



Санкт-Петербургский  
государственный  
университет

### Номинация 1:

Программы по психологическому просвещению в рамках профессиональной ориентации и планирования профессиональной карьеры обучающихся образовательной организации высшего образования

### Название программы:

**«Я/Мы - профи».**

### Авторы:

Леонтьева Мария Юрьевна, психолог, Психологическая клиника, Центр карьер, Учебное управление, Главное управление по учебной и методической работе, Ректорат, ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»; 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., д. 7-9; e-mail: [psy.clinic@spbu.ru](mailto:psy.clinic@spbu.ru); телефон: +79216391958

Дубовских Юлия Владимировна, психолог, Психологическая клиника, Центр карьер, Учебное управление, Главное управление по учебной и методической работе, Ректорат, ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»; 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., д. 7-9; e-mail: [psy.clinic@spbu.ru](mailto:psy.clinic@spbu.ru); телефон: +79219529530

## Программа проекта “Я/Мы - профи”:

### 1. *Обоснование практической актуальности*

Сегодня мы живем в быстро изменяющемся, непредсказуемом, хрупком мире с высоким уровнем стрессовой нагрузки. Адаптация к этим условиям и необходимость поиска внешней и внутренней устойчивости, а также раскрытие личного потенциала человека стимулируют интерес общества к достижениям психологии. Проект “Я/Мы - профи” представляет собой серию онлайн-встреч, где выпускники-психологи рассказывают о результатах своих научно-исследовательских работ широкой аудитории, а эксперты-психологи делятся профессиональными достижениями со студентами-психологами.

Стратегией развития информационного общества в Российской Федерации на 2017-2030 годы, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 09.05.2017 № 203 определено, что информационное общество – общество, в котором информация и уровень ее применения и доступности кардинальным образом влияют на экономические и социокультурные условия жизни граждан, в целях развития информационного общества государством создаются условия для формирования пространства знаний и предоставления доступа к нему, совершенствования механизмов распространения знаний, их применения на практике в интересах личности, общества и государства [14].

Названной Стратегией также определены цели формирования информационного пространства, основанного на знаниях, а именно - обеспечение прав граждан на объективную, достоверную, безопасную информацию и создание условий для удовлетворения их потребностей в постоянном развитии, получении качественных и достоверных сведений, новых компетенций, расширении кругозора. Также указывается, что формирование информационного пространства знаний осуществляется в том числе путем реализации просветительских проектов, создания для граждан общедоступной системы знаний и представлений.

В тоже время профессиональное становление специалистов-психологов и их профессиональное развитие, а также профессиональная самореализация на разных уровнях побуждают к постоянному обучению и повышению квалификации. Понимание значения непрерывного повышения квалификации, а также дополнительное обучение является особенно важным на этапе студенчества и первых шагов в профессиональной деятельности специалистов помогающих профессий.

В связи с чем мы видим миссией нашего проекта решение нескольких задач:

- психологическое просвещение и пропаганду психологических знаний, информирование и ознакомление широкой аудитории с современными направлениями психологических исследований и научно обоснованными рекомендациями в разных жизненных сферах.
- повышение профессионального уровня психологов вузов, студентов и выпускников психологических факультетов.

- важность формирования в обществе позитивного образа профессионального психолога и выпускника вуза как компетентного специалиста, осознающего значимость непрерывного повышения своих профессиональных компетенций.

## *2. Описание участников программы (контингент, его специфическая характеристика).*

Программа проекта по психологическому просвещению «Я/мы – профи» включает серию вебинаров (онлайн-встреч), на которых выпускники факультета психологии СПбГУ и приглашенные эксперты-психологи знакомят обучающихся и всех желающих с результатами своих научных исследований и профессиональных достижений.

Участниками программы являются обучающиеся СПбГУ, всех направлений и уровней, а также остальные слушатели, интересующиеся современными научными исследованиями в психологии. Вебинары реализуются на площадках социальных сетей ВКонтакте, в группах Психологической клиники СПбГУ [Психологическая клиника СПбГУ \(vk.com\)](https://vk.com/clinic.psychology.spbu) <https://vk.com/clinic.psychology.spbu> (3396 подписчиков по состоянию на 31.08.2024) и Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ [Профориентация и профессиональное развитие \(vk.com\)](https://vk.com/proforient.spbu) <https://vk.com/proforient.spbu> (828 подписчиков по состоянию на 31.08.2024).

