

ЗВІТ
про результати діяльності Науково-практичного Центру ментального
здоров'я
Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
за 2025-2026 навчальний рік

Упродовж звітнього періоду діяльність Науково-практичного Центру ментального здоров'я була зосереджена на психоосвіті, професійній підготовці майбутніх і практикуючих психологів, міжнародній та міжсекторальній співпраці, розвитку безбар'єрних форматів психологічної просвіти та популяризації сучасних наукових та практичних підходів до підтримки ментального здоров'я. У звітному періоді Центр організував, співорганізував або забезпечив проведення не менш як 23 заходів і практичних активностей. Серед них: 1 міжнародний п'ятиденний тренінговий інтенсив, 5 тілесно-орієнтованих майстер-класів, щонайменше 9 тренінгів, лекцій і фахових зустрічей, 2 міжнародні або національні професійні форуми/події, інклюзивний соціальний захід, науково-комунікаційний проєкт для молодих дослідників, ювілейний захід та участь у профорієнтаційній роботі університету.

12 липня 2025 року на базі Центру відбувся практичний модуль «Основи підприємництва» для внутрішньо переміщених осіб у межах міжнародного проєкту «ТУРБО» та програми «Бізнес та технології: Новий старт». 21-25 липня 2025 року Центр став майданчиком п'ятиденного тренінгу «Екстрена психологія: швидка допомога в кризових ситуаціях» за участю румунсько-іспанської психологині Мелінди Єндрефі. Навчання охопило етичні засади екстреної психології, розпізнавання кризових реакцій, емпатичне слухання, комунікацію з уразливими групами, першу психологічну допомогу та профілактику професійного вигорання. Учасники відпрацьовували навички у змодельованих кризових ситуаціях.

14 серпня 2025 року в межах проєкту «Психологічна просвіта» проведено тренінг-терапію «Молодіжні Я-концепції» у партнерстві з Молодіжною радою при Одеському міському голові, Департаментом внутрішньої політики Одеської міської ради та ГО «Психологічний простір ЦДК». 11 вересня відбувся тренінг «Психологія булінгу або як будувати безпечний простір», а 18 вересня – тренінг «Стресостійкість як основа ментального здоров'я особистості». Зміст заходів був спрямований на розпізнавання проявів насильства, розвиток безпечної комунікації, саморегуляції та внутрішньої опори.

9 жовтня відбулася гостьова зустріч із докторкою психологічних наук, професоркою Ольгою Литвиненко, присвячена професійній опорі психолога та практичному застосуванню позитивної психотерапії. 16 жовтня проведено відкриту зустріч з адиктологом Андрієм Захаровим «Що таке залежність? Погляд адиктолога», а 17 жовтня - тренінг «Супровід людини в суїцидальній кризі. Превенція суїцидів у громадах».

18-19 вересня 2025 року Центр долучився до «Bionic Forum: Ukraine's Rehabilitation & Reforms». Директор Центру Андрій Бортон модерував сателітний симпозіум «Психологічна реабілітація», а представники університету презентували український досвід психореабілітації. Центр також долучився до заходу «Коли можеш розправити крила» у межах взаємодії з регіональною координацією Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?».

10 жовтня 2025 року було відзначено першу річницю діяльності Центру та Всесвітній день ментального здоров'я за участю керівництва університету, спікерів, партнерів і студентської спільноти. 15 листопада Центр взяв участь у Дні відкритих дверей Університету Ушинського, презентуючи можливості психологічної освіти та діяльність Центру майбутнім вступникам.

У період з 25 листопада до 4 грудня 2025 року на базі Центру реалізовано міні-курс «Моє тіло - мій друг», який включав 5 майстер-класів: «Тіло говорить», «Танець як підтримка себе», «Моє тіло, моя опора», «П'ять ритмів» та «Пошук

креативності через тіло». Програма поєднала рухові, танцювальні, творчі та рефлексивні практики, спрямовані на тілесну усвідомленість і відновлення психологічного ресурсу.

25 березня 2026 року проведено зустріч із психіатрицею Юлією Овечкіною про межі психології і психіатрії та роботу зі складними випадками. 26 березня відбулася гостьова зустріч із Тетяною Смольяніною, регіональною координаторкою МНПSS/GBV БФ «Право на захист», на тему роботи психолога мобільних команд у гуманітарному секторі. 1 квітня проведено офлайн-захід у форматі «живої книги» з професійним розбором реального клінічного випадку.

20 травня 2026 року до Дня науки започатковано проєкт «ДУШНІ» - інтелектуальну спільноту молодих науковців, аспірантів і студентів, орієнтовану на презентацію авторських досліджень та відкриту наукову дискусію.

23 травня реалізовано соціальний проєкт «Мова підтримки. Ментальне здоров'я без бар'єрів» для людей із порушеннями слуху та мовлення у співпраці з ГО «Психологічний простір ЦДК» та ГО «SURDO школа». Зустріч проводилася з перекладом жестовою мовою та була присвячена самооцінці, емоційній підтримці, стосункам і подоланню самознецінення.

23 червня 2026 року проведено тренінг «Психологія булінгу або як будувати безпечний простір», орієнтований на студентів, викладачів і дорослих учасників освітнього середовища. Захід завершив цикл профілактичної роботи Центру у межах звітнього навчального року.

У 2025-2026 навчальному році:

- Центр забезпечив системне поєднання психоосвітньої, науково-практичної, міжнародної, профілактичної та соціально орієнтованої діяльності;
- сформовано сталі партнерства з підрозділами університету, органами місцевого самоврядування, громадськими та благодійними організаціями, професійними фахівцями та міжнародними експертами;

- розширено тематику професійної підготовки психологів: від екстреної психології та психореабілітації до адиктології, суїцидальної превенції, клінічного мислення і роботи в гуманітарному секторі;
- започатковано нові напрями: науково-комунікаційний проєкт для молодих дослідників та безбар'єрна психологічна просвіта для людей із порушеннями слуху;
- події Центру проводилися в очному, онлайн і змішаному форматах, що забезпечило доступність для різних категорій учасників.

Загалом діяльність Науково-практичного Центру ментального здоров'я Університету Ушинського у 2025-2026 навчальному році підтвердила його роль як відкритої університетської платформи, що поєднує освіту, науку, професійну практику, міжнародну співпрацю та соціальну відповідальність. Центр організував, співорганізував та забезпечив проведення заходів, які охопили близько 1200 учасників. Подальший розвиток доцільно спрямувати на системне оцінювання охоплення та результативності заходів, розширення наукових проєктів, залучення грантового фінансування та масштабування безбар'єрних психоосвітніх програм.