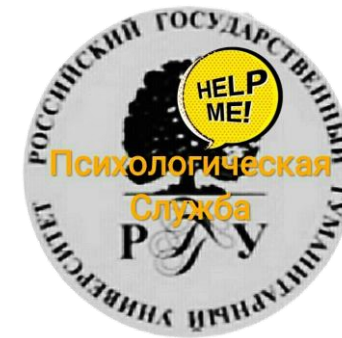




Групповые формы работы как элемент модели Психологической службы гуманитарного вуза

Кондратьев Д.Н., руководитель Психологической службы РГГУ

Буркова Д.А., психолог

Потапова О.В., психолог

Кисельников А.А., психолог

Москва, 2025

Психологическая служба Департамента по работе с молодежью РГГУ

Основана приказом ректора в 2018 г., с 2024 г. входит в Департамент по работе с молодежью

8 консультирующих психологов разных возрастов и направлений, 2 делопроизводителя (итого 5,6 ст.)

- 2 клинических психолога
- 1 психолог-профориентолог
- 2488 индивидуальных консультаций в 2024 г.
- 30 встреч, 163 чел. посетило групповые занятия (2024 г. - н.в.)
- **более 3500 чел. посетило просветительские, презентационные (первокурсники) и лекционно-тренинговые занятия**

Экзистенциальный анализ и логотерапия, арт-терапия, гуманистический подход, когнитивно-поведенческий подход, понимающая психотерапия.

Индивидуальное и парное, запланированное и срочное психологическое консультирование; психодиагностика; психопросвещение; горячая линия; СПТ.



Групповые формы работы в РГГУ

Тематические тренинговые занятия

Лекционно-тренинговые занятия, в том числе с участием приглашенных специалистов

Группа Самопринятия

Группа поддержки для студентов с депрессивными переживаниями и тревогой



Акцент на психологические состояния

Цель групповой работы - так или иначе **помочь студенту пережить опыт** принятости, открытости в безопасных границах, увиденности, воспринятости всерьез.

Самопознание и самопонимание – среди большинства запросов на групповую работу в службе.



Принципы конструирования тренинговых программ

- Соответствие возрастным психологическим особенностям обучающихся
- Акцент на создание безопасного пространства и установление контакта
- Диалогичность
- Подключение нескольких модальностей
- Применение различных методов в соответствии с задачами занятия



Группа поддержки для студентов с депрессивными переживаниями и тревогой

Основа - теория четырех фундаментальных мотиваций экзистенциального анализа Альфрида Лэнгле

Цель - снижение депрессивных и тревожных переживаний у студентов (чувство вины, самообвинение, апатия, проблемы с самооценностью и трудности из-за неприятия психологических проблем родственниками).

С 2023 года психологи службы провели **20 встреч группы поддержки**. На данный момент встречи посвящены теме Смысла жизни.



Обратная связь от участников группы поддержки

«Мое состояние улучшилось после первого сеанса в группе. Мне было важно найти себя, вернее, вспомнить, какой я была «ДО» определенных потрясений в моей жизни...

В группе мы разделились на подгруппы и рассказывали о своих интересах. С ребятами мы пришли к выводу о том, что чувство наполненности жизни у нас вызывает занятие фотографией и прослушивание музыки.

После этого сеанса я многое переосмыслила для себя, и через пару дней я пошла фотографировать летнюю, теплую Москву. Могу с уверенностью заявить, что если бы не тот сеанс с группой, возможно, я бы «находила себя» еще несколько месяцев, а то и несколько лет»

Группа по самопринятию “Принимать себя: Как?”



Программа группы рассчитана на 5 встреч и построена на основе четырех фундаментальных мотиваций (ФМ) экзистенциального анализа А.Лэнгле

	Название встречи	Обсуждаемые темы
1ФМ	Могу ли я быть?	Тело, способности и ограничения
2ФМ	Нравится ли мне жить?	Чувства, эмоции, близость и отношения с собой
3ФМ	Имею ли я право быть таким, какой я есть?	Самоценность, уникальность
4ФМ	Что делает мою жизнь значимой?	Выборы, решения, авторство жизни
итог	Обобщение и интеграция опыта	Подведение итогов

Групповая работа в ВУЗе на примере РГГУ (модель психологической службы социально-гуманитарного вуза)

- Снижает депрессивные переживания и тревожность
- Улучшает коммуникативные и социальные навыки
- Помогает лучше справляться с проблемами в обучении и бороться со стрессом
- Способствует благоприятному психологическому климату и адаптации
- Профилактирует эмоциональное выгорание и девиантное поведение



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА РГГУ

БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСИ

ГРАФИК РАБОТЫ ПН - ПТ с 10:00 до 18:00
Миусская площадь, д. 6, корпус 3, кабинет 407



СТРАНИЦА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
СЛУЖБЫ РГГУ



ФОРМА ЗАЯВКИ НА
КОНСУЛЬТАЦИЮ



Наша почта
psysupport@rggu.ru

Телефон
+7 903 618-07-20
+7 495 250-62-87

Телефон горячей линии
+7 967 199-33-50

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ *Мы здесь для Вас!*

Сотрудники Психологической службы РГГУ:

Д.Н. Кондратьев, руководитель

Т.М.Пилюк, ведущий психолог

Л.Н.Фролова, психолог I категории

Л.Н. Баянова, психолог

Д.А.Буркова, психолог

А.А. Кисельников, психолог

О.В. Потапова, психолог

Н.Н. Толстых, психолог

М.А. Яныкина, психолог

Е.А. Вистинецкая, делопроизводитель

Ю.И. Бодуэн, делопроизводитель

Куратор службы - директор Департамента по работе с
молодежью И.Р. Болквадзе