

**Львівський державний університет внутрішніх справ
Навчально-науковий інститут
управління, психології та безпеки
Кафедра практичної психології
Кафедра загальної та соціальної психології**



Науково-практичний семінар
**Психічне здоров'я особистості
в кризовому суспільстві**

23 квітня 2026 року



Той, хто має ключ до свого «навіщо», витримає будь-яке «як»

Львів

ПРОГРАМА
науково-практичного семінару
«Психічне здоров'я особистості
в кризовому суспільстві»

Вітальне слово

Дмитро ШВЕЦЬ, ректор Львівського державного університету внутрішніх справ, доктор юридичних наук, професор, заслужений працівник освіти України, полковник поліції

Олександр БАНДУРКА, перший віцепрезидент НАПрН України, доктор юридичних наук, професор, академік Академії правових наук України, заслужений юрист України

Юрій ДРЕМУХ, начальник Західного територіального управління Національної гвардії України, бригадний генерал

Світлана СЕМЧИШИН, заступник начальника Західного міжрегіонального управління з питань виконання кримінальних покарань Міністерства юстиції, кандидат політичних наук, лейтенант внутрішньої служби

Модератор

Зоряна КІСІЛЬ, заступник директора навчально-наукового інституту управління, психології та безпеки Львівського державного університету внутрішніх справ, доктор юридичних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України

Напрями роботи:

- Технології роботи з панічною атакою.
- Динамічна метафора в психологічному супроводі горювання: практичний досвід роботи з військовими, ветеранами та їхніми родинами.
- Архетипи в казках: психологічні коди нашого життя.
- Особливості роботи з військовими, ветеранами війни: на прикладі роботи клінічного психолога центру реабілітації та протезування Superhumans center.
- Інтегративна краніосакральна терапія як метод цілісної роботи по відновленню фізичного та психологічного благополуччя.
- Емоційно фокусована терапія як інструмент психологічної допомоги в умовах війни в Україні.
- Супервізійний супровід гейткіперів: практичний аспект.

Семінар відбудеться у змішаному (стаціонарно-дистанційному) форматі з використанням платформи Zoom.

Порядок роботи:

09.30 – 10.00	реєстрація
10.00 – 10.30	вітальне слово, представлення тренерів
11.00 – 14.30	робота з тренерами (<i>майстер-класи</i>)
14.30	підбиття підсумків

Підключення до Zoom

<https://us02web.zoom.us/j/83961565555?pwd=ke3bqk0ZfPlHRCaQUnYtMjJhEA2tkY.1>

Ідентифікатор: 839 6156 5555

Код доступу: 9WHRCwq%

Початок роботи о 10.00 год (реєстрація з 09.30).

Майстер-клас 1. **РОБОТА З ПАНІЧНИМИ АТАКАМИ**



Ведуча:

Оксана ШПОРТУН,
завідувачка кафедри психології
комунального закладу вищої
освіти «Вінницька академія
безперервної освіти», докторка
психологічних наук,
професорка, практичний
психолог (м. Вінниця).

Мета і зміст майстер-класу:

Ознайомити учасників із сучасним інструментарієм психологічної допомоги при панічних атаках, акцентуючи на актуалізації та практичному відпрацюванні дієвих, науково обґрунтованих психотехнік для швидкої стабілізації та мінімізації інтенсивності симптомів.

Концепція майстер-класу ґрунтується на інтегративному підході, що поєднує методи когнітивно-поведінкової терапії, нейропсихології та тілесно-орієнтованих практик. Особлива увага приділяється опануванню технік «заземлення», дихальних вправ і методів м'язової релаксації, що дають змогу відновити самоконтроль у гострій фазі.



Практичний складник заходу спрямований на формування чіткого алгоритму дій — від моменту ідентифікації перших ознак паніки до етапу пост-експозиційної стабілізації. Учасники вчать не лише купірувати напад, а й прогнозувати подальші стратегії поведінки клієнта, спрямовані на зниження частоти рецидивів.

Майстер-клас 2.

