

ЗАТВЕРДЖЕНО

Начальник навчально-наукового
інституту оперативно-рятувальних
сил



Олександр КОЛІСОВ

«08» 09 2025 року

ПЛАН РОБОТИ НАУКОВОГО ГУРТКА
НА I СЕМЕСТР 2025-2026 НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

Назва гуртка: Інсайт.

Керівники наукового гуртка: Яна АМУРОВА, доктор філософії з психології, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах; Ілона РУДЕНКО, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах.

Мета й завдання. Мета – виявлення і корекції деструктивних тенденцій психіки суб'єкта екстремального профілю діяльності та підтримка психічного здоров'я особистості в умовах війни.

Завдання: 1) ознайомлення здобувачів вищої освіти з особливостями діяльності психологічної служби ДСНС в умовах воєнного стану та освоєння навичок надання екстреної психологічної допомоги; 2) проведення занять із групової психокорекції; 3) організація науково-практичних заходів з проблем екстремальної та кризової психології в умовах воєнного стану; 4) підготовка наукових робіт здобувачів.

Склад гуртка:

№	Власне ім'я, прізвище здобувача вищої освіти	Курс, інститут	Взвод (група)
1.	Катерина КОВАЛЬОВА	3 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-23-2
2.	Анна ПЕТУХ	3 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-23-2
3.	Саміра РЯБУХА	3 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-23-2
4.	Анна ЛЯПКАЛО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
5.	Анжеліка ЛУЦА	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
6.	Софія БАРМІНА	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
7.	Олександра БОРОВИК	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
8.	Євгенія КОНДРАТЮК	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
9.	Ольга ЛАВРІНЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
10.	Марія ЛИТВИНЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
11.	Євгенія ПАЛИГА	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
12.	Богдана СІЛЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
13.	Катарина НАСС	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
14.	Марія ЯЦЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2

15.	Роксолана СОЛОВЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
16.	Дар'я СПОДИНЮК	1 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-25
17.	Катерина КЛЮЧКО	1 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-25
18.	Світлана МАРУСЕНКО	2 курс, НДЦ	Ад'юнктура
19.	Ігор СЕРГІЄНКО	3 курс, ННІ ОРС	Ад'юнктура
20.	Катерина ЯРЕМЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПк-22-1
21.	Аліна СУХОМЛІН	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПк-22-1

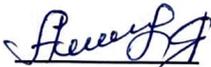
Календарний план роботи:

№	Назва і вид роботи	Виконавці	Термін виконання
1.	Семінар-дискусія «Психологічна допомога в умовах невизначеності: ресурси та ризики професії»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	11.09.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Аналіз професійної діяльності психологів та рятувальників ДСНС України в умовах воєнного стану		
2.	Практичне заняття «Методи кризового втручання у роботі з військовими та цивільними постраждалими»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	18.09.2025 р. 15.30-16.50 год.
3.	Науково-практичний семінар «Глибинна психологія К. Юнга: архетипи травми і відновлення»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	25.09.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Аналіз професійної діяльності психологів та рятувальників ДСНС України в умовах воєнного стану		
4.	Засідання-дискусія «Посттравматичне зростання: від переживання до переосмислення»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	02.10.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Семінар «Психологічна підтримка фахівців екстремального профілю: профілактика вигорання та вторинної травматизації»		
5.	Практикум «Методи стабілізації психоемоційного стану під час екстремальних подій»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	09.10.2025 р. 15.30-16.50 год.
6.	Семінар «Психологічна адаптація особистості в умовах війни: ресурси та стратегії подолання»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	16.10.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Аналіз професійної діяльності психологів та рятувальників ДСНС України в умовах воєнного стану		
7.	Дискусія «Колективна травма та її прояви в суспільній свідомості»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	23.10.2025 р. 15.30-16.50 год.
8.	Практикум «Техніки саморегуляції для фахівців, які працюють із травмою»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	30.10.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Аналіз професійної діяльності психологів та рятувальників ДСНС України в умовах воєнного стану		

9	Семінар «Екзистенційна криза як точка зростання: шляхи психотерапевтичної підтримки»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	06.11.2025 р. 15.30-16.50 год.
10.	Тренінг «Емоційна стабілізація під час екстремальних подій: техніки “заземлення”»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	13.11.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Аналіз професійної діяльності психологів та рятувальників ДСНС України в умовах воєнного стану		
11.	Обговорення «Синдром вцілілого: почуття провини, втрати й сенсу»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	20.11.2025 р. 15.30-16.50 год.
12.	Майстер-клас «Робота з тілесними реакціями при переживанні травматичних подій»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	27.11.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Семінар «Психологічні ресурси творчості в подоланні життєвих криз»		
13.	Семінар «Психологічні межі допомоги: вигорання, емпатійна втома, співпереживання»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	04.12.2025 р. 15.30-16.50 год.
14.	Дослідницька зустріч «Символи сновидінь у процесі психічного відновлення після травми»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	11.12.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Аналіз професійної діяльності психологів та рятувальників ДСНС України в умовах воєнного стану		
15.	Семінар-дискусія «Ментальний шум: психологічна природа, вплив на мислення й емоційну регуляцію, способи подолання»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	18.12.2025 р. 15.30-16.50 год.
16.	Дискусія «Феномен страху в глибинній психології»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	25.12.2025 р. 15.30-16.50 год.
	Підсумкове засідання: «Рефлексія професійного досвіду та перспективи розвитку гуртка»		