За время реализации проекта, среди участников представлены следующие категории слушателей: обучающиеся СПбГУ и других учебных заведений, профессиональные психологи, взрослые участники, интересующиеся психологией, школьники в период профессионального самоопределения и их родители. Совокупная потенциальная целевая аудитория проекта составляет более 4000 человек. Особенности функционирования социальных сетей позволяют не только просматривать прямой эфир вебинара, но и смотреть его в записи, а также по необходимости обращаться к записям предыдущих сезонов. Таким образом, расширение потенциальной целевой аудитории участников-слушателей может происходить в связи с ретаргетингом внутри социальной сети ВКонтакте, а также с связью с размещением активных ссылок на записи эфиров на других ресурсах Психологической клиники (телеграм-канал Центра профессионально-личностного консультирования [https://t.me/proforient\\_spbu](https://t.me/proforient_spbu) и сайт факультета психологии СПбГУ [Отделение профессионально-личностного консультирования \(spbu.ru\)](https://psy.spbu.ru/department/psychcentre/prof-consult) <https://psy.spbu.ru/department/psychcentre/prof-consult>)

Программа включает в себя два блока: *1 блок.* Серия онлайн-встреч с выпускниками факультета психологии СПбГУ, в рамках которых выпускники знакомят слушателей с результатами своих научных исследований (на основе выпускных квалификационных и дипломных работ, прошедших защиту на факультете психологии СПбГУ). В качестве спикеров привлекаются стажеры Центра профессионально-личностного

консультирования Психологической клиники СПбГУ как наиболее релевантные проекту специалисты. Все они проходили на базе Психологической клиники СПбГУ факультативную тьюторскую группу по развитию навыков профессионально-личностного консультирования, программу ко-консультирования и стажерства. Выступление на вебинаре в качестве спикера обогащает их профессиональный опыт, развивает гибкие навыки публичного выступления во время прямого эфира онлайн, а также является своеобразной “профессиональной инициацией”, так как серия онлайн встреч проходит в середине-конце июня, то есть сразу после защит. Таким образом, для участников спикеров участие в проекте является одновременно и профилактикой и сопровождением нормативного профессионального кризиса выпускника [2, 4, 7, 10]. Участники-докладчики 1 блока – это выпускники факультета психологии университета, которые подготовили и защитили перед научным сообществом свои исследовательские работы, и участвуя в проекте имеют возможность представить результаты своих НИР заинтересованной аудитории.

2 блок. Серия онлайн-встреч с экспертами-психологами, реализуемая в течение всего учебного года. В качестве спикеров приглашаются как преподаватели СПбГУ, так и внешние эксперты городского и всероссийского уровня. Эти эксперты имеют значимый опыт научно-исследовательской или практической деятельности в сфере психологии развития и дифференциальной психологии, профессиональной ориентации подростков и взрослых, профессионального и личностного развития в разные возрастные периоды. Для слушателей-психологов эти онлайн встречи являются одновременно и возможностью повышения квалификации и вхождением в профессиональное сообщество.

Для второго блока проекта используется три формата организации онлайн-встреч:

- 1) вебинары с трансляцией в прямом эфире в социальных сетях (как для эфиров первого блока). Темы для таких вебинаров могут подбираться с учетом их социальной значимости и запроса для слушателей).
- 2) онлайн-встречи в формате семинара или тренинга с последующей записью, доступной только участникам встречи, где в качестве участников-слушателей приглашаются только студенты-стажеры Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники. Такой формат предполагает тесное взаимодействие участников встречи с приглашенным спикером, включающее элементы демосессии либо психологического практикума с глубоким личностным погружением всех участников.
- 3) онлайн-встречи в формате конференции с последующей записью, доступной только участникам встречи. В качестве участников-слушателей приглашаются все заинтересованные профессиональные психологи и студенты психологических вузов. Такой формат проведения встречи предполагает предварительную регистрацию и отбор участников встречи, а также организацию предварительного информирования потенциальных участников-слушателей.

Спикеры-эксперты приглашаются к участию по решению организаторов

проекта и получают возможность взаимодействия с потенциальной целевой аудиторией для формирования позитивного личного бренда самого эксперта. Кроме того, у них есть возможность рассказать о своем профессиональном пути начинающим специалистам, что может способствовать их собственному профессиональному развитию на разных стадиях мастерства [4, 6, 7, 8, 11, 12].

### *3. Описание цели и задач программы*

Цели программы:

- 1) популяризация современных научных знаний и достижений в области психологии
- 2) повышение профессионализма выпускников-психологов факультета психологии СПбГУ, содействие в преодолении кризиса выпускника
- 3) формирование имиджа психолога Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ как профессионала, опирающегося на научно-теоретическую базу в решении практических задач.

Задачи программы:

Для достижения каждой из поставленных целей предполагается решение комплекса задач.

В части организации программы:

1.1) Проведение маркетинговых (рекламных) мероприятий, для информирования целевой аудитории о проекте, освещение планируемого мероприятия в социальных сетях.

