

**Всероссийский конкурс лучших программ по реализации Недели
психологии в образовательной организации высшего образования**

**Номинация: «Инновационные практики»: программы Недели
психологии с использованием современных форматов и технологий**

**ПРОГРАММА «НЕДЕЛИ ПСИХОЛОГИИ»:
«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП ПГГПУ»**

Автор: Береснева Елена
Николаевна

ФГБОУ ВО «Пермский
государственный гуманитарно-
педагогический университет»

Руководитель психологической
службы ПГГПУ, старший
преподаватель кафедры
практической психологии

г. Пермь, 2026

1. ОБОСНОВАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ АКТУАЛЬНОСТИ

Современные студенты сталкиваются с высоким уровнем стресса, тревоги, информационной перегрузкой и неопределенностью. Особенно остро это проявляется в период адаптации первокурсников и перед сессией.

Проведение тренингов по саморегуляции, мастер-классов по управлению стрессом и техникам снятия тревоги формирует навыки жизнестойкости.

Существует также стигматизация обращения за психологической помощью, нехватка знаний о ресурсах психического здоровья и способах совладания с трудностями. «Неделя психологии» становится инструментом массового просвещения, снимает барьеры и делает психологическую культуру доступной, показывая, что забота о ментальном здоровье — это инвестиция в будущее.

В студенческой среде не менее часто возникают трудности в общении, конфликты, травля, что ведет к нарушению социально-психологического климата в группах и сложностям в выстраивании отношений. Мероприятия, направленные на командообразование, сплочение студенческих групп и развитие эмпатии, создают позитивную и поддерживающую среду в ВУЗе [9].

В вузах обучаются студенты с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), иностранные студенты, а также студенты из социально уязвимых групп, нуждающиеся в особом внимании. «Неделя психологии» позволяет адресно подойти к вопросам сопровождения этих категорий, проводить специальные тренинги и семинары, например, по межкультурной коммуникации.

Наиболее актуальна активная работа по профилактике девиантного и деструктивного поведения, включая участие в деструктивных сообществах, а также предотвращение суицидальных рисков. Использование интерактивных форматов (например, Большая психологическая игра) направлено на развитие ценностно-смысловой сферы личности и формирование позитивного мировоззрения.

И конечно не менее актуально вовлечение не только студентов, но и преподавателей, кураторов и специалистов ВУЗа. Сотрудники в большей степени подвержены выгоранию и нуждаются в поддержке и знаниях о возрастных особенностях студентов. Программа включает мероприятия для сотрудников (семинары, ресурсные круги), тем самым охватывая всех участников образовательного процесса.

Актуальность «Недели психологии» как эффективного инструмента психологического просвещения подтверждается научными исследованиями. Современная практика, поддерживаемая Министерством просвещения РФ через Федеральный координационный центр МГППУ, рассматривает «Неделю психологии» не как разрозненные мероприятия, а как комплексную систему, реализующуюся на основе принципов вариативности и этапности [8].

Ключевые особенности программы

1. Интеграция с профессиональной средой: Мероприятия строятся так, чтобы студенты увидели психологию как часть своей будущей профессии, будь то педагогика, IT, искусство или спорт.

2. Смена ролей: На "Антиконференции" студенты сами формируют повестку, а на практических воркшопах (например, по UX/UI) выступают в роли экспертов.

3. Игровой и деятельностный подход: Основной упор делается не на лекции, а на форматы, где участники активно взаимодействуют (квизы, квесты, флешмобы).

4. Учет специфики: Программа учитывает не только профессиональные интересы факультетов, но и их локацию (мероприятия распределены по корпусам).

Через интеграцию с профессиональной областью каждого факультета мы показываем прикладной характер психологии, используя современные интерактивные форматы.

Таким образом, «Неделя психологии» в ПГГПУ — это не дань традиции, а насущная необходимость, обусловленная стремлением создать устойчивую, эмоционально здоровую и благоприятную для развития среду. Она решает актуальные задачи: от снижения уровня тревожности у студентов до системной работы с педагогическим коллективом, выступая в роли «мостика» между академической наукой и реальными потребностями участников образовательных отношений.

2. ОПИСАНИЕ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ

Программа «Недели психологии» опирается на мощный научно-практический потенциал и сложившуюся инфраструктуру ПГГПУ, что является гарантией ее успешной реализации и устойчивого развития. Университет обладает уникальным кадровым и организационным ресурсом, который позволяет не только провести масштабное событие, но и интегрировать его результаты в долгосрочную стратегию развития психологической службы и воспитательной работы.

1. Научно-образовательный фундамент

В ПГГПУ выстроена система непрерывного психологического образования: ведется подготовка по направлениям бакалавриата «Психология» и «Психолого-педагогическое образование», а также по магистерским программам в области семейной психологии и неврачебной психотерапии. На факультете психологии, который возглавляет кандидат психологических наук, работает высококвалифицированный профессорско-преподавательский состав, включающий практикующих психологов, нейропсихологов и специалистов в области психосоматики и клинической психологии. Факультет является базой для проведения научных исследований, инновационных разработок и практической подготовки будущих специалистов, что делает его ядром программы.

