

**Тематичний план заходів щодо підтримки ментального здоров'я
студентів Придунайського фахового коледжу ПрАТ «ВНЗ «МАУП» та
Придунайської філії ПрАТ «ВНЗ «МАУП» на 2026-2027 н. р. у рамках
Меморандуму співпраці та партнерства**

№ з/п	Назва заняття	Дата	Відповідальні фахівці
1	«Мій внутрішній термометр»	12.10.2026 (коледж) 21.10.2026 (філія)	Василенко Ірина, Беспалова Аліна
	«Мистецтво керувати стресом»	12.10.2026 (коледж) 21.10.2026 (філія)	Погребна Марія, Швець Емма
	«Визначення та усвідомлення власних емоцій»	12.10.2026 (коледж) 21.10.2026 (філія)	Апостолакі Лілія
2	«Коли емоцій забагато»	09.11.2026 (коледж) 18.11.2026 (філія)	Василенко Ірина, Беспалова Аліна
	«Психологічна стійкість в умовах невизначеності»	09.11.2026 (коледж) 18.11.2026 (філія)	Погребна Марія, Швець Емма
	«Відпрацювання негативних емоцій. Чорний квадрат»	09.11.2026 (коледж) 18.11.2026 (філія)	Апостолакі Лілія
3	«Моя психологічна аптечка»	14.12.2026 (коледж) 23.12.2026 (філія)	Василенко Ірина, Беспалова Аліна
	«Альтернативне «Я»	14.12.2026 (коледж)	Погребна Марія, Швець Емма

		23.12.2026 (філія)	
	«Відпрацювання негативних емоцій. Ріст дерева»	14.12.2026 (коледж) 23.12.2026 (філія)	Апостолакi Лiлiя
4	«Бути поруч»	11.01.2027 (коледж) 20.01.2027 (філія)	Василенко Iрина, Беспалова Алiна
	«Павутиння з тривожних думок»	11.01.2027 (коледж) 20.01.2027 (філія)	Погребна Марiя, Швець Емма
	«Відпрацювання негативних емоцій. Вулкан емоцій»	11.01.2027 (коледж) 20.01.2027 (філія)	Апостолакi Лiлiя
5	«Мої кордони — моя безпека»	08.02.2027 (коледж) 17.02.2027 (філія)	Василенко Iрина, Беспалова Алiна
	«У взаємодії зі страхом самовираження»	08.02.2027 (коледж) 17.02.2027 (філія)	Погребна Марiя, Швець Емма
	«Відпрацювання негативних емоцій. Політ птаха»	08.02.2027 (коледж) 17.02.2027 (філія)	Апостолакi Лiлiя
6	«Ми — команда»	15.03.2027 (коледж) 24.03.2027 (філія)	Василенко Iрина, Беспалова Алiна
	«Тиша розвіяна фарбою»	15.03.2027 (коледж) 24.03.2027 (філія)	Погребна Марiя, Швець Емма

	«Стабілізація стану, пошук внутрішніх ресурсів для відновлення. Горщик моєї сили»	15.03.2027 (коледж) 24.03.2027 (філія)	Апостолакі Лілія
7	«Моє дерево стійкості»	12.04.2027 (коледж) 21.04.2027 (філія)	Василенко Ірина, Беспалова Аліна
	«Обери свій вектор»		Погребна Марія, Швець Емма
	«Стабілізація стану, пошук внутрішніх ресурсів для відновлення. Моя сила та опора для майбутнього»		Апостолакі Лілія
8	«Я можу бути опорою собі»	10.05.2027 (коледж) 19.05.2027 (філія)	Василенко Ірина, Беспалова Аліна
	«Як я вижив у джунглях»	10.05.2027 (коледж) 19.05.2027 (філія)	Погребна Марія, Швець Емма
	«Стабілізація стану, пошук внутрішніх ресурсів для відновлення. Сад відновлення»	10.05.2027 (коледж) 19.05.2027 (філія)	Апостолакі Лілія

Для групи з Апостолакі Лілією працюємо за програмою «Збереження себе для майбутнього!» — затверджено та рекомендовано до друку на засіданні Вченої ради Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи НАПН України (протокол № 11 від 28.11.22р.).

Соціальний менеджер
 Центру життестійкості Ізмаїльської ТГ
 Фізична особа-підприємець
 Лілія АПОСТОЛАКІ