1.2.) Подготовка графических материалов. Использование современных средств графического дизайна и технологий онлайн вещания, для формирования наиболее благоприятного восприятия аудио- и визуальной информации.

1.3.) Подготовка докладчиками выступлений о современных психологических исследованиях способом, доступным для восприятия непрофессионалами. Доклад «должен быть понятен подростку», что создает необходимость расшифровки всех профессиональных терминов доступным для понимания языком.

1.4.) Включение в текст доклада раздела о практическом применении полученных знаний в психологическом консультировании и, при возможности, в бытовой практике.

В части спикеров-участников проекта:

2.1.) Приобретение и развитие выпускниками вуза навыков публичного выступления, участие в проекте может являться первым опытом взаимодействия в прямом эфире с широкой аудиторией, если не первым публичным выступлением подобного рода;

2.2.) Подготовка спикеров к выступлению предполагает «инвентаризацию их собственного опыта», что способствует повышению уверенности в себе и присвоению личных профессиональных достижений;

2.3.) Адаптация результатов своего научного исследования для слушателей-непрофессионалов и для коллег-психологов, а также для консультативной практики в целом.

В части слушателей программы:

3.1.) Повышение психологической компетентности и профессиональной грамотности населения, в том числе обучающихся СПбГУ.

3.2.) Расширение объема достоверной и научно обоснованной информации в области психологии, применимой как в профессиональной деятельности, так и в решении бытовых жизненных задач.

3.3.) Поддержка профессионального развития и психологического благополучия студентов и других участников образовательного процесса.

Дополнительные задачи:

4.1.) Формирование и включение ценности научного знания во все этапы работы над проектом.

4.2.) Демонстрация широкой аудитории образа психолога-профессионала, опирающегося в своей практике на научные достижения.

4.3.) Получение опыта публичности и самопрезентации докладчиками-выпускниками.

4.4.) Самоидентификация студентов и выпускников с профессиональным психологическим сообществом.

4.5.) Получение поддержки и рекомендаций от психологического сообщества через вопросы и обратную связь.

4.6.) Повышение лояльности и доверия потенциальной целевой аудитории к Центру профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ через возможность познакомиться с самими стажерами и транслируемыми ценностями сообщества.

#### *4. Научные, методологические и методические основания программы.*

Для организации и проведения проекта используются следующие научные, методологические и методические основания:

Теоретическим и практическим фундаментом программы являются концепции и знания, разработанные в рамках следующих научных психологических направлений:

- Психология развития и дифференциальная психология
- Акмеология
- Основы психологического консультирования
- Психология массовых коммуникаций и психология рекламы
- Психология делового общения, формирования имиджа и личного бренда
- Психология влияния и навыки публичных выступлений
- Теория профессионального развития

- Концепция нормативных профессиональных кризисов
- Концепция непрерывного профессионального образования

Реализация программы осуществляется с опорой на следующие методологические и методические принципы:

- Принцип последовательности формирования гибких навыков, таких как навыки ведения публичного выступления, навыки перевода профессиональных терминов на язык, доступный для понимания широкой аудитории, навыки самопрезентации, навыки работы в прямом эфире, навыки работы в сервисах для проведения онлайн-трансляций и т.д.

- Принцип компетентности подразумевает адекватную оценку своих полномочий, знаний и навыков и постоянное повышение своей профессиональной квалификации.

- Принцип ответственности за публичные высказывания на психологические темы в средствах массовой информации и в публичных выступлениях. Популяризация психологических знаний направлена на повышение психологической культуры, психологической компетентности, психологической безопасности участников и слушателей проекта.

- Принцип профессиональной кооперации выражается в уважительном отношении к другим специалистам и коллегам.

- Принцип научно-методической обоснованности подразумевает использование научно обоснованных подходов, методов и техник.

Также при подготовке программы были использованы методические рекомендации по организации психологического просвещения в образовательных организациях высшего образования, утвержденные Минобрнауки 06.12.2023 и опыт психологических служб вузов РФ [13].

*5. Сроки и этапы реализации программы (период времени и количество акад. часов)*

Программа имеет два направления реализации:

5.1. Вебинары, подготовленные выпускниками бакалавриата и магистратуры факультета психологии СПбГУ для широкой аудитории:

Время проведения: конец учебного года, в середине-конце июня на протяжении 2-3 недель (с 15 по 30 июня).

Длительность вебинара: 0,5-1 часа для каждого участника-спикера, 1-2 часа эфирного времени одного вебинара (от 1 до 3 акад. часов).

