10 жовтня 2016 року – Всесвітній день психічного здоровʼя

**«ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВʼЯ ВАЖЛИВЕ»**

Програма заходів Інституту психічного здоровʼя, кафедри клінічної психології та кафедри психології та психотерапії

Українського Католицького Університету

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8.15-9.30 | **Акція «Психічне здоровʼя важливе»**  *На всіх входах в УКУ перед початком робочого дня студенти-волонтери роздаватимуть браслети та наліпки з написом «Психічне здоровʼя важливе»* | Усі корпуси УКУ |
| 11.00-12.00 | **Майстерня «Плейбек-театр»** (Віталій Климчук, Вікторія Горбунова)  *Плейбек-театр – особливе дійство, яка є на межі між мистецтвом та психологією. В цьому театрі відсутні режисура та готові сценарії. Є Актори та Глядачі, та глядацькі історії. Глядачі оповідають свої історії, а Актори їх грають, віддзеркалюють, та повертають Глядачам. На майстерні учасники зможуть доторкнутися до плейбеку, побути в ролі і Акторів, і Глядачів.* | Аудиторія 041 (Свєнціцького, 17) |
| 12.30-14.00 | **Акція «Єдність і неподільність людини»**  *Усі відвідувачі трапезної зможуть на кілька хвилин зупинитися, і на великих аркушах паперу маркерами написати, як вони можуть турбуватися про своє тіло, душу та психіку. Про підсумки акції можна буде дізнатися ввечері, о 18.00 (конференц-зал УКУ, вул. Іл. Свєнціцького, 17).*  *Організатори акції - Christina Hampton and Peace Corps volunteers.*  **«Психічне здоровʼя в колажах»**  *Презентація колажів на тему психічного здоровʼя від студентів бакалаврської програми з психології (організатор – кафедра психології та психотерапії УКУ).* | Трапезна УКУ (Козельницька, 2а). |
| 15.00-16.15 | **Майстерня «Музика і мозок»** (Кеті Фіцджеральд , волонтер корпусу Миру США).  *Семінар розкриває когнітивні і фізіологічні наслідки музики. Учасники дізнаються про: 1) Вплив музики на мозок, 2) Використання музики як інструменту для більш ефективного викладання чи навчання, 3) «Автор пісні 101» (відкриття в собі композитора) , 4)Переваги від «віночка пісень» і як його створювати. Під час семінару будуть розглянуті практичні методи які допоможуть студентам зробити музику частиною свого життя, щоб стати щасливішими, здоровішими і більш успішними. Також на семінарі розглянуть нейрокогнітивне сприйняття творення музики.* | Аудиторія 041 (Свєнціцького, 17) |
| 16.30-18.00 | **Шість гіпотез щодо розладів психічного здоровʼя** (доповідь з елементами дискусії та рефлексії, Олександр Аврамчук)  *Стигматизація як негативне, упереджене ставлення, що дискредитує людину поміж інших, є властивою нашому суспільстві. Чи не є дискримінація людей, які мають психічні розлади, проявом нашої власної тривоги перед чимось невідомим, непередбачуваним, можливо небезпечним або таким, що робить нас вразливими, перед “не такими як ми”… Але що насправді ми знаємо про це?! Доповідь спрямована на розширення знань та творення дискусії щодо міфів про особливості людей з розладами психічного здоровʼя.* | Аудиторія 041 (Свєнціцького, 17) |
| 18.00-19.00 | **Науково-практично-творчий семінар «Mental Health Matters»**  *Вітальне слово керівників програм у сфері психічного здоровʼя УКУ (Олег Романчук, Вікторія Горбунова, Галина Католик);*  *Обговорення акції «Єдність і неподільність людини» (Christina Hampton & Peace Corps volunteers);*  *Презентація студентських колажів на тему психічного здоров’я (студенти бакалаврської програми з психології УКУ)*  *«Психодинамічна психотерапія в контексті психологічного здоровʼя українців» (Галина Католик);*  *«Немає здоровʼя без психічного здоровʼя» (Віталій Климчук);*  *«Чи можна допомогти самому собі, потрапивши у пастку алкогольної залежності?» (Андрій Карачевський);*  *«Простір надії» (презентація роботи Центру психічного здоровʼя та травматерпії «Простір надії», Юлія Стадницька).* | Конференц-зал УКУ (Свєнціцького, 17) |