2. Действующая психологическая служба ПГГПУ

В университете функционирует психологическая служба, которая оказывает консультативную, диагностическую и просветительскую помощь всем участникам образовательного процесса. Ее сотрудники имеют опыт

работы со студентами в кризисных ситуациях, проводят тренинги и профилактические мероприятия. Участие в конкурсе позволит вывести работу службы на новый уровень, интегрировав ее мероприятия в единое общеуниверситетское психологическое пространство и внедрив в ее практику современные форматы работы (анти-конференции, стрит-арт, психологические акции и т.д.), что повысит ее доступность и эффективность.

3. Студенческие волонтерские объединения

Кадровый ресурс программы дополняется деятельностью активных студенческих объединений. Объединение «Психорги» – это студенты-волонтеры, прошедшие специальную подготовку и участвующие в организации и проведении тренингов, акций и просветительских мероприятий психологической службы. Психологический клуб «Точка баланса» является площадкой для дискуссий, рефлексии и самопознания, где студенты могут в неформальной обстановке обсуждать волнующие их психологические темы. Данные структуры уже доказали свою эффективность, и «Неделя психологии» позволит им выйти на межфакультетский уровень, повысить свой профессиональный статус и реализовать масштабные проекты.

4. «Родительский университет ПГГПУ» как модель взаимодействия с семьей

ПГГПУ имеет уникальный опыт работы с родительским сообществом на базе Центра психолого-педагогического консультирования «Родительский университет». Проект, ранее реализуемый в рамках национального проекта «Образование», включал в себя бесплатные психолого-педагогические консультации для родителей (в том числе выездные лектории), методическую поддержку специалистов в отдаленных районах, разработку протоколов консультаций и создание востребованного просветительского контента по запросам семей. Опыт «Родительского университета» в разработке адресных и системных решений будет востребован для выстраивания эффективного взаимодействия с родителями студентов в рамках «Недели психологии». Участие в конкурсе позволит синхронизировать работу с родителями школьников и студентов, создав преемственность психологического сопровождения [10, с.50].

5. Система кураторства

В ПГГПУ выстроена и развивается институциональная система кураторов академических групп. Кураторы, прошедшие обучение, являются ключевым звеном в воспитательной работе, осуществляя оперативное информирование, профилактику девиантного и деструктивного поведения и координацию взаимодействия со студентами. Реализация «Недели психологии» станет мощным инструментом повышения психолого-педагогической компетентности кураторов, обогатит их методический арсенал и включит их в активную просветительскую деятельность в качестве модераторов групповых обсуждений и организаторов мероприятий.

Участие в конкурсе позволит системно объединить опыт всех перечисленных структур для достижения следующих изменений:

- Масштабирование психологического просвещения: превратить разовые мероприятия в системную «Неделю», охватывающую все 13 факультетов и учитывающую их специфику.

- Интеграция науки и практики: привлечь к проведению мероприятий не только практикующих психологов, но и ведущих ученых факультета психологии, что повысит научный статус и качество программы.

- Развитие студенческого актива: предоставить студентам «Психоргов» и клуба «Точка баланса» возможность реализовать крупный проект, получить опыт управления и публичной презентации, что станет важным этапом их профессионального становления.

- Укрепление межведомственного взаимодействия: использовать наработанные связи «Родительского университета» с муниципалитетами, образовательными организациями и социальными учреждениями для привлечения партнеров и создания единой региональной сети психологической поддержки [10, с.46].

- Повышение качества воспитательной работы: превратить кураторов из пассивных информаторов в активных участников и организаторов психолого-педагогических событий, способствуя созданию благоприятного и поддерживающего климата на каждом факультете.

Программа рассчитана на всех участников образовательного процесса: студентов, преподавателей, администрации факультетов и специалистов ВУЗа, а также на каждого студента из 13 факультетов ПГГПУ: Математический, Физический, Естественнонаучный, Филологический, Исторический, Информатики и экономики, Иностранных языков, Музыки, Физической культуры, Педагогики и психологии детства, Педагогики и методики начального образования, Правового и социально-педагогического образования, Факультет психологии.

Программа не является абстрактной, а строится на реальных данных мониторинга, в которых основной проблемой является сложность в коммуникации, а также повышенная тревожность студентов. Участие в конкурсе, реализация программы, а также дальнейшая трансляция опыта, позволит систематизировать этот мониторинг и выстроить долгосрочную траекторию психологического сопровождения студентов не только в ПГГПУ, но и в других ВУЗах страны.

Каждое мероприятие имеет своего «заявителя» — студента с конкретным запросом. Это гарантирует высокую посещаемость и вовлеченность, так как программа отвечает на насущные, а не надуманные проблемы. Конкурсная поддержка позволит углубить проработку каждого запроса, привлекая лучших экспертов.

Программа позволяет экологично работать с проблемами на этапе их возникновения (тревожность, неуверенность, конфликты), предотвращая их переход в более тяжелые состояния (депрессия, кризисы, суицидальные риски). Это демонстрирует вклад «Недели психологии» в обеспечение

психологической безопасности образовательной среды, что является первоочередной задачей любого ОУ.