Этапы подготовки и проведения:

1. отбор спикеров. Спикеры отбираются среди стажеров Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ. (15 апреля - 25 апреля);

2. составление списка тем согласно темам выпускных квалификационных работ и магистерских диссертаций. Темы научно-исследовательских работ утверждены кафедрами согласно общего порядка, к этому моменты часть работ уже прошли предзащиту на кафедрах (15 апреля – 25 апреля);

3. составление графика участия, назначение дат и времени выступления. Согласование со спикерами тем эфиров (25 апреля – 15 мая);
4. подготовка докладов участниками в соответствии с разработанными рекомендациями (25 апреля – 15 июня);
5. подготовка участников к публичному выступлению (25 апреля - 15 июня)
6. освещение предстоящего мероприятия в социальных сетях и группах, с целью привлечения заинтересованной аудитории (в соответствии с графиком публикаций в социальных сетях, 15 мая – 15 июня);
7. проведение вебинаров (вебинары проводятся еженедельно на протяжении 2-3 недель в зависимости от количества докладчиков, по 2-3 выступления еженедельно, всего от 5 до 8 докладчиков) (15 июня - 30 июня);
8. сбор обратной связи (в социальных сетях) (15 июня – 30 июня),
9. обсуждение итогов и результатов выступления (проводятся на групповых супервизиях Центра еженедельно, в социальных сетях) (15 июня - 30 июня)
10. подведение итогов по критериям эффективности проекта (30 июня - 10 июля).

## 5.2 Онлайн-встречи с экспертами, реализуемые в течение учебного года

Время проведения: в течение учебного года  
 Длительность онлайн-встречи: 1 – 1,5 часа (1 – 2 акад. часа)

Этапы подготовки и проведения:

1. Отбор потенциальных участников-экспертов, приглашение спикеров к участию в проекте;
2. Обсуждение темы онлайн-встречи со спикерами;
3. Назначение даты и времени выступления;
4. Запрос у спикера визитки (фотография и краткое резюме опыта и регалий);
5. Подготовка докладов спикером в соответствии с критериями проекта и разработанными рекомендациями;
6. Подготовка спикеров к публичному выступлению, включая техническую подготовку к эфиру или онлайн-встрече;
7. Освещение предстоящего мероприятия в социальных сетях и группах, с целью привлечения заинтересованной аудитории для формата, предполагающего участие широкой аудитории, или освещение предстоящего мероприятия в группе стажеров для закрытого формата, предполагающего участие только(в соответствии с графиком публикаций в социальных сетях);
8. Проведение вебинара;
9. Сбор обратной связи от участников мероприятия и рассылка записи встречи в случае закрытого формата;
10. Обсуждение итогов и результатов мероприятия (проводятся на групповых супервизиях Центра еженедельно, в социальных сетях);
11. Подведение итогов по критериям эффективности проекта.

## 6. Ожидаемые результаты реализации программы

- Просветительская деятельность, популяризация современных психологических исследований. Ожидается, что слушатели вебинаров получают



возможность ознакомиться с результатами самых свежих психологических исследований от лица самого исследователя. Студенты рассказывают о своих научных работах языком, доступным для понимания широкому кругу людей.

- Профессиональный рост, развитие компетенций психолога. Ожидается, что, участвуя в вебинарах, спикеры-выпускники получают опыт взаимодействия с аудиторией, что является важным практическим навыком психолога. Подводя итоги своей научной работы, выпускники смогут «присвоить себе» опыт, проанализировать и в дальнейшем использовать свои сильные стороны, что является одной из важных задач в профессиональном самоопределении.

- Возможность использования полученных результатов в психологическом консультировании, в том числе в работе Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ.

## 7. Критерии оценки планируемых результатов

Критерии оценки планируемых результатов для двух форматов проекта «Я/Мы - профи» представлены в таблицах ниже:

Для оценки результатов проведения прямых эфиров с выпускниками-психологами и психологами экспертами мы предлагаем использовать следующие параметры.

Критерии оценки результатов проведения прямых эфиров (с выпускниками и экспертами)	Примечания
<p>Охват аудитории</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- количество просмотров</li> <li>- количество комментариев к просмотру</li> <li>- изменение количества по сравнению с прошлым годом</li> <li>- увеличение охвата по сравнению с прошлым годом</li> </ul>	Оценивается по метрикам социальной сети ВК
<p>Активность участия выпускников</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- количество участников-докладчиков (количество докладов)</li> <li>- количество участников-экспертов</li> </ul>	
<p>Субъективная оценка участниками-докладчиками результатов выступления (в баллах от 1 до 10):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение навыками публичного выступления;</li> <li>- профессиональная самоидентификация «Я - профи»;</li> <li>- рост уверенности в собственных компетенциях;</li> <li>- определение «зоны роста» в профессиональной сфере</li> </ul>	Участники, выступающие с докладами, отмечали, что, рассказывая о своей научной работе широкой аудитории «не психологов» по-другому оценивали значимость и применимость результатов. Т. е. субъективно происходила переоценка значимости своей НИР
<p>Экспертная оценка докладов участников профессиональным сообществом с т.з.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможности использования результатов НИР в практике психологического консультирования;</li> <li>- предоставление участникам обратной связи «высокого качества»</li> </ul>	Оценивается по наличию или отсутствию основных критериев доклада

