

ПРОГРАММА
«Неделя психологии в ОмГУ»

Номинация конкурса: «Студенческие инициативы»

Автор: Потапова Юлия Викторовна

Место работы: ФГАОУ ВО «Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского»

Должность: доцент кафедры общей и социальной психологии, кандидат психологических наук, доцент

1. ОБОСНОВАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ АКТУАЛЬНОСТИ

Современное высшее образование сталкивается с рядом вызовов: высокая академическая нагрузка, цифровизация общения, снижение уровня живого межличностного взаимодействия и, как следствие, риск эмоционального выгорания и дезинтеграции студенческих сообществ. Особенно остро эта проблема стоит на младших курсах, где происходит адаптация, и на старших, где возникает необходимость профессиональной самоидентификации.

Традиционные лекционно-семинарские формы обучения не всегда способствуют раскрытию личностного потенциала студентов и формированию «мягких навыков» (soft skills). В этой связи возрастает роль **студенческих инициатив**, которые позволяют перевести обучение из пассивной плоскости в активную, деятельностную среду.

Актуальность программы «Неделя психологии в ОмГУ» обусловлена необходимостью создания условий для:

1. **Неформального общения** между студентами разных курсов и направлений подготовки, а также между студентами и преподавателями.
2. **Практического применения** психологических знаний в творческой и игровой деятельности (креативность, командная работа, эмоциональный интеллект).
3. **Формирования профессиональной идентичности** через погружение в атмосферу помогающих профессий и научного поиска.
4. **Профилактики** эмоционального напряжения через вовлечение в творческие и развлекательные мероприятия.

2. ОПИСАНИЕ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ

Контингент:

Основная целевая группа: Студенты 1–4 курсов бакалавриата и 1–2 курсов магистратуры, обучающиеся по направлениям «Психология», «Организация работы с молодежью», «Социальная работа».

Широкая аудитория: Студенты других факультетов университета, интересующиеся психологией и помогающими практиками.

Привлеченные специалисты: Профессорско-преподавательский состав кафедры общей и социальной психологии (и смежных кафедр), кураторы, приглашенные практики.

Специфическая характеристика контингента:

Участники программы – это студенты гуманитарного профиля с выраженной мотивацией к межличностному познанию, но часто находящиеся в состоянии информационной перегрузки. Для них характерна потребность в признании (научном, творческом) и поиск референтной группы. Участники отличаются высоким уровнем креативности, но в силу возраста могут испытывать трудности с самоорганизацией, что требует наличия в программе как структурированных (квест), так и свободных (творческий вечер) форм активности.

3. ОПИСАНИЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

Создание интегративного развивающего пространства для укрепления студенческого сообщества, раскрытия творческого потенциала и повышения престижа психологического знания и помогающих профессий через реализацию студенческих инициатив.

Задачи программы:

1. **Развивающая:** Стимулировать креативное мышление, навыки командного взаимодействия и эмоциональный интеллект студентов через участие в творческих конкурсах и квестах.

2. **Просветительская:** Популяризировать научную психологию и достижения студенческой науки, продемонстрировав связь теории с практикой, обозначить пути самореализации в исследовательской практике, обеспечить комфортный старт молодых ученых при презентации результатов первых исследований.

3. **Интеграционная:** Способствовать сплочению студенческого и преподавательского коллективов, снижению коммуникативных барьеров и формированию чувства сопричастности к университетскому сообществу (событийная общность).

4. **Профориентационная:** Сформировать у студентов позитивный образ профессий психолога, социального работника и организатора работы с молодежью через знакомство с личностями преподавателей (моделирование образа профессионала).

5. **Психотерапевтическая:** Осуществление психогигиены и профилактики академического выгорания студентов и профессионального выгорания и деформации профессорско-преподавательского состава за счет включения элементов творчества, снятия нервно-психического напряжения, создания поддерживающей обстановки для обмена мнениями и эмоциями.

6. **Рефлексивно-диагностическая:** Обеспечить мониторинг актуального психологического состояния студенческого сообщества, создать условия для осмысления участниками полученного опыта и фиксации личностных изменений через инструменты обратной связи и групповой рефлексии.