Таким образом, «Неделя психологии» в ПГГПУ становится не просто серией событий, а системным ответом на актуальные вызовы, подтвержденные данными внутренних исследований, что значительно повышает ее научную и практическую значимость.

Особенность ПГГПУ в его разноплановости, ВУЗ готовит не только учителей в различных областях науки и для различных возрастных групп детей, но и спортсменов, и музыкантов, психологов и IT специалистов, юристов и экономистов, что предполагает различные сферы интересов, как у студентов, так и у преподавателей. Данная программа способствует объединению столь разных студентов в единое психологическое пространство.

3. ОПИСАНИЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧ ПРОГРАММЫ

Цель: Создание единого психологического пространства, где каждый факультет может через призму своей профессиональной деятельности увидеть и применить психологические знания.

Задачи:

- Создать единый смысловой и визуальный каркас, объединяющий разрозненные события в целостное пространство.
- Обеспечить «обратную связь» от факультетов, делая программу релевантной, а не навязанной «сверху».
- Помочь участникам осознанно выбирать мероприятия и видеть всю картину пространства, а не отдельные фрагменты.
- Показать, что психология – не изолированная наука, а инструмент, встроенный в их профессиональную деятельность.
- Наглядно продемонстрировать принцип единства пространства: психология «звучит» по-разному на каждом факультете, но остается узнаваемой.
- Помочь осознать и зафиксировать, как именно психологические знания применимы в их профессии, превращая опыт в знание.
- Сформировать чувство общности и единого пространства, разрушая факультетские барьеры.
- Вовлечь студенческие объединения (Психоргов, клуб «Точка баланса») в качестве со-организаторов и ведущих на всех этапах, что обеспечивает устойчивость и преемственность пространства, делая его «студенческим» по духу.
- Собрать и проанализировать обратную связь от факультетов о том, какие форматы и темы оказались наиболее востребованными, что позволит понять, какие элементы пространства «работают», а какие требуют доработки.
- Разработать рекомендации для факультетов по внедрению понравившихся психологических практик в повседневную учебную и

воспитательную работу, что переводит пространство из разового события в постоянный ресурс для факультетов.

- Запустить регулярные (ежемесячные) межфакультетские мероприятия на основе успешных форматов «Недели психологии».

4. НАУЧНЫЕ, МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРОГРАММЫ

Центральным методическим конструктом программы является концепция «Большой психологической игры», разработанная коллективом авторов Центра психологического сопровождения образования «ТОЧКА ПСИ» под руководством М.Р. Битяновой [12, с. 5].

Большая психологическая игра представляет собой особый жанр психологической работы в образовательном учреждении, который рассматривается как перспективный метод и эффективная технология коррекционно-развивающей работы. Каждая игра — это «маленькая жизнь», законченный фрагмент жизнетворчества, позволяющий участникам освоить значимый опыт деятельности, общения, самопознания и саморазвития [12, с. 16].

По мнению И. Телегиной, в ситуациях, когда требуются концептуальные изменения, БПИ является достойной альтернативой тренинговому методу. В своем подходе она акцентирует внимание на том, что ценность любого выбора — в его осознанности, ответственности за последствия и преданности своим ценностям [11, с. 9].

Применимость к программе:

В рамках «Недели психологии» принципы БПИ реализуются через:

- Создание единого игрового пространства на всю неделю.
- Вовлечение всех факультетов в совместную деятельность.
- Обеспечение рефлексивного выхода по итогам каждого мероприятия.

Согласно исследованиям О.П. Меркуловой и Е.Ю. Слободянюк, психологическое просвещение выступает эффективным ресурсом развития эмоционального интеллекта и системной рефлексии у студентов [7, с. 142].

Студенты, активно обращающиеся к психолого-просветительским материалам, демонстрируют значимо более высокие показатели по шкалам понимания эмоций и системной рефлексии.

Выявлены значимые положительные связи между системной рефлексией и показателями эмоционального интеллекта (по методике Д.В. Люсина) [6, с. 132, 5, с. 35], основной задачей не является формирование эмоционального интеллекта, но любое психообразование, а также развитие эмоциональной сферы личности влияет на развитие эмоционального интеллекта.

Существует взаимосвязь между обращением к просветительским публикациям и уровнем развития эмоционального интеллекта, что подтверждает эффективность просветительской деятельности [6, с. 138]

Программа построена как комплексная просветительская акция, где каждый формат (анти-конференции, тренинги, квизы, стрит-арт) несет не только развлекательную, но и просветительскую функцию — формирование психологических знаний, навыков саморегуляции и рефлексии.

В работе Н.У. Заиченко обосновывается, что центральное место в образовательном процессе принадлежит субъекту учебной деятельности, а его цели, ценности и потребности интегрированно определяют личностный смысл учения [4].

Интеграция психологических знаний с другими дисциплинами и сферами деятельности применяется в части:

- Максимально возможной самостоятельной работе студента.
- Опоре на классические теоретические посылы в контексте современных реалий.