ДИНАМІЧНА МЕТАФОРА В ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВОДІ ГОРЮВАННЯ: ПРАКТИЧНИЙ ДОСВІД РОБОТИ З ВІЙСЬКОВИМИ, ВЕТЕРАНАМИ ТА ЇХНІМИ РОДИНАМИ



Ведуча:
Вікторія НАЗАРЕВИЧ,
арттерапевтка, кандидатка
психологічних наук, доцентка
кафедри вікової та педагогічної
психології РДГУ, психолог вищої
кваліфікаційної категорії

Мета і зміст майстер-класу:

Ознайомити учасників із методикою використання динамічної метафори як високоефективного інструменту в психологічному супроводі процесу горювання та переживання втрати у військовослужбовців, ветеранів і членів їхніх родин.

Концепція майстер-класу ґрунтується на інтеграції арттерапевтичних підходів та екзистенційної психології, де метафора є безпечним «містком» між внутрішнім болем і можливістю його висловити.

Передбачає розгляд етапів горювання через призму трансформаційних образів, що дають змогу обійти когнітивні бар'єри та захисні механізми, часто притаманні людям із бойовим досвідом. Особлива увага приділяється створенню «живих» метафор – від образу руйнування та хаосу до символів інтеграції досвіду й віднайдення нових сенсів.

Практичний складник заходу спрямований на опанування технік екстерналізації болю (винесення переживань зовні).

Учасники вчаться супроводжувати клієнта у процесі трансформації метафори втрати в метафору пам'яті, що підсилює психологічну стійкість (резильентність) та запобігає патологізації горя.

Зміст майстер-класу дає змогу фахівцям розширити арсенал засобів для роботи в умовах тривалого стресу, де пряме обговорення травми може бути ретравматизуючим.



Майстер-клас 3. АРХЕТИПИ В КАЗКАХ: ПСИХОЛОГІЧНІ КОДИ ВАШОГО ЖИТТЯ



Ведуча:

Людмила ПІДЛИПНА, психологиня, арттерапевтка, гештальт-терапевт, дійсний тренер Національної асоціації гештальт-терапевтів України, арттренер, автор і ведуча арттерапевтичних проєктів «АРТ-ПРОЄКТ», «Арт-терапевтична Палітра», «Чоловічі сценарії в казках», «Жіночі сценарії в казках», член експертної комісії з психології МОН, тренерка проєктів «UNICEF Україна», кандидатка психологічних наук, доцентка, директорка Івано-Франківського обласного центру практичної психології та соціальної роботи (м. Івано-Франківськ)

Мета і зміст майстер-класу:

ознайомити учасників із концепцією юнгіанських архетипів як універсальних психологічних кодів, що структурують несвідоме та визначають життєві сценарії особистості через призму метафоричного простору казки.

Концепція майстер-класу ґрунтується на методах аналітичної психології та казкотерапії, через які розкриваються механізми проєкції внутрішніх психічних структур на казкових героїв (Герой, Мудрець, Мати, Трикстер тощо).

Учасники вивчатимуть казку як динамічну карту психічного розвитку, де кожен сюжетний поворот відображає етапи індивідуації — процесу становлення цілісної особистості.



Практичний складник заходу передбачає роботу з трансформацією деструктивних сценаріїв у ресурсні архетипові моделі. Учасники вчать використовувати казкові метафори для безпечного опрацювання внутрішніх конфліктів, пошуку прихованих ресурсів і моделювання нових стратегій життя через звернення до колективної мудрості архетипів.

Майстер-клас 4.
ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ
З ВІЙСЬКОВИМИ, ВЕТЕРАНАМИ ВІЙНИ: НА ПРИКЛАДІ
РОБОТИ КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІНІ ЦЕНТРУ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ТА ПРОТЕЗУВАННЯ SUPERHUMANS CENTER



Ведуча:
Христина СКІЦКО,
клінічний психолог,
арттерапевтка центру
реабілітації та протезування
Superhumans Center

Мета і зміст майстер-класу:

Ознайомити учасників із передовим досвідом та практичним інструментарієм психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів, що реалізується на базі інноваційного центру протезування та відновлення Superhumans Center.

Концепція майстер-класу ґрунтується на мультидисциплінарній моделі супроводу осіб із надскладними бойовими травмами, ампутаціями та досвідом перебування у полоні. Крім традиційного діагностичного інструментарію, у роботі використовуються техніки встановлення терапевтичного контакту в умовах кризових станів, методи стабілізації психоемоційної напруги й алгоритми супроводу пацієнта в інклюзивному середовищі.



