



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНА НАУКОВА УСТАНОВА
«ІНСТИТУТ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЗМІСТУ ОСВІТИ»

вул. Митрополита Василя Липківського, 36, м. Київ, 03035, тел./факс: (044) 248 25 13
E-mail: info@imzo.gov.ua, <https://imzo.gov.ua>, код ЄДРПОУ 39736985

На № _____ від _____

Керівникам департаментів
(управлінь) освіти і науки обласних,
Київської міської державних
адміністрацій

Керівникам закладів післядипломної
педагогічної освіти

Керівникам закладів освіти

Про проведення Всеукраїнського онлайн-форуму
«День ментального здоров'я»
З нагоди Всесвітнього дня психічного здоров'я

Державна наукова установа «Інститут модернізації змісту освіти» повідомляє, що 10 жовтня 2026 року відбудеться Всеукраїнський онлайн-форум «День ментального здоров'я» (далі Форум).

Організаторами Форуму є Державна наукова установа «Інститут модернізації змісту освіти», освітня платформа «4 People», ГО «Агенція сталого розвитку та освітніх ініціатив», а також інші громадські організації та партнери.

Ментальне здоров'я сьогодні є одним із ключових чинників благополуччя людини, її професійної ефективності, соціальної активності та сталого розвитку суспільства. В умовах повномасштабної війни питання психічного здоров'я набувають особливої актуальності, адже українці щодня переживають широкий спектр емоцій – від страху, тривоги й виснаження до надії та віри в майбутнє. Такий емоційний стан є природною реакцією психіки на тривалий стрес і травматичний досвід війни.

Особливо гостро ці виклики відчуває освітянська спільнота. Освітняни не лише забезпечують безперервність освітнього процесу, а й щодня підтримують дітей, молодь, батьків і колег, формуючи психологічно безпечне освітнє середовище. Саме тому турбота про ментальне здоров'я освітян є важливою передумовою збереження психоемоційного благополуччя всіх учасників освітнього процесу та інвестицією у майбутнє країни.



ДНУ "Інститут модернізації змісту освіти"
21/08-282 від 24.07.2026
ЗАВАЛЕВСЬКИЙ ЮРІЙ ІВАНОВИЧ 24.07.2026 12:58
перший заступник
5E984D526F82F38F040000002A66DA00B06D0507 / Дійсний з 24.12.2025 до 24.12.2026

Сучасні міжнародні дослідження засвідчують стаłe зростання рівня тривожності, хронічного стресу та професійного вигорання серед представників освітнього середовища. За оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я, мільйони українців потребують психологічної підтримки внаслідок війни. У цих умовах особливого значення набувають не лише психологічна допомога, а й формування культури ментального благополуччя, розвиток психологічної стійкості, життєстійкості (резильєнтності), емоційної грамотності та навичок саморегуляції.

Саме тому проведення Форуму до Всесвітнього дня психічного здоров'я є своєчасною відповіддю на сучасні виклики. Форум стане платформою для професійного діалогу, обміну досвідом, презентації науково обґрунтованих та інноваційних практик, що сприятимуть розвитку культури турботи про ментальне здоров'я, зміцненню психологічної стійкості та формуванню безпечного, інклюзивного й здоров'язбережувального освітнього середовища.

Метою Форуму є розвиток професійної, психологічної та здоров'язбережувальної компетентності педагогічних, науково-педагогічних і керівних працівників освіти щодо збереження, зміцнення та розвитку ментального здоров'я, психологічної стійкості й психоемоційного благополуччя.

Форум спрямований на ознайомлення учасників із сучасними науково обґрунтованими та практичними підходами до підтримки ментального здоров'я, розвитку навичок емоційної саморегуляції, профілактики професійного вигорання, формування психологічно безпечного освітнього середовища та впровадження інноваційних здоров'язбережувальних практик в освітній процес.

У межах форуму будуть розглянуті сучасні підходи та практики підтримки ментального здоров'я зокрема: можливості Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?»; нейрострибки як сучасний нейрофітнес для розвитку мозку та психоемоційного благополуччя; харасмент як форма психологічного насильства: профілактика, розпізнавання та захист; петриківський розпис як арттерапевтична практика; сучасні виклики ментального здоров'я та психотерапевтичні практики самопізнання: самопізнання себе через діаграму Ділтса та архетипи Юнга; медитативні практики для гармонії тіла й розуму; фітнес як ресурс ментального здоров'я та лідерства; сучасні підходи до фізичної культури через рух і психоемоційне благополуччя; роль міжкультурних асистентів у збереженні ментального здоров'я дітей та молоді; міжнародний досвід підтримки ментального здоров'я; поезія як джерело єдності, внутрішньої сили та психологічної підтримки; феномен посттравматичного зростання як ресурсний підхід до зміцнення психологічної стійкості; сучасні інклюзивні практики підтримки ментального здоров'я кожної дитини.

Форум поєднає наукові доповіді, практичні майстер-класи, інтерактивні вправи, арттерапевтичні, медитативні та здоров'язбережувальні практики, спрямовані на формування культури турботи про ментальне здоров'я.

Для участі у Всеукраїнському онлайн-форумі «День ментального здоров'я» просимо зареєструватися до 9 жовтня 2026 року за **покликанням**: <https://forms.gle/Bu6hcEmMi7soncaQ6>

До участі у форумі запрошуються педагогічні, наукові та науково-педагогічні працівники, керівники та заступники керівників закладів дошкільної, загальної середньої, позашкільної, професійної (професійно-технічної), фахової передвищої, вищої освіти, спеціалісти відділів, управлінь і департаментів освіти, працівники закладів післядипломної педагогічної освіти, міських та районних відділів освіти, начальники (керівники) відділів освіти ОТГ, аспіранти, студенти закладів освіти та інші зацікавлені особи.

Навчання у якості слухача безоплатне. Усі учасники отримають доступ до сучасних технологій та ексклюзивних матеріалів.

У рамках Форуму можна пройти підвищення кваліфікації й отримати сертифікат на 6 годин / 0,2 ЄКТС або на 15 годин / 0,5 ЄКТС відповідно до освітніх програм підвищення кваліфікації з різних профілів освітньої діяльності (ознайомитися можна на сайті ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» у розділі «Діяльність. Освітні послуги. Підвищення кваліфікації» за покликанням: <https://imzo.gov.ua/diyalnist/osvitni-posluhy-pidvyshchennia-kvalifikatsii/osvitni-prohramy/>

Контактні особи: Коломоєць Галина Анатоліївна – 097-842-32-67; Тимошенко Олена Володимирівна – 067-264-83-17.

Просимо довести дану інформацію до наукової та педагогічної спільноти.

Перший заступник директора

‘ Юрій ЗАВАЛЕВСЬКИЙ