4. НАУЧНЫЕ, МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРОГРАММЫ

Программа базируется на следующих теоретических и практических подходах:

1. **Событийный подход в педагогике (Харченко Г.И., Тамошкина Е.В., Филимонюк Л.А.):** мероприятия недели психологии строятся как яркие, эмоционально окрашенные события, которые вырывают студента из рутины учебного процесса и создают условия для неформального общения [5, с. 320].

2. **Деятельностный подход (А. Н. Леонтьев):** участники не являются пассивными слушателями, а являются активными авторами и организаторами контента (подготовка фото, квестов, выступлений) [4, с. 140].

3. **Теория социального благополучия К. Киза:** через формат конференции модель К. Киза реализует три ключевых компонента: «социальный вклад» (презентация результатов переводит студента из позиции обучаемого в статус созидателя), «социальную интеграцию» (работа секций формирует профессиональную идентичность и принадлежность к академическому миру) и «социальную актуализацию» («Зал славы» демонстрирует науку как работающий социальный лифт) [6, с.122, 123].

4. **Модель психологического благополучия К. Рифф:** система мероприятий становится ресурсом для личности. Квест развивает автономию и управление средой, конференция стимулирует личностный рост и обретение цели в жизни, фотовыставка работает с самопринятием через арт-метафоры, а формат «PSY-Квартирника» выстраивает глубокие позитивные отношения, снимая коммуникативную броню как студентов, так и профессорско-преподавательского состава [7, с. 100].

5. **Теория социальной идентичности Г. Теджфела, Дж. Тернера (адаптированная к отечественным реалиям Г.М. Андреевой):** через арт-пространство и разделение на профессиональные стенды программа реализует этап социальной категоризации. Детективный квест обеспечивает глубокое проживание этапа социальной идентификации через формирование сплоченных командных ролей. Финальные мероприятия (конференция, «Зал славы») задействуют механизмы ингруппового фаворитизма и социального сравнения, формируя чувство гордости за принадлежность именно к этому научному сообществу вуза. Шумовой оркестр на «PSY-Квартирнике» демонстрирует высшую стадию процесса — деперсонализацию, где индивидуальные различия временно уступают место единому событийному опыту коллектива [цит. по. 2, с. 180].

6. **Методика использования метафорических ассоциативных карт (МАК) и арт-терапевтических техник:** Фотовыставка «Ассоциативный эксперимент» использует проективный механизм, позволяя студентам безопасно выразить внутриличностные конфликты и самовосприятие через художественные образы [1, с. 201].

7. **Тренинговая технология командообразования:** Детективный квест использует принципы фасилитации, ролевого распределения и решения проблемных задач в условиях ограниченного времени [3, с. 61].

5. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Период проведения: 1 академическая неделя (5 рабочих дней).

Общая трудоемкость для участника: до 20 академических часов.

Этапы реализации:

1. **Подготовительный этап (за 2–3 недели до старта):**

Формирование оргкомитета из числа студентов (инициативная группа).

Консультирование с преподавателями кафедры.

Анонсирование, сбор заявок, подготовка реквизита.

Трудоемкость: организационная работа (вне сетки часов).

2. **Основной этап (5 дней):**

Реализация мероприятий согласно плану.

Трудоемкость: 12–14 академических часов интенсивной активности.

3. Рефлексивно-оценочный этап (1 день):

Подведение итогов, награждение, сбор обратной связи (анкетирование, отзывы).

Анализ эффективности оргкомитетом.

Трудоемкость: 2–4 академических часа.

6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. **Количественные:** Охват не менее 150–200 студентов младших курсов и 50–80 студентов старших курсов (участие в мероприятиях, конкурсах, секциях).

2. **Качественные (для студентов):**

Повышение уровня сплоченности академических групп (оценка через опрос).

Снижение барьеров в общении «студент-преподаватель».

Развитие навыков самоорганизации и командной работы у актива студенческой группы.