«Неделя психологии» в ПГПУ строится как междисциплинарный проект, где психология интегрируется с музыкой, кинематографом, информатикой, физической культурой и другими профессиональными областями факультетов, что делает психологическое знание прикладным и лично значимым.

Программа разработана в соответствии с методическими рекомендациями Минпросвещения России, подготовленными Федеральным координационным центром по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования РФ на базе ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» [8].

Ключевые тематические направления «Недели психологии», определенные на федеральном уровне:

1 Развитие ценностно-смысловой сферы личности, принятие традиционных российских духовно-нравственных ценностей.

2 Развитие жизнестойкости и навыков саморегуляции, формирование уверенности в себе, способности управлять собственным поведением. Связано с актуальным социальным запросом на психологическую безопасность образовательной среды.

3 Развитие навыков общения, социальной гибкости, конструктивного разрешения конфликтов. Направлено на совершенствование коммуникативной культуры.

Центральной задачей «Недели психологии» выступает обеспечение психологической безопасности образовательной среды и духовно-нравственное развитие обучающихся в поликультурном образовательном пространстве.

Таким образом, разработанная программа «Недели психологии» опирается на:

- Методологию «Большой психологической игры» (М.Р. Битянова, И. Телегина) как эффективный формат деятельностного развития личности [12].
- Принципы психологического просвещения (О.П. Меркулова, Е.Ю. Слободянюк) как ресурса развития эмоционального интеллекта и рефлексии [7].

- Интегративный подход (Н.У. Заиченко) к обучению психологии через междисциплинарность [4].
- Федеральные методические рекомендации Министерства просвещения России [8].

Данное сочетание подходов обеспечивает системность, научную обоснованность и практическую эффективность программы, соответствующей актуальным задачам развития личности и обеспечения психологической безопасности в вузовской среде.

5. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа будет реализована с 09 по 14 ноября 2026г., 24 часа.

6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Качественные показатели:

Сформирована субъектная позиция – участник действует по внутреннему побуждению, а не по инструкции.

Развиты навыки системной рефлексии – способность осмысливать свой опыт и давать ему оценку.

Повышен уровень эмоционального интеллекта – лучшее понимание своих и чужих эмоций.

Освоен практический опыт применения психологических знаний в контексте своей профессии. Успешное участие в междисциплинарных проектах, решение кейсов «через призму» своей специальности .

Сформированы навыки саморегуляции и стресс-менеджмента.

Повышение компетентности организаторов в проведении массовых психологических мероприятий.

Укрепление студенческих объединений (Психорги, клуб «Точка баланса»).

Рост числа участников, активность в подготовке и проведении мероприятий.

Сформировано единое психологическое пространство – психология воспринимается как сквозная компетенция для всех факультетов.

Снижение стигматизации обращения за психологической помощью (Рост числа обращений в Психологическую службу ПГГПУ после «Недели психологии» (не менее чем на 20%))

Повышение психологической грамотности студентов и сотрудников (Осведомленность о ресурсах психологической службы, понимание важности ментального здоровья).

Интеграция психологии в образовательный процесс (Внедрение понравившихся форматов в постоянную практику факультетов).

Укрепление имиджем ВУЗа как пространства заботы о психологическом благополучии (Положительные отзывы, публикации в СМИ, участие в федеральных проектах).

Количественные ожидаемые результаты

Показатель	Планируемое значение
Охват участников (студенты + сотрудники)	Не менее 40% от общего числа обучающихся
Количество мероприятий	Не менее 15 (с учетом специфики каждого факультета)
Количество факультетов-участников	100% (все 13 факультетов)
Доля участников, отметивших полезность программы	Не менее 85% (по итогам анкетирования)
Рост числа обращений в психологическую службу после «Недели»	Не менее чем на 20%

Ожидаемые результаты полностью соответствуют цели программы — созданию единого психологического пространства, где каждый факультет видит и применяет психологию через свою профессию, и актуальным задачам обеспечения психологической безопасности образовательной среды.

7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.

Критерии для участников (студентов и преподавателей)

Критерий	Показатели оценки	Методы сбора данных
Сформированность субъектной позиции	- Способность совершать осознанный выбор в игровой ситуации - Проявление внутренней, а не внешней мотивации - Умение удерживать личные цели в групповой деятельности	Наблюдение, рефлексивные анкеты
Освоение опыта деятельности	- Применение профессиональных знаний в междисциплинарных заданиях - Активное участие в мероприятиях всех факультетов	Экспертная оценка (члены оргкомитета)
Развитие рефлексии и самопознания	- Качественная обратная связь в рефлексивных сессиях - Осознание ценности полученного опыта для	Рефлексивные дневники, круглые столы

Критерий	Показатели оценки	Методы сбора данных
	профессионального развития	
Навыки общения и кооперации	- Конструктивное взаимодействие с представителями разных факультетов - Участие в командных форматах (квизы, флешмобы)	Социометрические наблюдения, отзывы кураторов

