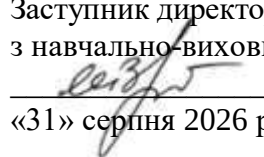


**ВСП «ДУБЕНСЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
РІВНЕНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО ГУМАНІТАРНОГО УНІВЕРСИТЕТУ»**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Заступник директора

з навчально-виховної роботи

 Віктор МАЛЮТА

«31» серпня 2026 року

**ПЛАН РОБОТИ АГІТ-ГРУПИ
«ГАРЯЧА ЛІНІЯ»**

ГРУПА 4-Б

Керівник групи: Марія ШАПОВАЛ

2026-2027 н. р.

Мета діяльності групи «Гаряча лінія»: створення безпечного простору для покращення емоційного стану учасників навчального процесу через взаємодопомогу та постійну підтримку.

Основні цілі групи включають:

Емоційне розвантаження: можливість висловити свої почуття та переживання у середовищі, де їх не засуджують.

Подолання соціальної ізоляції: усвідомлення учасниками того, що вони не самі у своїх проблемах («універсальність страждання»).

Обмін досвідом: отримання практичних порад та дієвих стратегій подолання труднощів від людей, які мають схожий життєвий досвід.

Розвиток навичок самодопомоги: навчання технікам стресостійкості, саморегуляції та ефективної комунікації.

Відновлення внутрішнього ресурсу: пошук мотивації та сил для підтримки психічного здоров'я.

Завдання групи «Гаряча лінія» у 2026-2027 навчальному році адаптовані до викликів сьогодення, процесів очного та змішаного навчання, тривалого стресу та потреби у професійному становленні в умовах війни.

Основними завданнями такої діяльності є:

1. Адаптація та інтеграція

Підтримка першокурсників: допомога в пристосуванні до нових форм навчання, колективу та умов проживання (особливо для ВПО).

Відновлення соціальних зв'язків: подолання ізоляції, спричиненої дистанційним навчанням, та формування відчуття приналежності до студентської спільноти.

2. Психоедукація та саморегуляція

Навчання стійкості: розвиток **резильєнтності** – здатності долати труднощі та зберігати психічне здоров'я через когнітивно-поведінкові методи.

Ментальне просвітництво: підвищення обізнаності про депресію та тривожність, проведення скринінгів для вчасного виявлення симптомів.

3. Емоційна та кризова підтримка

Стабілізація стану: надання технік подолання панічних атак, апатії та «вигорання» під час сесій.

Робота з травматичним досвідом: психологічна допомога студентам, які зазнали впливу війни, мають родичів у зоні бойових дій або втратили близьких.

4. Професійний та особистісний розвиток

Розвиток софт-скілів: формування емоційного інтелекту, навичок конфліктології та ефективної комунікації.

Профілактика деструктивної поведінки: запобігання академічній недоброчесності через стрес та попередження залежностей як способів «втечі» від реальності.

Члени гуртка: всі студенти групи 4-Б

Староста: Ковальчук Валерія.

Час проведення: 1-3 четвер кожного місяця на 15:00 год.

План роботи агіт-групи на 2026-2027 н.р.

03.09.2026 – планування роботи на 2026-2027 н.р.

17.09.2026 – вибір тем заходів в I семестрі 2026-2027 н.р.

01.10.2026 – затвердження сценарію та підготовка заходу «Стрес та методи його подолання»

15.10.2026 – проведення заходу «Стрес та методи його подолання» для студентів 1-2 курсів

05.11.2026 – затвердження сценарію та підготовка заходу «Конфлікти в нашому житті»

19.11.2026 – проведення заходу «Конфлікти в нашому житті» для студентів 3 курсів

03.12.2026 – підведення підсумків за I семестр 2026-2027 н. р.

04.03.2027 – затвердження тем заходів на II семестр.

18.03.2027 – затвердження сценарію та підготовка заходу: Безпечний інфопростір: загрози та виклики сьогодення

04.04.2027 – проведення заходу «Безпечний інфопростір: загрози та виклики сьогодення» для студентів 1-4 курсів

18.04.2027 – затвердження сценарію та підготовка заходу: «Булінг: основні ознаки та протидія»

01.05.2027 – проведення заходу «Булінг: основні ознаки та протидія» для студентів 1-4 курсів

15.05.2027 – звіт старости гуртка щодо проведених заходів за 2026-2027 н.р.