

СОВМЕШТНАЯ РЕСУРСНАЯ СРЕДА: ПРАКТИКА ОРГАНИЗАЦИИ ЛЕТНЕГО ИНТЕНСИВА ДЛЯ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ ТУВИНСКОГО ГОСУНИВЕРСИТЕТА В СИСТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ВУЗА

Момбей-оол Сырга Мергеновна

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, руководитель научно-образовательного и консультационного центра «Институт здоровья», ФГБОУ ВО «Тувинский государственный университет»

г. Кызыл, Россия

Проблемы и противоречия:

Профессорско-преп.состав

Симптомы эмоционального истощения, деперсонализации и редукции личностных достижений

Сотрудники психологических служб

Острые запросы, кризисные состояния...

Обучающиеся (студенты бакалавриата, магистранты, аспиранты)

Уязвимость к стрессу, тревоге, одиночеству, чувствительность

Традиционные формы профилактики



- просветительские и профилактические лекции;
- тренинги в аудиториях;
- индивидуальные консультации;
- акции и месячники;
- психологический киноклуб;
- фасилитативные группы;
- группы поддержки;
- клубы

Ограничения:

- формальный характер, восприятие как дополнительной нагрузки, отсутствие неформальной коммуникации, а также присутствие барьера недоверия к специалистам
- удалённый и поликультурный регион

Летний психологический интенсив в выездном формате

- Молодежная смена «PRO меня» для обучающихся включает уровни образования «колледж → бакалавриат → магистратура»
- «PRO меня» – это метафора завершённого цикла личностного перехода, результатом которого становится не просто знание о себе, а функционально более совершенная, ресурсная и автономная версия участника.



Взрослая смена «Искусство быть с другим»

- для преподавателей, сотрудников, аспирантов

- «Искусство быть с другим» - это метафора социально-перцептивной компетентности: способности точно воспринимать, интерпретировать и прогнозировать поведение другого человека, а также гибко регулировать собственное поведение в зависимости от контекста взаимодействия.





Концептуальные основы

- ресурсный подход С. Хобфолла;
- концепции психологической безопасности образовательной среды И.А. Баевой ;
- принципы experiential learning Д. Колба.

Летний психологический интенсив «ProМеня» с темой «Искусство и наука счастья» для студентов университета



Костер, звезды, свежий воздух, тренинги, 3-х разовое питание, йога, зарядка, танцы...



Летний психологический интенсив «Искусство быть с Другим» с темой «Искусство и наука счастья» для сотрудников университета



Девиз интенсива: «Заберем выгоревшего, вернем загоревшего»

Сравнительный анализ двух потоков и устойчивость практики

Критерий	Смена «Про меня» (студенты)	Смена «Искусство быть с другим» (ППС и сотрудники)
Основной дефицит	Неуверенность, тревога, отсутствие опоры	Эмоциональное истощение, деперсонализация
Ключевая задача	Найти себя	Не потерять себя рядом с другим
Ведущие форматы	Арт-терапия, телесные практики, групповая рефлексия	Дыхание, ролевые игры, супервизионные элементы
Запрещённые форматы	Оценка, экзаменационное общение	«Экспертная позиция», советы
Эффект через месяц	Повышение самооэффективности в учёбе	Снижение цинизма в общении со студентами

ПРАКТИКА ОРГАНИЗАЦИИ ЛЕТНЕГО ИНТЕНСИВА ДЛЯ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ – МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В СИСТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ВУЗА

1. Обоснованность дифференцированного подхода к профилактике выгорания у разных статусных групп.
2. Концептуальная валидность названий смен как отражение механизмов психологического воздействия.
3. Устойчивое восходящее повышение запроса как индикатор институционализации практики.
4. Доказанная эффективность выездного, природно-опосредованного формата.
5. Количественные и качественные эффекты вмешательства. По данным пост-анкетирования и отсроченных интервью (через 1 и 5 месяцев):
6. Перспективы масштабирования и институционализации.



Спасибо за внимание!