Критерии для организаторов (психологической службы, Психоргов, клуб «Точки баланса»)

Критерий	Показатели оценки
Качество организации игрового пространства	- Соответствие программы принципам БПИ - Вовлеченность представителей всех факультетов
Методическая грамотность	- Использование рефлексивных процедур после каждого мероприятия - Супервизионная поддержка ведущих (Психоргов, членов клуба)
Достижение целей просвещения	- Рост числа обращений в психологическую службу после «Недели психологии» - Положительная обратная связь от студентов и сотрудников

Критерии системного эффекта для ПГГПУ

Критерий	Показатели оценки
Интеграция психологии в профессиональную среду	- Количество междисциплинарных проектов, инициированных факультетами - Запросы от факультетов на продолжение форматов в течение года
Повышение психологической грамотности	- Осведомленность студентов о ресурсах психологической службы - Снижение стигматизации обращения за помощью
Развитие студенческих объединений	- Рост числа участников Психоргов и клуба «Точка баланса» - Активность объединений в подготовке и проведении мероприятий

8. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

День	Формат мероприятия	Адаптация под факультеты ПГГПУ
ПН	Антиконференция «Психология без границ»	Вместо докладов — живые дискуссии по трекам, которые участники выбирают голосованием. Треки: - «Психология учителя: как не выгореть» (для Математического, Физического, Естественнонаучного, Филологического, Исторического факультетов). - «Дошкольная и школьная педагогика: современные вызовы» (для факультетов педагогики и психологии детства, педагогики и методики начального образования). - «Цифровой стресс и информационная безопасность» (для факультета информатики и экономики).
ВТ	День «Психология и Искусство»	Интеграция с музыкой, кинематографом, языками. - Кинолекторий с разбором психологических фильмов (для всех факультетов). - Мастер-класс «Музыка эмоций» для факультета музыки (элементы музыкотерапии). - Лингвистический квиз «Психология языка» для факультета иностранных языков (как язык отражает мышление).
СР	День «Психология и Движение / Право»	- Флешмоб «Танец как язык чувств» на площади. Для факультета физической культуры — показ упражнений на снятие телесных зажимов. - Деловая игра «Психология конфликта» для факультета правового и социально-педагогического образования (разбор кейсов из юридической практики и социальной работы).
ЧТ	День «Психология и Технологии»	Интеграция с информатикой и экономикой. - Воркшоп «UX/UI-дизайн и психология восприятия» для факультета информатики и экономики. - Акция «Цифровой детокс» — раздача памяток о влиянии гаджетов, психологические игры в формате квеста для всех факультетов.
ПТ	День «Психология и Природа / История»	- Акция «Эко-психология» для естественнонаучного факультета — связь психологического состояния с окружающей средой, создание «зеленых» зон в корпусах. - Исторический квест «Психология сквозь веков» для исторического факультета — как

День	Формат мероприятия	Адаптация под факультеты ПГГПУ
		понимали психику в разные эпохи.
СБ	Закрытие «Точка опоры»	Рефлексивная сессия в формате Open Space для всех факультетов. Обсуждение итогов, награждение самых активных участников и факультетов, принятие резолюции о внедрении понравившихся практик.

9. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа построена на научно-методологической базе **Большой психологической игры (БПИ)** М.Р. Битяновой, принципах **психологического просвещения** как ресурса развития рефлексии и эмоционального интеллекта (О.П. Меркулова, Е.Ю. Слободянюк), а также **интегративного подхода** в преподавании психологии (Н.У. Заиченко). Ключевая цель — через междисциплинарную интеграцию создать единое психологическое пространство, где психология становится инструментом профессионального развития студентов всех факультетов ПГГПУ.

1. Концептуальная структура и функциональные модули

Мероприятия выстроены в логике «**маленькой жизни**» (М.Р. Битянова) — каждый день недели представляет собой завершенный фрагмент житнетворчества, где участники осваивают опыт деятельности, общения и самопознания.

Функциональный модуль	Содержательная цель	Реализуемые форматы
Модуль 1. Игровая рефлексия и самоопределение	Создание пространства для внутреннего выбора и личностного поступка; развитие субъектности	Антиконференция «Психология без границ»; Рефлексивная игра «Код профессии» (адаптировано под каждый факультет); Открытое пространство (Open Space)
Модуль 2. Психологическое просвещение и развитие навыков	Формирование психологической грамотности, профилактика стигматизации, развитие навыков саморегуляции и коммуникации	Междисциплинарные воркшопы и мастер-классы; Стрит-арт акции и флешмобы; Психологические квизы и лектории
Модуль 3. Междисциплинарная интеграция	Демонстрация психологии как прикладного инструмента в различных профессиональных	Межфакультетские хакатоны и проектные сессии; Интегрированные воркшопы

Функциональный модуль	Содержательная цель	Реализуемые форматы
	областях	(музыка + психология, ИТ+психология и др.); Совместные студенческие проекты

2. Используемые методики и технологии

- **Методология «Большой психологической игры» (БПИ):** Центральная технология, реализуется как сквозная игровая механика всех мероприятий. Задачи участников — не просто выиграть, а сделать **осознанный выбор**, проявить субъектность и осмыслить свой профессиональный путь .
- **Технология «Антиконференции»:** Принцип партисипаторности — программа не задается организаторами, а рождается из запросов участников через голосование . Исключается пассивное потребление, акцент на диалоге и горизонтальном обмене опытом.
- **Технология «Стрит-арт и флешмобы»:** Инструмент для снятия психологических барьеров, визуализации эмоций и создания позитивного имиджа психологической службы через творчество .
- **Метод «Психологического просвещения»:** Реализуется через все форматы, делая сложные психологические концепции доступными и дестигматизируя обращение за помощью.

