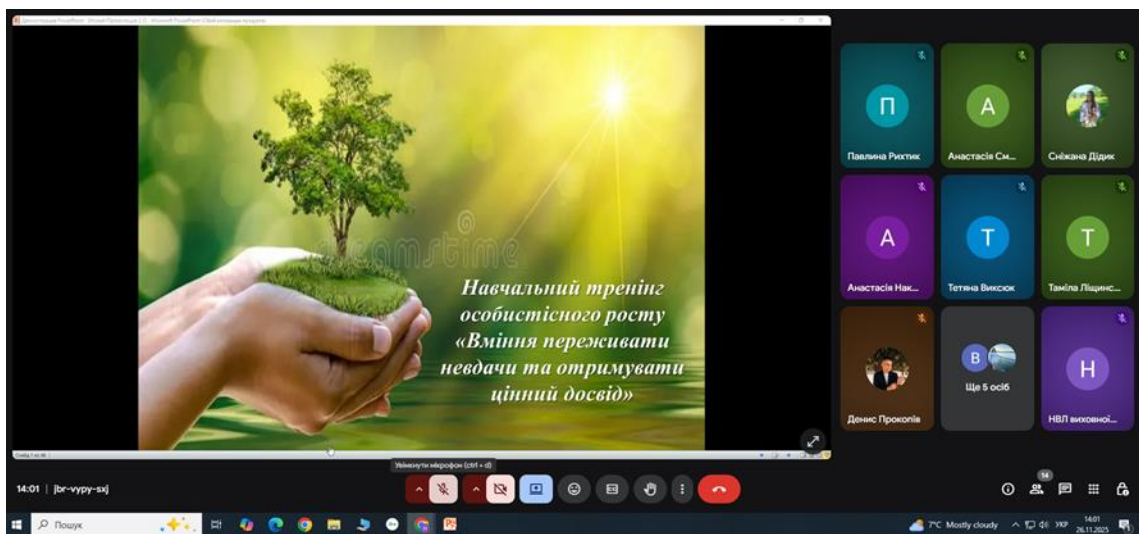
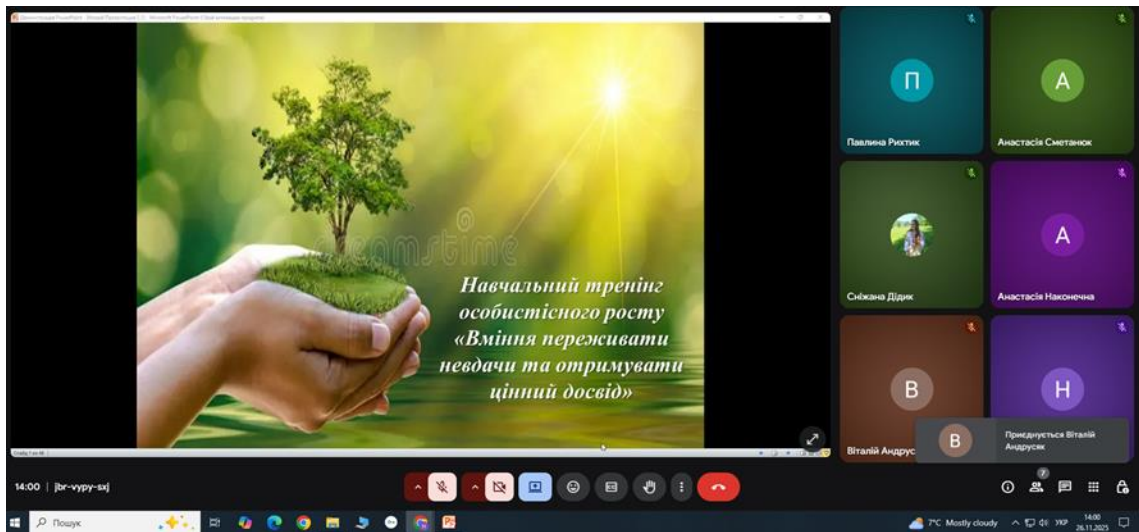