Керівники наукового гуртка:

доцент кафедри психології
діяльності в особливих умовах

 Яна АМУРОВА

доцент кафедри психології
діяльності в особливих умовах

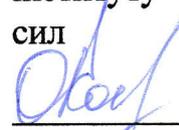
 Ілона РУДЕНКО

РОЗГЛЯНУТО:

на засіданні кафедри психології
діяльності в особливих умовах
(протокол від 08.09.25 № 2)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Начальник навчально-наукового
інституту оперативно-рятувальних
сил



Олександр КОЛОСОВ

« 08 » 09 2025 року

ПЛАН РОБОТИ НАУКОВОГО ГУРТКА НА II СЕМЕСТР 2025-2026 НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

Назва гуртка: Інсайт.

Керівники наукового гуртка: Яна АМУРОВА, доктор філософії з психології, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах; Ілона РУДЕНКО, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах.

Мета й завдання. Мета – виявлення і корекції деструктивних тенденцій психіки суб'єкта екстремального профілю діяльності та підтримка психічного здоров'я особистості в умовах війни.

Завдання: 1) ознайомлення здобувачів вищої освіти з особливостями діяльності психологічної служби ДСНС в умовах воєнного стану та освоєння навичок надання екстреної психологічної допомоги; 2) проведення занять із групової психокорекції; 3) організація науково-практичних заходів з проблем екстремальної та кризової психології в умовах воєнного стану; 4) підготовка наукових робіт здобувачів.

Склад гуртка:

№	Власне ім'я, прізвище здобувача вищої освіти	Курс, інститут	Взвод (група)
1.	Катерина КОВАЛЬОВА	3 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-23-2
2.	Анна ПЕТУХ	3 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-23-2
3.	Саміра РЯБУХА	3 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-23-2
4.	Анна ЛЯПКАЛО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
5.	Анжеліка ЛУЦА	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
6.	Софія БАРМІНА	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
7.	Олександра БОРОВИК	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
8.	Євгенія КОНДРАТЮК	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
9.	Ольга ЛАВРІНЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
10.	Марія ЛИТВИНЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
11.	Євгенія ПАЛИГА	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
12.	Богдана СІЛЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
13.	Катарина НАСС	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2

14.	Марія ЯЦЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
15.	Роксолана СОЛОВЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-22-2
16.	Дар'я СПОДИНЮК	1 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-25
17.	Катерина КЛЮЧКО	1 курс, ННІ ОРС	ЕКПс-25
18.	Світлана МАРУСЕНКО	2 курс, НДЦ	Ад'юнктура
19.	Ігор СЕРГІЄНКО	3 курс, ННІ ОРС	Ад'юнктура
20.	Катерина ЯРЕМЕНКО	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПк-22-1
21.	Аліна СУХОМЛІН	4 курс, ННІ ОРС	ЕКПк-22-1

Календарний план роботи:

№	Назва і вид роботи	Виконавці	Термін виконання
1.	Науково-практичний семінар «Концепція психологічного супроводу: проєкт «Mental tutor» у сфері збереження та відновлення ментального здоров'я в системі МВС України».	Керівники наукового гуртка та його учасники.	15.01.2026 р. 15.30-16.30 год.
	Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Кола підтримки»; «Дихання по квадрату»»		
2.	Науково-практичний семінар «Сутність наукового дослідження. Види наукових досліджень. Класифікація та характеристика науково-дослідних робіт». Підготовка тез до Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми та перспективи забезпечення цивільного захисту» (16–17 квітня 2026 року)	Керівники наукового гуртка та його учасники.	22.01.2026 р. 15.30-16.30 год.
3.	Обговорення «Психологічні виклики, з якими стикаються працівники ДСНС, що повертаються до роботи після травматичних подій (наприклад, втрати житла). Особливості психологічної реабілітації персоналу ДСНС після діяльності в умовах обстрілів»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	29.01.2026 р. 15.30-16.30 год.
	Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Аутогенне тренування»; «Мое місце сили»»		
4.	Науково-практичний семінар «Феномен невизначеної втрати внаслідок насильницького зникнення»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	05.02.2026 р. 15.30-16.30 год.
	Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Щоденник вдячності»;		