4. Психологический инструментарий

Инструмент	Назначение	Применение в программе
Метафорические ассоциативные карты (МАК)	Проективная техника для актуализации личного и профессионального опыта.	Используются на Антиконференции для генерации тем; в рефлексивных играх — для осознания профессиональных ценностей.
Ментальные карты (Mind Maps)	Визуализация и структурирование информации.	Применяются в хакатоне для прототипирования идей и в антиконференции для фиксации результатов групповых дискуссий.
Рефлексивные дневники	Самонаблюдение и фиксация изменений.	Инструмент для всех участников для отслеживания своего состояния и инсайтов в течение недели .
Техника «Колесо баланса»	Инструмент для самодиагностики и планирования развития.	Используется для оценки личных изменений на итоговой рефлексивной сессии; может быть адаптирован как «Колесо профессиональной

Инструмент	Назначение	Применение в программе
		компетентности».
Опросники и анкеты обратной связи	Сбор данных для оценки эффективности (до и после).	Для замера уровня тревожности, осведомленности о психологической службе, удовлетворенности программой.
Валидизированные методики (по желанию)	Углубленная диагностика для исследовательских целей.	При наличии научного интереса — методики оценки психологического благополучия, саморефлексии и эмоционального интеллекта (например, Д.В. Люсина) для отсроченной оценки результатов.

5. Детализация мероприятий по каждому факультету

1. Математический факультет

- **Профиль:** подготовка учителей математики, специалистов в области математического моделирования.

- **Адаптированное мероприятие (в рамках Дня «Психология и Технологии»): «Психология чисел и алгоритмов».** Воркшоп о том, как математическое мышление, логика и работа с алгоритмами влияют на восприятие мира, принятие решений и уровень тревожности. Математическая игра-квест «Реши задачу — узнай свой психотип».

2. Физический факультет

- **Профиль:** подготовка учителей физики, специалистов в области физики и астрономии.

- **Адаптированное мероприятие (в рамках Дня «Психология и Технологии»): «Психология восприятия физического мира».** Экспериментальная лаборатория, где на основе физических опытов (оптика, акустика) демонстрируются особенности человеческого восприятия — иллюзии, особенности слуха, влияние физических явлений на психику.

3. Естественнонаучный факультет (биология, химия, география)

- **Профиль:** подготовка учителей биологии, химии, географии, экологов.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Природа»): «Биохимия эмоций».** Научно-популярная лекция с практикумом о том, как нейромедиаторы, гормоны и химические процессы в организме влияют на настроение, стресс, мотивацию и поведение человека. Связь с изучаемой специальностью — как психология связана с биологией и химией.

4. Филологический факультет

- **Профиль:** подготовка учителей русского языка и литературы, специалистов в области филологии.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Искусство»): «Психология слова и текста».** Мастер-класс по

психолингвистике: как язык формирует наше мышление, идентичность и восприятие других людей. Анализ литературных персонажей с психологической точки зрения, написание и анализ психологических портретов героев.

5. Исторический факультет

- **Профиль:** подготовка учителей истории, специалистов в области архивного дела, музееведения.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и История»):** Исторический квест «Психология сквозь века». Интерактивная игра, в которой участникам предлагается "примерить" на себя психологические роли и мировоззрение людей из разных исторических эпох (античность, средневековье, новое время). Обсуждение того, как исторический контекст и социальные нормы формировали личность.

6. Факультет информатики и экономики

- **Профиль:** подготовка учителей информатики, экономики, IT-специалистов.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Технологии»):** «UX/UI-дизайн и цифровой стресс». Мастер-класс, объединяющий два направления: как дизайн интерфейсов и цифровые продукты (UX/UI) влияют на психологическое состояние пользователя, и как разрабатывать "психологически здоровые" приложения. Разбор кейсов по цифровой зависимости и кибербуллингу.

7. Факультет иностранных языков

- **Профиль:** подготовка учителей иностранных языков, переводчиков, лингвистов.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Искусство»):** «Язык, личность и межкультурная коммуникация». Тренинг на тему того, как изучение другого языка и погружение в иную культуру меняет личность, восприятие мира и снижает межкультурные барьеры и конфликты. Игры и упражнения на понимание невербальных сигналов в разных культурах.