Практичний складник заходу передбачає розуміння роботи з пораненням не як деструктивний фінал, а як частину цілісного життєвого досвіду особистості. Розкриття внутрішніх ресурсів резильєнтності (стійкості) пацієнтів, залучення сімейної системи до процесу відновлення та формування у майбутніх фахівців навичок роботи в єдиній команді реабілітаційного простору.

Майстер-клас 5.
ІНТЕГРАТИВНА КРАНІОСАКРАЛЬНА ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД
ЦІЛІСНОЇ РОБОТИ ПО ВІДНОВЛЕННЮ ФІЗИЧНОГО
ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ



Ведуча:
Юлія ФЕДОРОВА,
магістр психології,
перинатальний психолог,
спеціаліст із психосоматики,
краніосакральний терапевт.

Мета і зміст майстер-класу:

Ознайомити учасників із методологією інтегративної краніосакральної терапії (ІКСТ) як цілісним підходом до відновлення фізичного та психологічного благополуччя особистості через роботу з тілесними та ментальними аспектами травми.

Концепція майстер-класу ґрунтується на синергії мануальних технік краніосакральної терапії та інструментів професійного психологічного консультування. Особлива увага приділяється принципу ненасильницького впливу, що є критично важливим при роботі з високим рівнем тривожності та наслідками психотравмуючих подій.

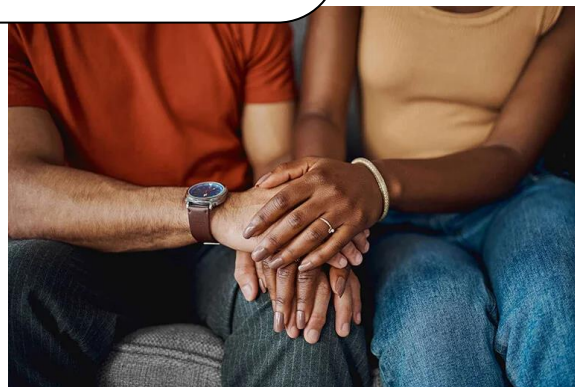


Практичний складник заходу спрямований на опанування навичок інтегрованого супроводу: фахівець вчиться не лише стабілізувати фізичний стан клієнта, а й допомагає екологічно опрацьовувати «емоційно-ментальні пласти», що актуалізуються під час тілесної роботи.

Майстер-клас 6. **ЕМОЦІЙНО ФОКУСОВАНА ТЕРАПІЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ** **ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ**



Ведуча:
Світлана Філатова,
клінічна психологиня,
нейропсихологиня, членкиня
Міжнародної асоціації емоційно-
фокусованої терапії та Української
асоціації когнітивно-поведінкової
терапії



Мета і зміст майстер-класу:

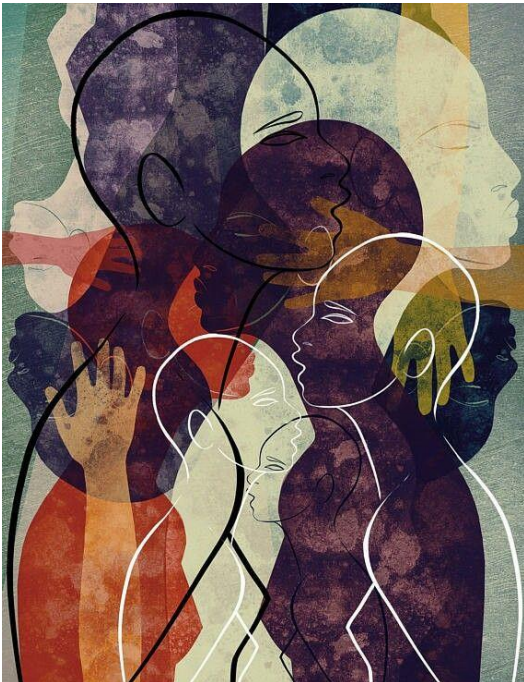
Ознайомити учасників із методологією емоційно фокусованої терапії як одного з найбільш науково обґрунтованих інструментів психологічної допомоги, спрямованого на стабілізацію емоційної регуляції та відновлення безпечної прив'язаності в умовах воєнного стану.

