



План роботи Центру еколого-психологічної підтримки

на 2026-2027 навчальний рік
ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка»

План роботи Центру еколого-психологічної підтримки є орієнтовною програмою, за потреби уточнюється відповідно до поточних запитів студентів, викладачів та інших зацікавлених осіб, а також з огляду на зміни соціально-психологічної та екологічної ситуації.

Місяць	Основний напрям / тема	Запланований захід (офлайн / онлайн)	Відповідальні / ресурси
Жовтень 2026	Організацій на робота.	- Підготовка та затвердження плану роботи центру - Анкетування цільової аудиторії щодо запитів на еко-техніки - Запуск інформаційної сторінки / чату - Ознайомча зустріч за темою “Еко-психологія: що це і навіщо”	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
	Взаємодія з природою	Терапевтична прогулянка: «Палітра осені» — фокус на візуальному сприйнятті, збирання природних матеріалів (опалого листя, каштанів, жолудів)	
Листопад 2026	Творча еко-терапія (з підручних матеріалів)	Майстер-клас: Арт-терапевтичне заняття «Еко-аплікація з домашніх запасів» (створення терапевтичного колажу або мандали з круп, зерен, спецій та сушеного листя, квітів плодів).	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
Грудень 2026	Свята, традиції, природні матеріали	Зустріч-практикум: «Ароматерапія хвої та цитрусових: екологічні тригери радості у зимовий період».	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН

		Творчий майстер-клас: «Еко-альтернатива святковим прикрасам» (виготовлення декору зі спилів дерева, шишок, сушених апельсинів, кориці, шишок, гілок, сухоцвітів для зняття дрібної напруги та інше).	
Січень 2027	Арт-терапевтичні техніки + природа	Сенсорна сесія: «Еко-кулінарія: медитативне чаювання» (робота зі смаковими рецепторами, підбір трав'яних зборів під поточний психологічний стан).	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
Лютий 2027	Взаємодія з природою, сенсорні практики	Онлайн-практика «Психологія плекання»: <i>«Психологічна ботаніка: вирощуємо мікрозелень на підвіконні»</i> (як щоденне спостереження за ростом нового життя знижує рівень тривожності).	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
Березень 2027	Перетворення природи в ресурс творчості	Прогулянка-експедиція: «Пошуки першого тепла» (сенсорні зупинки в лісі/парку, спостереження за пробудженням бруньок та рухом соків у деревах).	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
Квітень 2027	Природа як метафора змін, оновлення	Онлайн-зустріч: «Ресурсне відновлення через щоденну прогулянку в природі» (інструктаж, як гуляти усвідомлено).	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
		Акція «Чисте довкілля — чисті думки» (толока з елементами командного психотренінгу).	
Травень 2027	Підсумки, рефлексія, поширення досвіду	Захід-підсумок набутий досвід «Мій внутрішній сад: підсумкова рефлексія та збір ресурсів, отриманих за 8 місяців».	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН

		Публікація , розсилання інформаційних матеріалів	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН
		Заключна зустріч	Керівник центру, координатор, лектори та викладачі ФПАН



План роботи Центру еколого-психологічної підтримки
на 2025-2026 навчальні роки
ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка»

План роботи Центру еколого-психологічної підтримки є орієнтовною програмою, яка за потреби уточняється відповідно до поточних запитів студентів, викладачів та інших зацікавлених осіб, а також з огляду на зміни соціально-психологічної та екологічної ситуації.

Місяць	Основний напрям / тема	Запланований захід (офлайн / онлайн)	Відповідальні / ресурси
Жовтень 2025	Організаційна робота, старт комунікації	- Підготовка плану роботи та затвердження - Анкетування цільової аудиторії щодо запитів на еко-техніки - Запуск інформаційної сторінки / чату - Ознайомча зустріч за темою “Еко-психологія: що це і навіщо”	Керівник центру, координатор, представники ГО «Всеукраїнська екологічна ліга», викладачі ННІ ПАН

Листопад 2025	Тематичне відкриття центру / ароматерапія + природа	“Аромапсихологія природи” : поєднання ароматерапії з природними ароматами + бесіда / вправи Онлайн-презентація / зустріч: «Як природа підтримує психічне здоров’я»	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
Грудень 2025	Свята, традиції, природні матеріали	Офлайн майстер-клас: “Виготовлення святкових прикрас із природних матеріалів”	Керівник центру, викладачі ННІ ПАН
		Онлайн-зустріч: “Ресурсне відновлення через прогулянку в природі”	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
Січень 2026	Арт-терапевтичні техніки + природа	Онлайн-захід: Малювання кавою (експериментальний арт-проект) (За потреби) міні-зустріч на природі: “Зима як ресурс”	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
Лютий 2026	Перетворення природи у ресурс стійкості	Онлайн-захід: “Зелений детокс: як природа лікує емоційне вигорання”	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
Березень 2026	Природа як метафора змін, оновлення	Онлайн-захід: “ Мистецтво лісових купань (Сінрін-йоку): як природа лікує стрес”	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
Квітень 2026	Психологічні техніки самодопомоги	Онлайн-захід: “ Екологічна тривога: як впоратися зі страхом за майбутнє планети”	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
Травень 2026	Підсумки, рефлексія, поширення досвіду	Онлайн-захід: “Рефлексія та ресурси: що дає нам природа?”	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
		Публікація / розсилання інформаційних матеріалів (методичок, порад) з еко-техніками	Керівник центру, координатор

		(За потреби) заключна зустріч офлайн на природі / урочистий міні-захід	Керівник центру, координатор, викладачі ННІ ПАН
--	--	--	--