	«Мої нові звички»»		
5.	Науково-практичний семінар «Концепція посткризового зростання: відновлення стійкості та готовність до майбутніх криз»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	12.02.2026 р. 15.30-16.30 год.
6.	Науково-практичний семінар «Психологічні особливості переживання горя в умовах воєнного стану» Практичне заняття «Техніки когнітивно-поведінкової терапії тривалого горя»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	19.02.2026 р. 15.30-16.30 год.
7.	Науково-практичний семінар «Формулювання ідеї та визначення методів наукового дослідження. Теоретичні методи наукового дослідження. Емпіричні методи наукового дослідження» Підготовка тез до Всеукраїнської науково-практичної конференції «Проблеми психології діяльності в особливих умовах» (21-22 квітня 2026 року)	Керівники наукового гуртка та його учасники.	26.02.2026 р. 15.30-16.30 год.
8.	Обговорення «Особливості аутодеструктивної поведінки персоналу ДСНС. Причини суїцидальної поведінки персоналу ДСНС. Особливості візуальної діагностики людини, яка знаходиться в передсуїцидальному стані. Напрями превенції суїцидальних ризиків» Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Мої пріоритети по життю»; «Банка турботи про себе»»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	05.03.2026 р. 15.30-16.30 год.
9.	Науково-практичний семінар «Проблемна ситуація в науці, обґрунтування актуальності теми. Постановка проблеми. Формулювання мети і завдань наукових досліджень. Об'єкт і предмет наукових досліджень. Аналіз відомих експериментів в науці Основні етичні норми (принципи) наукових досліджень»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	12.03.2026 р. 15.30-16.30 год.
10.	Обговорення «Феномен «втома від співчуття» у контексті діяльності фахівців допомагаючих професій»	Керівники наукового гуртка та його учасники	19.03.2026 р. 15.30-16.30 год
11.	Семінар-дискусія «Модель професійного стресу працівника ДСНС. Складові індивідуальної стійкості працівника ДСНС» Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Робота з думками»; «Хмари»»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	26.03.2026 р. 15.30-16.30 год.
12.	Науково-практичний семінар «Очікуванні результати досліджень, їх наукова новизна	Керівники наукового гуртка та його учасники.	02.04.2026 р. 15.30-16.30 год.

	та практична значущість. Аналіз відомих експериментів в науці»		
13.	Науково-практичний семінар «Як функціонування мозку змінюється в стані загрози та при ПТСР. Ключові відмінності між психологічним відновленням та психологічною реабілітацією» Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Маяк», «Синхрогімнастика», «Планування активізації»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	09.04.2026 р. 15.30-16.30 год.
14.	Науково-практичний семінар «Структура наукового дослідження. Етапи виконання теоретичних наукових досліджень. Етапи виконання експериментальних наукових досліджень. Структура дисертації. Основні структурні елементи»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	16.04.2026 р. 15.30-16.30 год.
15.	Дослідницька зустріч «Індивідуальні стратегії самопомоги та профілактики вигорання. Аналіз психогігієнічних норм режиму праці та відпочинку. Які інструменти доцільно використовувати для підтримки власного ресурсу» Практичне заняття «Знайомство з діагностичними методиками «Шкала резильєнтності К. Коннора та Дж. Девідсона (CD-RISC-10); Модель «BASIC Ph»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	23.04.2026 р. 15.30-16.30 год.
16.	Семінар-дискусія «Роль «людського фактора» як у виникненні так і у подоланні криз»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	30.04.2026 р. 15.30-16.30 год.
17.	Науково-практичний семінар «Основні групи симптомів ПТСР (згідно з DSM-5)» Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Зосередження на дітях»; «5 відчуттів»; «Я - дерево»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	07.05.2026 р. 15.30-16.30 год.
18.	Науково-практичний семінар «Публікація результатів наукового дослідження. Наукова стаття. Наукова доповідь. Оформлення наукових результатів за виконаною темою у вигляді наукового звіту».	Керівники наукового гуртка та його учасники.	14.05.2026 р. 15.30-16.30 год.
19.	Науково-практичний семінар «Ефект «дзеркальних нейронів» пов'язаний з впливом емоційного інтелекту лідера на колектив» Практичне заняття «Відпрацювання навичок стресостійкості, саморегуляції, психологічної стійкості за допомогою практичних вправ: «Екран», «Потяг	Керівники наукового гуртка та його учасники.	21.05.2026 р. 15.30-16.30 год.

	негативних думок», «Зміна звуку»		
20.	Обговорення «Роль керівника як агента конструктивних змін. Які навички він повинен мати, щоб підтримувати посттравматичного зростання, не доводячи команду до виснаження»	Керівники наукового гуртка та його учасники.	28.05.2026 р. 15.30-16.30 год.
	Підсумкове засідання: «Рефлексія професійного досвіду та перспективи розвитку гуртка»		

Керівники наукового гуртка:

доцент кафедри психології
діяльності в особливих умовах

 Яна АМУРОВА

доцент кафедри психології
діяльності в особливих умовах

 Ілона РУДЕНКО

РОЗГЛЯНУТО:

на засіданні кафедри психології
діяльності в особливих умовах
(протокол від 08.09.25 № 2)