Концепція майстер-класу ґрунтується на теорії прив'язаності та системному підході, де ключовим фокусом є деескаляція негативних циклів взаємодії, що загострюються під впливом травматичного стресу. Центральне місце посідає практичний розгляд «ЕФТ-танго» – структурованої послідовності терапевтичних кроків, що дають змогу клієнту перейти від емоційної ізоляції до відновлення довірливого контакту зі собою та значущими іншими.



Практичний складник заходу передбачає вивчення особливостей роботи з кризовою прив'язаністю, методами трансформації страху та гніву в ресурси вразливості та підтримки. Формування навичок інтеграції ЕФТ-інструментарію у процеси реабілітації військовослужбовців, ветеранів та їхніх родин, що забезпечує формування стійкого емоційного фундаменту для подолання наслідків бойової травматизації.

Майстер-клас 7. СУПЕРВІЗІЙНИЙ СУПРОВІД ГЕЙТКІПЕРІВ: ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ



Ведуча:
Катерина МІТЧЕНКО,
практичний психолог,
супервізор та метасупервізор,
супервізор ГО «СП РАЗОМ»

Мета і зміст майстер-класу:

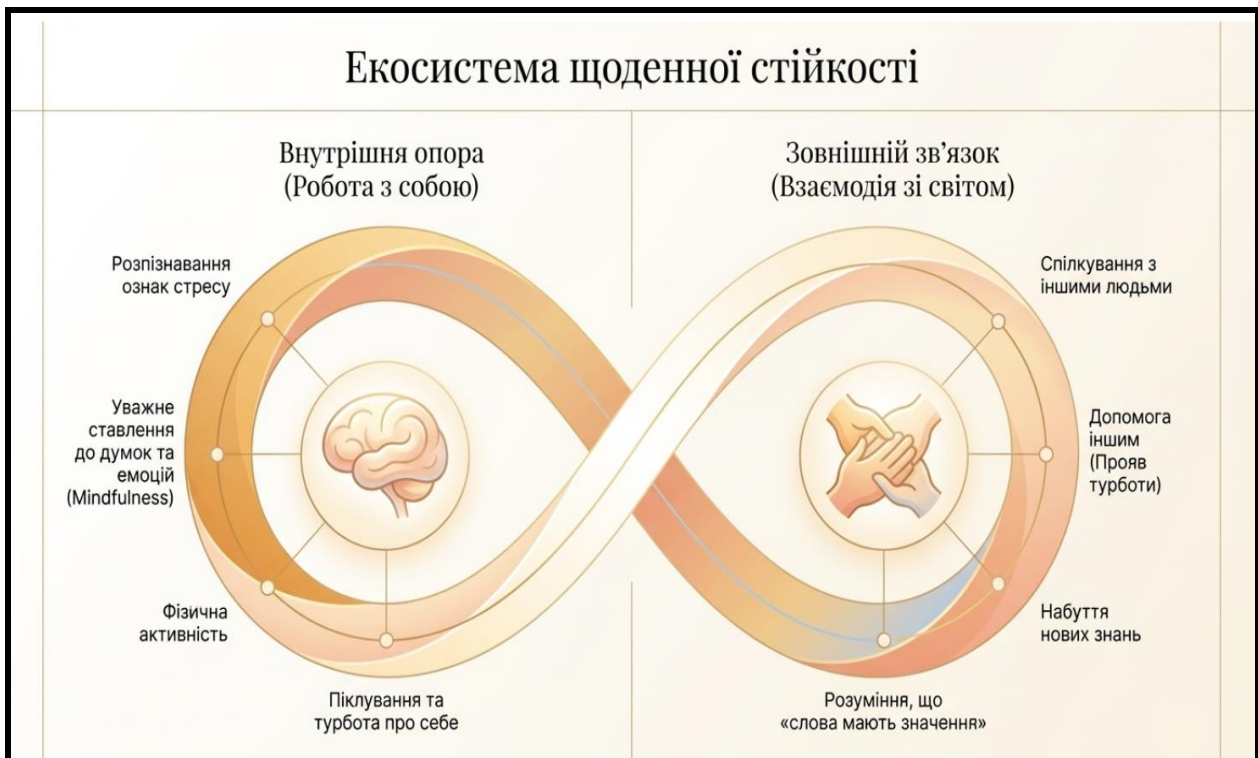
Ознайомити учасників із практичними можливостями супервізійного супроводу гейткіперів, спрямованого на профілактику професійного вигорання, розвиток рефлексії та підвищення ефективності допомоги в кризових ситуаціях.

