

РІШЕННЯ

Вченої ради Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
з питання: «Про реалізацію програми збереження ментального здоров'я
у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна»
від 29 вересня 2025 року, протокол №26

Заслухавши інформацію проректора з науково-педагогічної роботи
Анатолія БАБІЧЕВА щодо реалізації програми збереження ментального
здоров'я у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна
(додається) на підставі підпункту 39 пункту 13.2 Статуту Харківського
національного університету імені В. Н. Каразіна Вчена рада ухвалила:

1. Взяти до уваги інформацію стосовно реалізації програми збереження ментального здоров'я у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна.
2. Визнати діяльність структурних підрозділів університету стосовно реалізації програми збереження ментального здоров'я у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна задовільною.
3. Продовжити реалізацію заходів стосовно збереження ментального здоров'я у Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна

Відповідальний: проректор з науково-педагогічної роботи Анатолій БАБІЧЕВ.

Термін виконання: постійно.

Голова Вченої ради

Тетяна КАГАНОВСЬКА

Учений секретар

Олена ФРІДМАН



Про реалізацію програми збереження ментального здоров'я у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна

Питання ментального здоров'я студентів і працівників сьогодні є надзвичайно актуальним. В умовах війни, постійних стресів та високих навантажень саме від рівня психологічного благополуччя залежить і успішність навчання, і продуктивність наукової праці, і загальна атмосфера в університетській спільноті.

В цих умовах Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна стає середовищем турботи та взаємопідтримки. На базі Управління соціальних освітніх ініціатив та розвитку спільнот працює Центр ментального здоров'я, який у рамках програми збереження ментального здоров'я реалізує комплекс заходів. Сьогодні завдання Центру виконують чотири кваліфіковані психологи, які постійно працюють над такими напрямками:

- надання психологічної підтримки здобувачам освіти та співробітникам;
- проведення тренінгів з управління стресом і профілактики професійного вигорання;
- організація комплексної реабілітаційної підтримки для студенток, які пережили насильство або належать до групи ризику, з можливістю долучитися до груп психологічної реабілітації;
- реалізація інформаційної кампанії, спрямованої на популяризацію стратегій подолання стресу, зменшення стигми та підвищення рівня психологічної грамотності.

Таким чином, університет формує безпечний простір, де ментальне здоров'я визнається одним із ключових факторів сталого розвитку освітньої та наукової діяльності.

У 2024-2025 році реалізація заходів з підтримки ментального здоров'я Каразінців відбувалась у співпраці з грантодавцями та партнерами, які надали фінансову й організаційну підтримку для розвитку університетських програм та забезпечили сталість роботи Центру. Завдяки фінансуванню Жіночого фонду миру та гуманітарної допомоги ООН (WPHF) та підтримки БО "Благодійний Фонд Соціального здоров'я" за навчальний період 2024-2025 фахівчинями Центру ментального здоров'я університету було:

- надано 2950 психологічних консультацій, які забезпечили індивідуальний підхід до вирішення особистих і навчальних труднощів;
- проведено групи підтримки для дівчат, які опинилися в скрутних ситуаціях домашнього насильства, у яких 52 учасниці навчилися методам самодопомоги, відновили почуття безпеки та впевненості;
- проведено 36 групових заходів по навчанню традиційній українській культурі та етиці у суспільстві, розвитку навичок неконфліктного спілкування та психологічної екології оточення, що посприяло зміцненню культурної ідентичності, підвищенню рівня взаємоповаги та емпатії в особистих відносинах та соціумі;
- проведено 32 групових заняття з арт-терапії, де здобувачі освіти та викладачі могли заземлитися і стабілізувати свій моральний стан;
- відбулося 37 тематичних заходів по формуванню обізнаності у правах жінок та інституційних формах захисту жінок;
- проведено 12 лекцій на тему сексуального та репродуктивного здоров'я;
- відбулося 11 вебінарів з основ інформаційної гігієни;
- студенти мали можливість протягом 14 лекцій ознайомитися з інструментами адвокаційної кампанії, отримати обізнаність з формування прав та захисту жінок.

Загалом, заходи відвідали відвідало близько 3000 здобувачів. Ця діяльність підтверджує, що програма підтримки ментального здоров'я у Каразінському університеті — це не лише допомога тут і зараз, але й довгострокове інвестування у добробут, безпеку та розвиток студентської спільноти.

У межах співпраці між Каразінським університетом та Координаційним центром з психічного здоров'я з вересня 2025 року на базі Центру ментального здоров'я розпочато наукове дослідження, спрямоване на задоволення суспільних інтересів, пов'язаних із відновленням та збереженням ментального здоров'я.

Дослідження зосереджене на вивченні практик реалізації політик та програм у сфері ментального здоров'я в країнах Азії в розрізі трьох напрямів:

- соціології;
- сфери публічного управління (державні службовці);
- біоінженерії.

До проведення дослідження також долучено фахівців, що реалізує міждисциплінарні підходи.

Центр ментального здоров'я також розробив сертифікатну програма «Нейропластичність і травма: Associative Repatterning», як сучасний інтегративний курс для фахівців у галузі психології, психотерапії та суміжних напрямів, що працюють з наслідками психологічної травми, кризовими станами та глибинними асоціативними патернами.

Наступними ключовими кроками у діяльності Центру ментального здоров'я є:

- створення бази практики для студентів та молодих науковців, що надасть можливість поєднувати теоретичні знання з реальним практичним досвідом;
- проведення програм групових тренінгів для здобувачів освіти та співробітників, спрямованих на подолання стресу, розвиток емоційної стійкості та формування навичок неконфліктного спілкування;
- підготовка методичних рекомендацій і проведення наукових досліджень, які дозволять інтегрувати знання про ментальне здоров'я в освітній процес та різні навчальні дисципліни;
- розробка й впровадження сертифікатних програм нового покоління, спрямованих на збереження, відновлення та зміцнення ментального здоров'я, а також на популяризацію цих знань у межах програм освіти для дорослих. Такі програми будуть доступні як для фахівців, так і для широкої аудиторії, заохочуючи до постійного навчання та підвищення психологічної грамотності.

Інформаційні сторінки Центру ментального здоров'я:

Сайт — <https://karazin.ua/universitet/psykholohichna-pidtrymka-studentiv-karazinskoho/>

Facebook — <https://www.facebook.com/karazinpsycounseling>

Telegram-канал — <https://t.me/karazinpsycounseling>

Telegram-чат — @karazin_psyhelp (для запису на консультацію)

E-mail — psyhelp@karazin.ua