



Регіональний форум, присвячений Всесвітньому дню ментального (психічного) здоров'я

У Всесвітній день психічного здоров'я заведено говорити про проблеми ментального здоров'я в усьому світі. Відокремлений структурний підрозділ «Криворізький фаховий коледж Національного авіаційного університету» не став винятком. 10 жовтня 2024 року в межах екологічного методичного об'єднання відбувся Регіональний форум, присвячений Всесвітньому дню ментального (психічного) здоров'я. Були заслухані цікаві доповіді спікерів:

1. Вікторія ТИХОСТУП, викладач, ВСП «Криворізький фаховий коледж Національного авіаційного університету», спеціаліст вищої категорії, педагогічне звання «Викладач-методист», голова методичного об'єднання екологічних дисциплін.

2. «Спорт – запорука міцного психоемоційного стану» - Євген БУБЛЕЙ, викладач, керівник фізичного виховання ВСП «Криворізький фаховий коледж Національного авіаційного університету», спеціаліст вищої категорії, педагогічне звання «Викладач-методист».

3. «Заходи циклової комісії, як вибір вільного руху у світі емоцій» - Тетяна ЛІТОВКА, викладач, голова циклової комісії філологічних та природничих дисциплін ВСП «Криворізький фаховий коледж Національного авіаційного університету», спеціаліст першої категорії.

4. «Результати дослідження тривожності студентів. Рекомендації практичного психолога для педагогів» - Світлана КОВАЛЕНКО-СОРОКІНА, практичний психолог ВСП «Криворізький фаховий коледж Національного авіаційного університету», член асоціації психологів України.

5. «Подолання стресу через історичну призму віків» - Олександр КОВАЛЕНКО, викладач, голова циклової комісії СГД ВСП «Криворізький фаховий коледж Національного авіаційного університету», спеціаліст вищої категорії, педагогічне звання «Викладач-методист».

6. «Мистецтво, як національна стійкість ментального здоров'я» - Сергій ТОРГУД, актор театра та кіно, актор Криворізького Академічного театру драми та музичної комедії імені Тараса Шевченка, саундпродюсер

7. «Подолання стресу в колективі коледжу» - Олена СТАРЧА, голова первинної профспілкової організації «Криворізький коледж».

8. «Державна політика в сфері ментального здоров'я» - Олена ГЛАДУШ, спеціаліст органів місцевого самоврядування

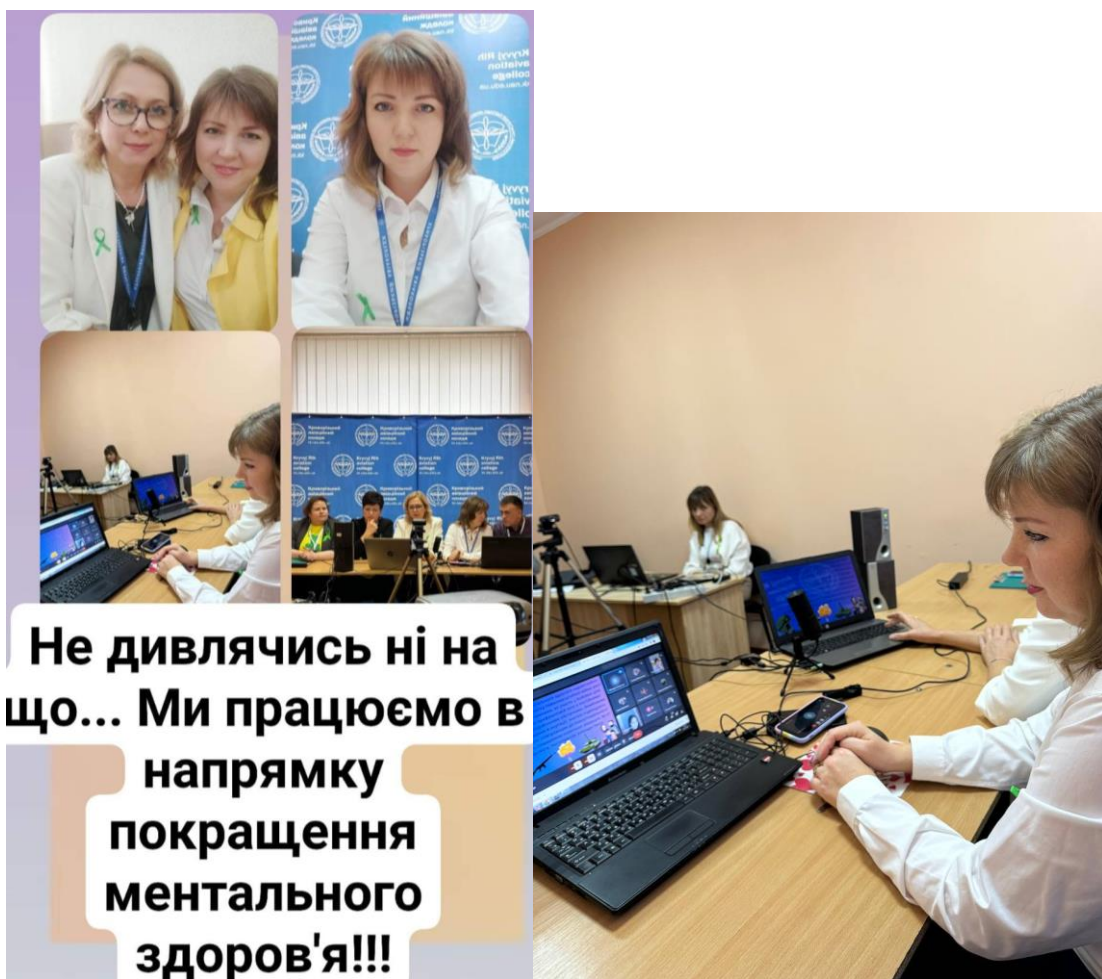
9. «Здорове харчування ознака високого рівня ментального здоров'я» - Жанна КРИШТОП, нутриціолог-дієтолог, фахівець зі здорового харчування.

10. «Ментальне здоров'я - це джерело сили української нації» - Дар'я КИРИЛОВА, психологиня психоаналітичного спрямування, сертифікована членкиня європейського реєстру психологів EFPA

Також всім учасникам освітнього процесу було запропоновано додати до свого одягу зелені стрічки, для привернення уваги на важливість ментального здоров'я.

У сучасному світі психологічна стійкість людей дуже важлива. Ми маємо дбати про своє ментальне здоров'я щодня й щомиті, плекати свою стійкість. Воно в першу чергу залежить від кожного з нас та наших рідних. Ми повинні навчитися зберігати стійкість та

душевну рівновагу в найскладніших ситуаціях, а при необхідності – звертатися за допомогою до відповідних фахівців.







«ВСЕСВІТНІЙ
ДЕНЬ
МЕНТАЛЬНОГО
(ПСИХІЧНОГО)
ЗДОРОВ'Я»