Получение опыта публичной защиты творческих и научных работ.

3. **Качественные (для имиджа вуза/кафедры):**

Повышение привлекательности образовательных программ кафедры.

Создание банка методических разработок для последующего воспроизведения.

7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Для мониторинга эффективности используются следующие индикаторы:

Критерий вовлеченности:

Показатель: Количество уникальных участников/зрителей на каждом мероприятии (подсчет по регистрации и мандатным листам).

Инструмент: Волонтеры-организаторы ведут подсчет.

Критерий удовлетворенности:

Показатель: Средний балл не ниже 4,5 из 5 по итогам анкетирования.

Инструмент: Анонимный опрос обратной связи (Яндекс формы) в последний день.

Критерий качества продуктов деятельности:

Показатель: Соответствие творческих работ (фото) заявленной теме, оригинальность идей квестовых заданий.

Инструмент: Оценка экспертного жюри (преподаватели) по разработанным бланкам.

Критерий психологического климата (субъективный):

Показатель: Отсутствие жалоб на принудительное участие, позитивная динамика настроения в соцсетях (хештеги мероприятия).

8. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

(См. Приложение 1)

9. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Модуль 1. «Имиджево-интеграционный»

Мероприятие 1: Открытие «Пространства помогающих профессий»

Описание: В холле корпуса оформляется арт-пространство. Студенты старших курсов готовят стенды о направлениях «Психология», «Социальная работа», «Организация работы с молодежью». Ключевой элемент - галерея портретов преподавателей кафедры, рядом с которыми размещаются «говорящие предметы»: для психолога - метафорические карты, для соцработника - клубок ниток (символ связей), для ОРМ - плакаты студенческих проектов.

Методики: Метод визуализации, нарративный подход.

Инструментарий: Фотобумага, мольберты, предметы-символы.

Мероприятие 2: Творческий вечер «PSY-Квартирник»

Описание: Финал недели. Формат - «свободный микрофон» и импровизация. Обязательные блоки:

1. Выступления студентов и преподавателей (музыка, стихи, стендап).
2. Игра «Шумовой оркестр»: зал делится на сектора, каждому выдается простейший «инструмент» (бумага, ключи, хлопки). Ведущий-дирижер создает ритм группы, добиваясь слаженного невербального звучания. Это мощный инструмент снятия напряжения и групповой сплоченности.
3. Видеоролики о жизни кафедры.

Инструментарий: Микрофоны, колонки, гитара, раздаточный реквизит для оркестра.

Модуль 2. «Развивающий (Проектный)»

Мероприятие 3: Квест «Тайна кафедры»

Описание: Командная игра по типу «живого квеста». Студенческий оргкомитет пишет сценарий детективной легенды (например, «Пропал журнал успеваемости» или «Загадка Роршаха»).

Реализация: Командам выдается первая загадка. Решение каждой задачи ведет к локации (библиотека, лаборатория, аудитория кафедры) или человеку (преподавателю). Преподаватель в роли «Хранителя ключа» общается с командой только после того, как команда правильно ответит на мини-вопрос по предмету.

Методики: Геймификация, метод кейсов (Case study), формирование командных ролей.

Инструментарий: Маршрутные листы, шифры, реквизит для антуража, QR-коды.

Модуль 3. «Научно-познавательный»

Мероприятие 4: Секция конференции «Молодежь третьего тысячелетия»

Описание: Включает пленарную часть с акцентом на достижения студентов (презентация «Зал славы студенческой науки»). Далее работа подсекций по направлениям подготовки.

Интерактивная часть: Перед награждением проводится игра «Факты о преподавателях». На слайд выводится 3 факта (например, «Увлекается

дайвингом», «Писал диплом о юморе», «Работал водителем в лагере»). Зал угадывает преподавателя.

Методики: Научная коммуникация, метод интерактивного голосования.

Мероприятие 5: Фотовыставка «Ассоциативный эксперимент»

Описание: Реализуется в цифровой среде (на экранах в холле или в группе ВК). Студентам 1 курса выдаются стимулы («В точку», «Долгий взгляд», «Своя атмосфера», «Я и моя Тень»). Задача - создать постановочное фото в стенах университета, отражающее ассоциацию.