Для оценки результатов проведения встреч с экспертами мы предлагаем использовать такие параметры как:

Критерии оценки результатов проведения онлайн-встречи с экспертами	Примечания
Охват аудитории: - Количество участников онлайн-встречи - Количество комментариев обратной связи - Сравнение показателей охвата аудитории в зависимости от темы мероприятия	Оценивается по метрикам социальной сети ВК
Активность участников: - количество вопросов от участников - количество комментариев по теме встречи	
1. Субъективная оценка участниками-слушателями результатов выступления спикерам (в баллах от 1 до 10): - владение навыками публичного выступления; - интересность темы; - новизна представляемого спикером материала; - понятность материала; - рост уверенности участников-слушателей в собственных компетенциях после мероприятия; - определение своей «зоны роста» в профессиональной сфере по теме мероприятия 2. Субъективная оценка участниками-спикерами результатов мероприятия	Оценивают только участники-слушатели закрытого мероприятия
Предоставление спикеру обратной связи от участников мероприятия, включая отсроченную обратную связь	По договоренности

#### 8. Тематический план программы (в форме таблицы).

Особенностью проекта «Я/Мы - профи» является гибкое формирование тем выступлений спикеров. Темы докладов выпускников формируются на основе утвержденных кафедрами тем ВКР и магистерских диссертаций, темы выступлений приглашенных экспертов-психологов основаны на их профессиональном опыте и связаны с их экспертными компетенциями. Таким образом, при общей повторяемости этапов программа никогда не будет повторяться тематически, что обеспечивает ее новизну и актуальность тем выступлений спикеров.

Далее мы приведем фактические тематические планы на 2023 – 2024 год.

Тематический план выступлений выпускников на первый сезон проекта «Я/Мы - профи» в июне - июле 2023 года.

Даты проведения	Темы выступления
21 июня 2023	Все из детства: как нарушения в процессе воспитания влияют на стресс у родителей
21 июня 2023	Читай и твори: помогает ли креативность лучше понимать тексты?
28 июня 2023	Ты мне доверяешь?! Доверие в близких и семейных отношениях

28 июня 2023	И умные, и красивые: внутри личностные конфликты в связи с профессиональным самоопределением подростков
5 июля 2023	Менять себя поздно менять профессию: где поставить запятую? О готовности к самоизменениям и смене профессиональной деятельности во взрослом возрасте

Тематический план выступлений выпускников на второй сезон проекта “Я/Мы - профи” в июне 2024 года.

Даты проведения	Темы выступления
19 июня 2024	Осознанная карьера и психологическое благополучие
19 июня 2024	Взаимосвязь ассоциативного восприятия и эмпатии у студентов психологов
19 июня 2024	Взаимоотношения в семье в детстве и коммуникация между супругами в молодой семье
26 июня 2024	Образ своего будущего у молодых людей с опытом сиротства
26 июня 2024	Психологические трудности спортивной карьеры в условиях антироссийских санкций

Фактический тематический план онлайн-встреч с экспертами на 2023-2024 учебный год представлен в таблице ниже:

Даты проведения	Темы онлайн-встреч
15 ноября 2023	Роль родителей в профориентации подростков
26 февраля 2024	Трудные клиенты: стратегии и тактики работы
30 мая 2024	Игротехнологии и метафорические техники для карьерного консультирования

Также существенным моментом при формировании тем выступлений является их доступность для широкой аудитории, поэтому формулировка темы выступления спикера не может дословно совпадать с утвержденной темой ВКР или магистерской диссертации. Темы формулируются или корректируются с учетом восприятия потенциальной целевой аудиторией в социальной сети ВКонтакте. Таким образом, осуществляется перевод с профессионального научного языка, оперирующего терминами, на бытовой язык.

Важным моментом организации проекта мы считаем включенность самих студентов в организационные моменты. Так, например, название проекта “Я/Мы - профи” родилось в совместной групповой дискуссии со стажерами Центра профессионально-личностного консультирования. Эта включенность позволяет нам “держат руку на пульсе” и отвечать на наиболее актуальные запросы целевой аудитории. По итогам совместного обсуждения со студентами и

выпускниками мы разработали для 2 блока проекта перспективный тематический план на 2024-25 учебный год.