8. Факультет музыки

- **Профиль:** подготовка учителей музыки, музыкальных руководителей, специалистов в области музыкального искусства.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Искусство»):** «Музыкальная психология и терапия». Мастер-класс от психологов совместно с преподавателями факультета. Исследование влияния различных музыкальных жанров, ритмов и тембров на эмоциональное состояние, когнитивные функции (память, внимание). Элементы практической музыкотерапии для снятия стресса.

9. Факультет физической культуры

- **Профиль:** подготовка учителей физкультуры, тренеров, специалистов в области ЛФК и оздоровительных технологий.

- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Движение»):** «Психосоматика движения». Мастер-класс, показывающий, как

телесные практики, определенные физические упражнения и дыхательные техники (дыхательная гимнастика, упражнения на расслабление) влияют на психологическое состояние, снижают тревогу и повышают самооценку. Интеграция знаний по анатомии, физиологии и психологии.

10. Факультет педагогики и психологии детства

- **Профиль:** подготовка педагогов и психологов для работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, логопедов, дефектологов.
- **Адаптированное мероприятие (в рамках Дня «Психология и Общество»):** «Психология детства: игры и развивающие методики». Практическая мастерская, где студенты могут попробовать себя в роли психолога или педагога, проводя развивающие игры и занятия для детей. Обсуждение возрастных кризисов и эффективных техник общения с детьми.

11. Факультет педагогики и методики начального образования

- **Профиль:** подготовка учителей начальных классов.
- **Адаптированное мероприятие (в рамках Дня «Психология и Общество»):** «Психология эффективного обучения в начальной школе». Мастер-класс о том, как психологические особенности младших школьников (внимание, память, мышление) влияют на процесс обучения. Разбор эффективных педагогических методик, учитывающих возрастную психологию.

12. Факультет правового и социально-педагогического образования

- **Профиль:** подготовка социальных педагогов, специалистов по работе с молодежью, юристов в сфере образования.
- **Адаптированное мероприятие (День «Психология и Право»):** Деловая игра «Психология конфликта и правового регулирования». Разбор реальных кейсов из социальной и юридической практики. Студентам предлагается найти не только правовое, но и психологическое решение конфликта, используя навыки переговоров и медиации.

13. Факультет психологии

- **Профиль:** подготовка профессиональных психологов, психологов-педагогов.
- **Адаптированное мероприятие (все дни):** Роль экспертов и ведущих. Студенты Института психологии выступают в роли со-ведущих, модераторов и экспертов на всех мероприятиях Недели. Для них это возможность применить полученные знания на практике. Также для них организуется отдельная **супервизионная сессия** с практикующими психологами, где они могут разобрать сложные случаи из своей практики или участия в Неделе.

10. РЕСУРСЫ, НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

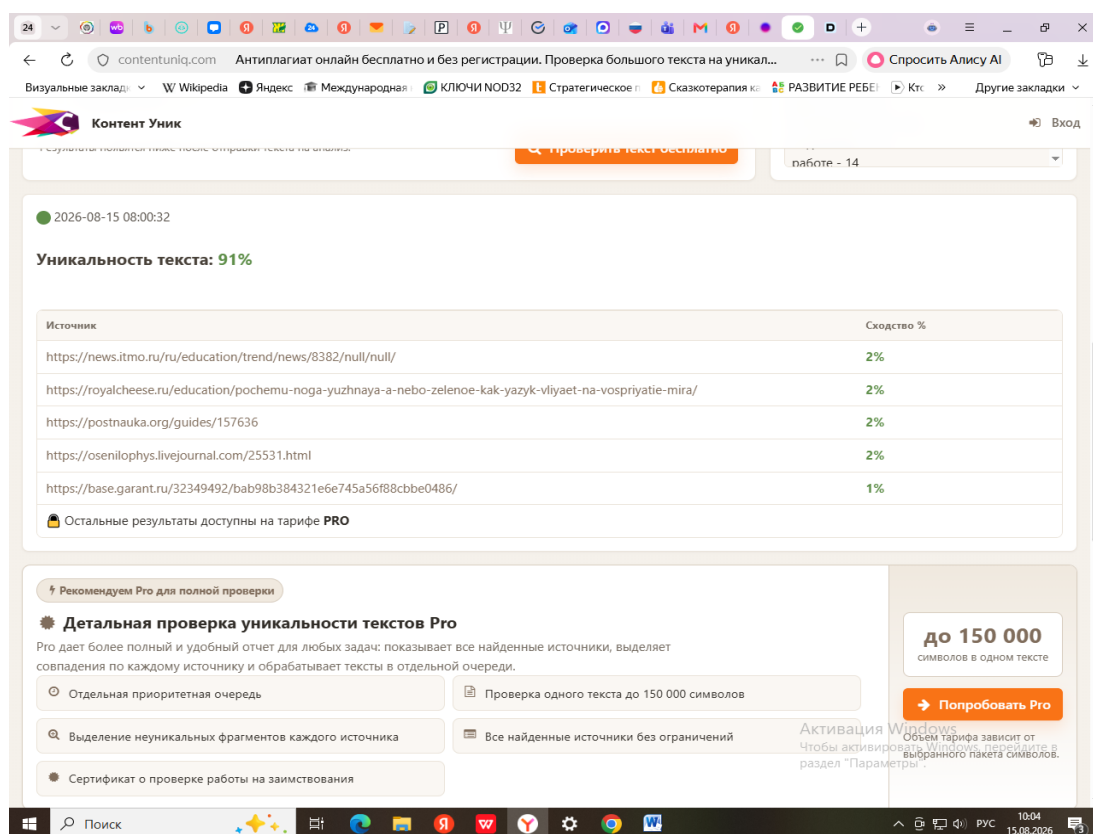
1. Организаторами выступают психологи психологической службы, студенческое объединение «Психорги», члены клуба «Точка баланса».

