



ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА

Національного університету кораблебудування
імені адмірала Макарова

Миколаїв 2026

Про службу

Психологічна служба — структурний підрозділ університету, що надає психологічну допомогу, підтримку та просвіту студентам і співробітникам. У 2025–2026 н. р. служба працювала в умовах воєнного часу, зберігаючи психічне здоров'я спільноти.



Литвиненко Ірина Сергіївна

Керівник психологічної служби
(2025–2026 н. р.)
канд. психол. наук, доцент



Мухіна Людмила Михайлівна

Керівник психологічної служби
(з вересня 2026 р.)
канд. психол. наук, доцент

Команда служби



Індивідуальні консультації проводить **Литвиненко Ірина Сергіївна**
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології.



Групову роботу зі студентами проводить **Ларченко Ірина Володимирівна**
кандидат психологічних наук, викладач кафедри психології.



Організовує практику студентів **Мухіна Людмила Михайлівна**
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології.



Тренінги проводить **Чугуєва Інна Євгенівна**
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології.



Дистанційну підтримку надає **Коренєва Юлія Петрівна**
канд. психол. наук, старший викладач (скринька довіри, Facebook).



Тренінги для мобілізованих військових проводить **Карсканова Світлана Вікторівна**
кандидат психологічних наук, доцент, в. о. завідувача кафедри психології.

Рік у цифрах

270

індивідуальних консультацій
за 2025–2026 н. р.

70%

консультацій — в онлайн-форматі
(30% — змішана форма)

90%

учасників відзначили покращення
емоційного стану

95%

рекомендували б послуги
служби іншим

Напрямки роботи

1 **Індивідуальні консультації**

3 **Тренінги з Першої
психологічної допомоги**

5 **Профілактика булінгу**

7 **Дискусійні зустрічі та
інтерактивні ігри**

2 **Групова робота зі студентами**

4 **Тематичні психологічні
тренінги**

6 **Тренінги для мобілізованих
військових**

8 **Направлення до фахівців
Червоного Хреста**

Консультації та підтримка

Індивідуальні консультації

270 консультацій за 2025–2026 н. р. (70% онлайн, 30% змішана форма). Проводяться за попереднім записом: очна зустріч, телефоном або відео-зустріч онлайн.

Направлення до фахівців Червоного Хреста

У разі складних запитів є можливість направлення на безкоштовні консультації фахових психологів Миколаївської обласної організації Товариства Червоного Хреста України — згідно з договором про співпрацю між НУК і МООТЧХУ.

Основні теми звернень



Також обговорювались:

- Виховання дітей, батьківська компетентність
- Психологічні особливості дітей і підлітків
- Діти з особливими освітніми потребами
- Переваги здорового способу життя
- Самодопомога при стресі й тривозі

Групова робота зі студентами

Групи підтримки (здобувачі, викладачі, родини військових), антистресові тренінги, круглі столи «Відверто про складне», практичні семінари для кураторів щодо підтримки переселенців і тих, хто пережив втрату.



Тренінги адаптації для першокурсників

Спеціальності: психологія, логопедія, початкова освіта, дошкільна освіта.

Жовтень 2025 року.



Профілактика булінгу

Цикл заходів з ініціативи Студентської Ради (модератор — Олексюк Олеся Миколаївна, Центр молодіжної політики та кар'єрного розвитку). Провели Ірина Сергіївна Литвиненко та керівник гуртка «Психея» Ірина Володимирівна Ларченко.

20 березня 2026

Перший захід циклу: майстер-класи, аналіз відеосюжетів і кейсів булінгу, розвиток критичного мислення та емпатії.

27 березня 2026

42 здобувачі Гуманітарного та Філологічного факультетів: селфхарм, ролі булера, жертви й свідка, практико-орієнтований формат.

Продовження: міні-зустрічі з академічною групою інституту ім. В. О. Сухомлинського (спец. «Логопедія», куратор Белюк Олена Геннадіївна) — аналіз казок і життєвих ситуацій, пов'язаних з булінгом.

Тренінги для мобілізованих військових

Співпраця з Навчальним центром військово-морських сил ЗСУ та 198 бригадою: практичні техніки психологічної самодопомоги — дихання, заземлення, зниження стресу («сам собі психотерапевт»).

17 листопада 2025

35 учасників. Тренінг провела доцентка Світлана Вікторівна Карсканова — початок співпраці зі 198 бригадою.

15 травня 2026

40 учасників. Керівник заходу — Світлана Вікторівна Карсканова, долучилась Ірина Володимирівна Ларченко.

Тренінги з Першої психологічної допомоги

Сертифіковані Національним комітетом Товариства Червоного Хреста України — для студентів і співробітників.



Тематичні тренінги · 1

«Знайомимося з групою» — для першокурсників.

«Ефективна і безпечна комунікація» — для студентів різних курсів.



Тематичні тренінги · 2

«Протидія професійному вигоранню» — для викладачів.

«Стрес, тривога, самодопомога в умовах війни».



Дискусійні зустрічі та ігри · 1

Відкриті дискусійні зустрічі з актуальної психологічної тематики та психологічні інтерактивні ігри.



Дискусійні зустрічі та ігри · 2



Просвітницька діяльність

Інформаційні пости на сторінках університету в соцмережах:

- «Емоційне виснаження — маркери розпізнавання»
- «Самодопомога — як вгамувати кортизол»
- «Табу на радість життя під час війни» — «за» і «проти»
- Психологічна допомога людям похилого віку («Тепло поколінь»)
- «Психолог слухає» — допомога в екстремальних ситуаціях
- Досвід провідних вітчизняних і зарубіжних психологів

Слідкуйте за оновленнями: [instagram.com/nuos.psychology](https://www.instagram.com/nuos.psychology)



Виклики, потреби та плани

Потреби

- Регулярні супервізії для команди служби
- Автоматизована система запису на консультації

Виклики

- Психоемоційна втома фахівців
- Складні психотравмуючі запити
- Дистанційний формат навчання

Плани на 2026–2027

- Кризова «гаряча лінія» на базі університету
- Курс «Сам собі психолог»
- Мобільний застосунок для запису

Наші успішні студенти-психологи

Студенти-психологи, які пройшли практику в психологічній службі університету, сьогодні є провідними фахівцями Миколаївської обласної організації Товариства Червоного Хреста України. Вони отримали своє перше робоче місце і сьогодні їхня праця є невід'ємною складовою у підтримці психічного здоров'я жителів Миколаєва і області.



Мацик Максим · Кузьменко Світлана · Чухліб Анна · Болотня Ганна ·
Попова Олена · Фучило Дар'я · Дубова Світлана



Дякуємо за увагу!

Психологічна служба НУК ім. адмірала Макарова