Предварительная версия этого плана представлена в таблице ниже:

№	Тема	Ожидаемые сроки проведения
1	Виды сопротивления клиента и способы работы с ним в психологическом консультировании	Ноябрь-декабрь 2024
2	Карьера психолога в бюджетной организации	Январь-февраль 2025
3	Психолог: из найма в свое дело. Личный опыт	Апрель-май 2025

9. Содержание программы (перечень и описание программных мероприятий, функциональные модули, дидактические разделы, учебно-тематические планы, описание используемых методик и технологий, психологического инструментария и т.д.)

Содержание программы соответствует этапам реализации двух блоков:

- 1 блок встречи с выпускниками-психологами;
- 2 блок встречи с экспертами.

Тематический план представлен выше в п.8.

Темы выступлений определяются ежегодно в зависимости от заявок участников студентов-выпускников. Основное требование для студентов-спикеров - самостоятельно подготовленная и защищенная на выпускающей кафедре научно-исследовательская работа.

Тема диплома не обязательно должна быть связана с профессиональным развитием, так как цель проекта шире, чем только профессиональное развитие – популяризация психологических исследований и становление самого студента как профессионала.

В таблице ниже приведены возможные результаты выступления для организации работы Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ:

Темы выступлений в 2024 году	Возможность использования результатов исследования в работе Центра профессионально-личностного консультирования.
Осознанная карьера и психологическое благополучие	В работе психологов центра могут быть использованы концепты «проактивное конструирование карьеры (Job crafting)», «изменчивая карьера (protean career)», «безграничная карьера (boundaryless career)».
Взаимосвязь ассоциативного восприятия и эмпатии у студентов психологов	Исследование посвященное ассоциативному восприятию может дать теоретическое обоснование использования арт-терапевтических и проективных методик (которые регулярно используются в работе Центра) и в перспективе, быть

	направленным на разработку новых арт-терапевтических инструментов.
Взаимоотношения в семье в детстве и коммуникация между супругами в молодой семье	Работы, посвященные семейным и детско-родительским отношениям, могут быть полезны при работе с родителями подростков, обращающихся на консультации по профориентации.
Образ своего будущего у молодых людей с опытом сиротства	В работе демонстрируется, как образ будущего молодых людей с опытом сиротства связан с их профессиональным становлением. Методики исследования могут быть использованы в работе Центра.
Психологические трудности спортивной карьеры в условиях антироссийских санкций	Результаты исследования психологических трудностей и копинг-стратегий в построении спортивной карьеры могут быть использованы в профессионально-личностном консультировании спортсменов.

#### 10. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

- требования к специалистам:

В Центре профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ в настоящий момент работают два психолога, 13 консультантов-стажеров, ежегодно набирается тьюторская группа по развитию навыков профессионально-личностного консультирования и далее группа стажеров-ко-консультантов. Это целевая аудитория для встреч с экспертами, и из этой группы тем студентам, которые защищают ВКР и магистерские диссертации в текущем году, предлагается участие в вебинарах-встречах с выпускниками.

- перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

Для реализации проекта и подготовки спикеров к выступлениям мы рекомендуем использовать разработанные нами Рекомендации спикерам-выпускникам для подготовки доклада выступления.

В следующей таблице представлены разработанные нами рекомендации спикерам-выпускникам для подготовки доклада выступления, для сравнения в левом столбце приведены стандартные рекомендации по составлению плана защиты ВКР перед аттестационной комиссией.

План защиты ВКР перед аттестационной комиссией	План доклада спикера-выпускника в проекте «Я/мы - профи»
Актуальность ВКР	Сторителлинг. Какова личная история выбора направления обучения по специальности Психология? Как выбиралась тема исследования?
Цель исследования	Цель исследования
Объект исследования, предмет исследования	Кто были участники исследования и какие были взаимодействия с респондентами?
Гипотезы исследования	Рассказ о дизайне исследования доступным для понимания неспециалистами языком. Какие были важные этапы исследования? С какими трудностями или наоборот, вдохновляющими моментами столкнулись в процессе научно-исследовательской работы?
Задачи исследования	
Методы исследования	

Результаты исследования	Рассказ о результатах исследования. Как полученные знания могут быть использованы в практической деятельности? Как эти знания могут быть полезны обычному человеку? Возможность использования полученных результатов в работе Центра профессионально-личностного консультирования.
Перспективы исследования	Какие дальнейшие направления работы могли бы быть?
	Обратная связь: выражение благодарности тем, кто помогал и оказывал поддержку в НИР, научный руководитель, коллеги, респонденты, семья. Ответы на вопросы, дискуссия. Получение «обратной связи высокого качества» – студентов, психологов, всех слушателей

- требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы включают возможность организации прямого эфира и трансляции вебинара на площадке социальной сети ВКонтакте: профессиональный пакет программы Zoom для организации индивидуального потокового вещания, профессиональные программы для дизайна рекламных анонсов встреч проекта и обложек к трансляциям в ВК, профессиональные программы для создания презентаций докладов и их последующей демонстрации на экране трансляции (программы MS Office), мультимедийное оборудование для организации прямого эфира (камера, микрофон, осветительные приборы)

#### 11. Соблюдение правил заимствования

Все используемые в проекте авторские материалы и результаты НИР могут далее использоваться слушателями без согласования только для личного пользования, использование материалов для публичного распространения только с письменного разрешения автора.

Спикеры-эксперты дают разрешение участникам-слушателям использовать авторские материалы для организации профессиональной работы и личного пользования, публичное распространения материалов требует дополнительного письменного разрешения автора.

12. Сведения о практической апробации программы (при наличии – срок апробации, количество участников и другая информация). Программа “Я/Мы - профи” была апробирована в течение 2023 – 2024 года. Записи эфиров размещены на ресурсах Психологической клиники СПбГУ. Ниже в таблице приведена статистика просмотров записей эфиров пользователями социальной сети ВКонтакте:

№	Тема выступления	Ссылка на запись	Количество просмотров по данным соцсети Вконтакте (по

			состоянию на 31.08.2024)
1	Все из детства: как нарушения в процессе воспитания влияют на стресс у родителей	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	1,1 тыс. просмотров
2	Читай и твори: помогает ли креативность лучше понимать тексты?	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	1,1 тыс. просмотров
3	Ты мне доверяешь?! Доверие в близких и семейных отношениях	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	693 просмотр
4	И умные, и красивые: внутри личностные конфликты в связи с профессиональным самоопределением подростков	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	693 просмотр
5	Менять себя поздно менять профессию: где поставить запятую? О готовности к самоизменениям и смене профессиональной деятельности во взрослом возрасте	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	826 просмотр
6	Осознанная карьера и психологическое благополучие	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	976 просмотров
7	Взаимосвязь ассоциативного восприятия и эмпатии у студентов психологов	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	976 просмотров
8	Взаимоотношения в семье в детстве и коммуникация между супругами в молодой семье	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	976 просмотров
9	Образ своего будущего у молодых людей с опытом сиротства	<a href="#">Видеозаписи</a> <a href="#">Психологическая клиника СПбГУ (vk.com)</a>	715 просмотров

10	Психологические трудности спортивной карьеры в условиях антироссийских санкций	<a href="#">Видеозаписи Психологической клиники СПбГУ (vk.com)</a>	715 просмотров
11	Роль родителей в профориентации подростков	<a href="#">Профориентация и профессиональное развитие (vk.com)</a>	337 просмотра

Таким образом, мы видим разную статистику просмотра не только в зависимости от даты публикации видеозаписи трансляции, но и разное количество просмотров в зависимости от темы и от площадки ее размещения. Так, например, запись встречи с экспертом (п.11 в таблице) была размещена в группе Центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники СПбГУ, соотношение просмотров к количеству подписчиков группы примерно  $\frac{1}{2}$ . В то время как соотношение просмотров к количеству подписчиков группы для самой первой по времени видеозаписи в группе Психологической клиники (п.1 и 2 в таблице) составляет примерно  $\frac{1}{3}$ .

### 13. Список литературы

- 1) Головей Л. А., Данилова М. В., Рыкман Л. В. Личностное и профессиональное самоопределение: учеб.-метод. пособие. СПб.: СПбГУ. Факультет психологии, 2014.
- 2) Головей Л. А., Данилова М. В., Рыкман Л. В., Петраш М. Д., Манукян В. Р., Леонтьева М. Ю., Александрова Н. А. Профессиональное развитие личности: начало пути (эмпирическое исследование). СПб.: Нестор-История, 2015.
- 3) Головей Л. А., Данилова М. В., Дербенева М. Ю., Рыкман Л. В. Профессиональное консультационное заключение: общий психологический практикум. - СПб. Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2011.
- 4) Головей Л. А. Психология профессионального развития: учеб. пособие. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2009.
- 5) Головей Л. А., Данилова М. В., Дербенева М. Ю., Рыкман Л. В. Психология профессионального развития: практикум по активным методам профессионального самоопределения. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2010.
- 6) Зеер Э. Ф. Психология профессий: учеб. пособ. 2-е изд., перераб., доп. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003.
- 7) Краткосрочное психологическое консультирование в психологической службе вуза: Опыт Психологической клиники СПбГУ: учеб.-метод. Пособие/ под ред. А.В.Шаболтас, С.Н. Костроминой, Е.В.Зиновьевой. - СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2024.