2. Мероприятия проходят на территории ВУЗа, используются аудитории и актовый зал.

3. Информационное обеспечение для реализации программы – информационно-коммуникационная сеть «Интернет» (сайт ВУЗа, социальные сети).

4. Современные цифровые технологии, инструменты и сервисы (интерактивные доски, цифровые инструменты оценки образовательных результатов, образовательные сайты).

11. СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ЗАИМСТВОВАНИЙ



12. СВЕДЕНИЯ О ПРАКТИЧЕСКОЙ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ

Срок апробации – ноябрь 2026г., планируемое количество участников 2500-3000 человек.

13. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Авдеева Н.Н., Егорова М.А., Кочетова Ю.А. Психологическое просвещение как воспитательный ресурс современной системы образования [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2021. Том 13. № 4. С. 73–93. doi:10.17759/psyedu.2021130405

2. Брейкина А.И. Проблемы социализации личности студента в современном российском обществе // Бизнес и дизайн ревю. 2021. № 3 (23). С. 13.

3. Димитрова Е.А. Исследование учебного стресса обучающихся современных российских вузов и меры его профилактики / Е.А. Димитрова // Международный научно-исследовательский журнал. — 2023. — №7 (133). — URL: <https://research-journal.org/archive/7-133-2023-julyundefined/10.23670/IRJ.2023.133.68> (дата обращения: 24.07.2026). — DOI: 10.23670/IRJ.2023.133.68. — EDN: EXPTLC
4. Заиченко, Н. У. Интегративный подход в преподавании психологии : учебное пособие / Н. У. Заиченко. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2026. — 385 с. — ISBN 978-5-9765-1621-2.
5. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 29–36.
6. Люсин Д.В., Марютина О.О., Степанова А.С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 129–140.
7. Меркулова О.П., Слободянюк Е.Ю. Психологическое просвещение как ресурс развития эмоционального интеллекта и рефлексии у студентов. Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2026. Вып. 1 (65). С. 140-151. DOI:10.23951/2307-6127-2026-1-140-151
8. Неделя психологии в образовательных организациях субъектов Российской Федерации: методические рекомендации / О.А. Ульянина, О.Л. Юрчук, Е.А. Никифорова, К.А. Файзуллина, М.О. Аганина, Е.В. Борисенко, Е.В. Вершинкина, С.О. Дмитриева, Т.П. Кнышева, А.М. Кононенко, В.В. Курбанова, О.Ю. Леденёва, Д.В. Оконовенко, Я.А. Онкамо, О.Е. Панич, Л.В. Саулина, А.А. Федонкина, Н.Н. Филатова, Д.А. Чуприна; под общей редакцией Л.П. Фальковской; научный редактор О.А. Ульянина. — М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2026. — 268 с.
9. Пиньковская Б. С. Актуальные проблемы обучающихся в вузе // Вестник РМАТ. 2015. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-problemy-obuchayushchih-sya-v-vuze> (дата обращения: 24.07.2026).
10. Развитие воспитательного потенциала современной семьи в открытом образовательном пространстве. Тематическое направление «Системно-синергетический подход к взаимодействию с семьей и сохранению традиционных семейных ценностей»: материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (8–9 ноября 2024 г., г. Пермь, Россия) / ответственные за выпуск: В.В. Коробкова, Е.О. Федотова ; Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет. — Пермь, 2025, ISBN 978-5-907676-72-5
11. Родионов Н.А. Неделя психологии в школе // Инновации в науке: пути развития: материалы VIII Международной заочной научно-практической конференции. 26 декабря 2016 г. / Гл. ред. М.П. Нечаев.
12. Телегина И.О. Большая психологическая игра, или Игра не в тренинге. СПб: изд-во Питер, 2014. С.178. ISBN: 978-5-4461-0032-3

13. Ульянина О.А., Юрчук О.Л., Никифорова Е.А., Оконовенко Д.В., Саломатова Е.А. «Неделя психологии» как эффективный инструмент психологического просвещения участников образовательных отношений: методика и организация [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2024. Том 21. № 1. С. 135–147. DOI:10.17759/bppe.202421011

14. Харитонов Т.Г. Психопрофилактика как системно- и смыслообразующий компонент деятельности практического психолога образования // Материалы Первой Международной научно-практической конференции «Психология образования: проблемы и перспективы» (Москва, 16–18 декабря 2004). М.: Смысл, 2004. С. 294–295.