Концепція майстер-класу ґрунтується на використанні практичних інструментів підтримки фахівців у роботі з травматичним досвідом та використанні інтегративних методів у супервізійному процесі, а також інтеграції психологічних і соматичних підходів у роботі з емоційним навантаженням.



Практичний складник заходу передбачає використання ефективних технік саморегуляції, відновлення ресурсу та супервізійного аналізу складних випадків, що сприятиме підвищенню професійної стійкості та якості надання психологічної допомоги.

ПРОСТІ КРОКИ ДЛЯ ПІДТРИМКИ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я:





ЕКОЛОГІЧНА ТУРБОТА ПРО СЕБЕ

ФІЗИЧНА

- харчування
- прогулянки
- здоровий сон
- фізичні навантаження

ЕМОЦІЙНА

- терапія з психологом
- психологічна гігієна
- регулярні практики
- щоденник
- час на відпочинок

СОЦІАЛЬНА

- чіткі особисті кордони
- надійні соціальні зв'язки
- спілкування наживо

ДУХОВНА

- молитва та практики
- медитація
- час наодинці з собою



ОСОБИСТА

- хобі
- творчість
- дослідження себе
- планування

ПРОСТІР

- чистий будинок
- затишок та безпека
- здорова атмосфера

ФІНАНСОВА

- подушка безпеки
- ведення бюджету
- фінансові знання

РОБОЧА

- тайм-менеджмент
- робочі кордони з колегами
- зручне робоче місце
- соціальний пакет

РЕЧІ, ЯКІ ВАРТО ПАМ'ЯТАТИ:

ти не мушиш все
робити ідеально

іноколи щось може піти
не за планом – і це
цілком нормально

маленькі кроки –
також прогрес

просити про допомогу
– це прояв сили

навколо є люди,
які тебе люблять та
завжди підтримають



**Львівський державний
університет внутрішніх справ –**
*багатoproфільний заклад вищої освіти МВС України,
який готує фахівців освітніх ступенів:*

«Бакалавр» за спеціальностями: «Право», «Правоохоронна діяльність», «Інформаційні системи і технології», «Психологія» та «Менеджмент».

«Магістр» за спеціальностями: «Право», «Правоохоронна діяльність», «Психологія», «Менеджмент».

«Доктор філософії» за спеціальностями: «Право», «Психологія», «Менеджмент».

**Навчально-науковий інститут управління,
психології та безпеки**

здійснює підготовку здобувачів за галуззю знань

**С «Соціальні науки, журналістика, інформація
та міжнародні відносини»**

С4 «Психологія» ступінь вищої освіти «бакалавр» за освітньо-професійною програмою «Психологія»;

С4 «Психологія» ступінь вищої освіти «магістр» за освітньо-професійною програмою «Психологія»;

С4 «Психологія» ступінь вищої освіти «доктор філософії» за освітньо-професійною програмою «Психологія»

Д Бізнес, адміністрування та право

D3 «Менеджмент» ступінь вищої освіти «бакалавр» за освітньо-професійною програмою «Менеджмент»;

D3 «Менеджмент» ступінь вищої освіти «магістр» за освітньо-професійною програмою «Менеджмент та комплаєнс в організації».

D3 «Менеджмент», ступінь вищої освіти «доктор філософії» за освітньо-професійною програмою «Менеджмент організації в кризових ситуаціях».

З питань умов вступу на навчання звертайтеся
до Приймальної комісії

Львівського державного університету внутрішніх справ:



(032) 261-53-22,

(032) 255-35-35,

(032) 295-47-72.

м. Львів,

вул. Городоцька, 26

www.lvduvs.edu.ua