- 8) *Пряжников Н. С.* Профессиональное самоопределение: теория и практика. М.: Академия, 2008.
- 9) *Пряжников Н.С.* Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: Учебно-методическое пособие. - М: Изд-во Московского психолого-социального института, 2002.
- 10) Психология кризисных и экстремальных ситуаций: учебник / под ред. Н. С. Хрусталёвой. СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2018.
- 11) *Савенышева С. С., Василенко Е. В., Стрижницкая О. Ю.* Психология развития и возрастная психология: учеб.-метод. пособие. СПб.: Изд-во Петерб. университета 2011.
- 12) *Соломин И. Л.* Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования. СПб.: Речь, 2006.
- 13) Письмо Министерства науки и высшего образования РФ от 06.12.2023 г. № МН-11/5565 «О направлении методических рекомендаций» // КонсультантПлюс: справочно-правовая система [Офиц. сайт]. — URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 01.08.2024)
- 14) Указ Президента РФ от 09.05.2017 N 203 "О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы"// КонсультантПлюс: справочно-правовая система [Офиц. сайт]. — URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 01.08.2024)

#### 14. *Приложения*

##### Приложение 1.

Ниже прилагаем образцы информационных анонсов эфиров и закрытой встречи с экспертом. На протяжении проекта можно отметить повышение персонификации и личной узнаваемости спикеров на информационных материалах.

Встречи с выпускниками-психологами, 2023 год:

Любушина Анна

## ВСЕ ИЗ ДЕТСТВА:

КАК НАРУШЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ  
ВОСПИТАНИЯ ВЛИЯЮТ НА  
СТРЕСС У РОДИТЕЛЕЙ

21 июня 19.00 (Мск)

**ОНЛАЙН-ВСТРЕЧА**

в группе ВКОНТАКТЕ  
"Психологическая клиника СПбГУ"



## ЧИТАЙ И ТВОРИ:

ПОМОГАЕТ ЛИ КРЕАТИВНОСТЬ  
ЛУЧШЕ ПОНИМАТЬ ТЕКСТЫ?

Мария Филиппова

Юлия Дубовских

## ТЫ МНЕ ДОВЕРЯЕШЬ?!

ДОВЕРИЕ В БЛИЗКИХ  
И СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

28 июня 19.00 (Мск)

**ОНЛАЙН-ВСТРЕЧА**

в группе ВКОНТАКТЕ  
"Психологическая клиника СПбГУ"



## И УМНЫЕ, И КРАСИВЫЕ:

ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЕ КОНФЛИКТЫ В  
СВЯЗИ С ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ  
САМООПРЕДЕЛЕНИЕМ ПОДРОСТКОВ

Влада Аникина


**Светлана Зозулина**  
**МЕНЯТЬ СЕБЯ ПОЗДНО МЕНЯТЬ ПРОФЕССИЮ: ГДЕ СТАВИТЬ ЗАПЯТУЮ?**  
 О ГОТОВНОСТИ К САМОИЗМЕНЕНИЯМ И СМЕНЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВО ВЗРОСЛОМ ВОЗРАСТЕ

**5 июля 19.00 (Мск)**  
**ОНЛАЙН-ВСТРЕЧА**  
 в группе ВКОНТАКТЕ  
 "Психологическая клиника СПбГУ"

**ЦЕНТР ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ:**  
 ДВАДЦАТЬ ЛЕТ РАБОТЫ  
**Мария Леонтьева**





Встреча с экспертом-психологом, 2024 год:


 **30 мая 19.00**

**Ульяна Назарова**

**ИГРОТЕХНОЛОГИИ И МЕТАФОРИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ ДЛЯ КАРЬЕРНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**

**ВСТРЕЧА**  
 с экспертом для психологов



Встречи с выпускниками-психологами, 2024 год:



19 июня  
19:00

Психологическая клиника СПбГУ


19:00



Татьяна Юдина

Осознанная карьера  
и психологическое благополучие


19:30



Ульяна Черницкая

Взаимосвязь ассоциативного восприятия и эмпатии у студентов-психологов

20:00



Алина Мельникова


Взаимоотношения в семье в детстве и коммуникация между супругами в молодой семье

Я/МЫ-ПРОФИ

26 июня  
19:00

Психологическая клиника СПбГУ


19:00



Алина Ашурбегова

Образ своего будущего у молодых людей с опытом сиротства


19:30



Алина Деморецкая

Психологические трудности спортивной карьеры в условиях антироссийских санкций

20:00



Мария Леонтьева

подведение ИТОГОВ и планы на будущее

Я/МЫ-ПРОФИ