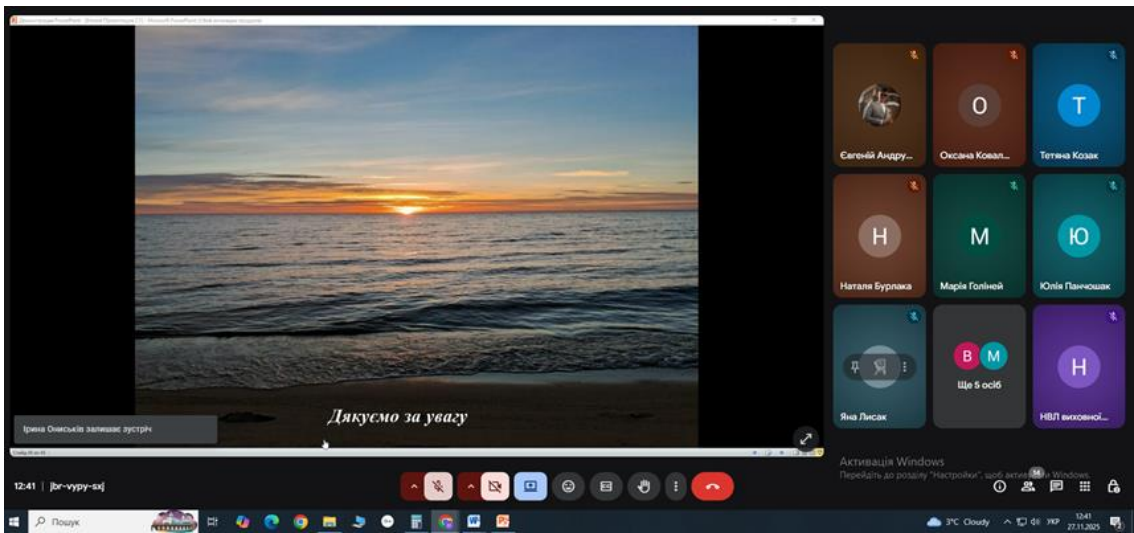
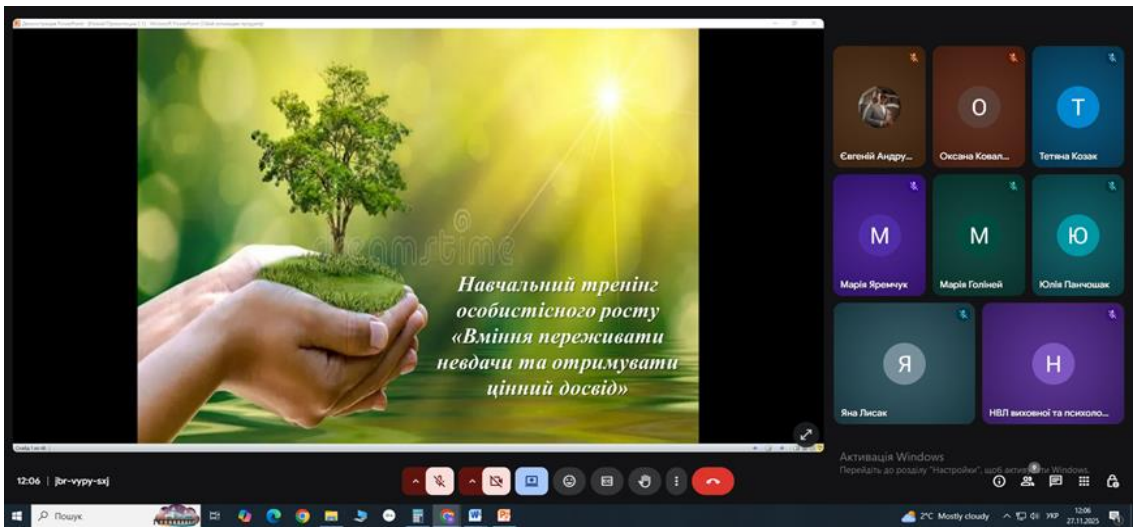
13. Факультет філології





14. Факультет управління





The image shows a Zoom meeting interface. At the top, there are three video thumbnails. The first is brown with a white circle containing the letter 'A' and the name 'Андрій Лещин' below it. The second is teal with a white circle containing the letter 'M' and the name 'Микола Угринчук' below it. The third is purple with a white circle containing the letter 'H' and the name 'НВП виконавчої та психолого-педагогічної роботи ПНУ' below it. On the right side, there is a chat window titled 'Чат під час зустрічі' with a close button 'X'. The chat contains several messages:

- В: Це дуже необхідні для розуміння речі
- Тетяна Козак 12:41: Було цікаво, щиро вдячні вам за інформацію!
- Світлана Андрусак 12:41: Щиро дякую за цінну інформацію, було цікаво!
- Марія Голівай 12:41: Дуже цікаво, дякуємо
- Владислав Цік 12:41: В базисному житті щоб отримувати задоволення та добиватися успіхів
- Дуже вдячний
- Юлія Паньшак 12:42: Дуже цікаво, дякуємо вам

At the bottom of the chat window is a text input field with the placeholder 'Надіслати повідомлення' and a send button. Below the chat window is a toolbar with icons for mute, video, chat, and other functions. At the very bottom, there is a Windows taskbar showing the time '12:43', the search bar, and system tray icons including weather ('2°C Cloudy') and date ('27.11.2025').