Психологический смысл: Диагностика и рефлексия эмоционального состояния адаптации первокурсников, развитие символического мышления.

Модуль 4. «Рефлексивно-аналитический»

Мероприятие 6. Разработка шкалы оценки молодежного мероприятия в рамках проектной практики студентов «Организация работы с молодежью». Апробация методики (сбор обратной связи от участников мероприятий), обработка и статистический анализ, формулирование рекомендаций и обратной связи для организаторов. Результаты анализа представлены на публичной защите проекта по итогам практики, обсуждены на заседании кафедры и учтены при планировании воспитательной работы на предстоящий учебный год.

10. РЕСУРСЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Требования к специалистам:

Координатор программы: преподаватель кафедры психологии (стаж от 3 лет), владеющий навыками фасилитации и event-менеджмента.

Студенческий оргкомитет: инициативная группа студентов старших курсов (не менее 7-10 человек), прошедшая инструктаж.

Привлеченные эксперты: жюри конференции и конкурса фото (доктора и кандидаты наук, практикующие специалисты).

Волонтеры: для навигации во время квеста и ведения фото/видеосъемки.

Перечень учебных и методических материалов:

Сценарий квеста с методикой оценки прохождения этапов.

Бланки экспертной оценки фотоконкурса.

Программа конференции и сборник тезисов.

Опросники обратной связи.

Презентация «Факты о преподавателях».

Требования к материально-технической оснащенности:

Актальный зал (для квартирника и пленарного заседания) с акустической системой и микшером.

Учебные аудитории для секций конференции.

Просторный холл/рекреация с возможностью крепления выставочных конструкций (фотозона).

Свободный доступ к корпусу для проведения квеста (перемещение по этажам).

Оргтехника: принтер (цветной), фотобумага, ноутбуки, проекторы.

Требования к информационной обеспеченности:

Корпоративный Wi-Fi для работы с QR-кодами в квесте.

Доступ к электронной библиотечной системе университета для участников конференции.

Использование цифровых сервисов: Яндекс.Формы для сбора данных, облачные хранилища для сбора фото, социальные сети (ВКонтакте, МАХ) для ведения дневника недели и голосования за приз зрительских симпатий.

Цифровой инструментарий: Интерактивная доска/экран для визуализации итогов, флипчарт для мозгового штурма при подготовке, Yandex-формы для сбора обратной связи участников мероприятий.

11. СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ЗАИМСТВОВАНИЯ

Все элементы программы являются авторскими разработками студенческого актива и преподавателей кафедры. При использовании внешних техник (например, принципы МАК или шумового оркестра) используются авторские формулировки и интерпретации. Текст программы уникален, не является компиляцией чужих работ. Цитирование научных источников оформлено согласно ГОСТ Р 7.0.100-2018.

12. СВЕДЕНИЯ О ПРАКТИЧЕСКОЙ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ

Статус: Аprobация проведена успешно.

Срок проведения: Апрель, 2026 г.

База аprobации: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского»

Количество участников: 180+ человек.

Краткие результаты: Мероприятия вызвали высокий интерес (переполненный зал на творческом вечере, продление сроков квеста из-за активности команд). Отмечено увеличение числа заявок в студенческое научное общество после секции конференции. Согласно опросу обратной связи, 93% участников оценили программу как «отличную» или «хорошую», особо отметив теплую атмосферу и возможность пообщаться с преподавателями неформально.

13. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аксютин З. А. Методолого-теоретические основы терапии метафорическими ассоциативными картами // Психология и психотехника. — 2023. — № 3. — С. 199–210.

2. Андреева Г. М. Психология социального познания : учебное пособие. — М. : Аспект Пресс, 2004. — 288 с.

3. Кукулите Т. Г., Халявин А. А., Моршнева Д. Д. Тренинг формирования команд как эффективный метод обучения в современном образовании // Ученые записки Санкт-Петербургского университета технологий управления и экономики. — 2020. — № 1 (69). — С. 58–62.

4. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М. : Смысл, 2005. — 352 с.

5. Харченко Г. И., Тамошкина Е. В., Филимонюк Л. А. Организация

воспитательной работы в вузе на основе событийного подхода // Проблемы современного педагогического образования. — 2025. — № 87-3. — С. 319–322.

6. Keyes C. L. M. Social well-being // Social Psychology Quarterly. — 1998. — Vol. 61, No. 2. — P. 121–140.

7. Ryff C. D. Psychological well-being in adult life // Current Directions in Psychological Science. — 1995. — Vol. 4. — P. 99–104.

Приложение 1

№	День недели	Название мероприятия	Форма проведения	Целевая аудитория	Время ак.ч.)
1	Понедельник	Открытие «Пространства помогающих профессий»	Презентация, фотозона	Все студенты и преподаватели	2
1	Понедельник	«Ассоциативный эксперимент» (Старт приема работ)	Заочный творческий конкурс	Студенты 1–2 курсов	4 (сам. раб.)
2	Вторник	Квест «Тайна кафедры общей и социальной психологии»	Командная игра-детектив	Смешанные команды 1–4 курсов	6
3	Среда	Секция конференции «Молодежь третьего тысячелетия»	Научная конференция + Игра «Факты о преподавателях»	Студенты 2–4 курсов, магистранты	4
4	Четверг	Работа жюри. Монтаж выставки фоторабот	Рабочая группа	Оргкомитет	2
5	Пятница	Творческий вечер «PSY-Квартирник» и Награждение	Концерт, игры, шумовой оркестр	Все участники недели	4
	ИТОГО				18 часов

Приложение 2.

Анкета для оценки молодежного мероприятия

Инструкция: уважаемые участники! Предлагаем вам оценить мероприятие по ряду характеристик, оценив степень согласия с утверждениями по шкале: 1 – совершенно не согласен, 2 – скорее не согласен, 3 – нечто среднее, 4 – скорее согласен, 5 – полностью согласен.

Характеристики	Оценка
Звук был чистым, без искажений и посторонних шумов	
Освещение помогало восприятию номеров (не резало глаза, вовремя менялось)	
Микрофоны работали без сбоев и задержек	
Видео / презентации запускались вовремя и без накладок	
Оборудование (проектор, колонки, пульт) не отвлекало от выступлений	
Музыкальное сопровождение было уместным по громкости и тембру	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
Мероприятие не растягивалось, все части шли в хорошем темпе	
Между номерами не было затяжных пауз, отвлекающих от действия	
Сценарий не "провисал" — переходы от конкурса к конкурсу были логичными	
Ведущие не теряли нить повествования и не создавали неловких ситуаций	
Даже при технических сбоях динамика не разрушалась (ведущие импровизировали)	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
У мероприятия была чёткая эмоциональная динамика (вступление, кульминация, финал)	
Серьёзные и шуточные моменты чередовались уместно, без "эмоционального перекося"	
Были яркие, запоминающиеся кульминационные моменты (сюрпризы, сильные номера)	
Финал оставил приятное впечатление (восторг, улыбку, гордость)	
Акценты совпадали с ключевыми точками сценария	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
Ведущие обращались к залу, поддерживали контакт со зрителями	
Зрителей активно вовлекали (голосование, конкурсы, кричалки, аплодисменты)	
Вопросы/ задания к залу были понятными и не заставляли зрителей чувствовать неловкость	
Интерактивы не затягивались и не мешали основному действию	
Реакция зала (смех, поддержка участников) совпадала с ожидаемой	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
Мероприятие началось вовремя, без задержек	
Процесс входа / рассадки был удобным и быстрым	
В аудитории была комфортная температура, достаточно места и воздуха	
Мероприятие закончилось в заявленное время без резкого "обрыва"	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
Конкурсные задания и номера были интересными и разнообразными	
Выступления участников раскрывали их харизму / таланты / чувство юмора	

Номера не повторяли друг друга по типу, была вариативность (танцы, песни, юмор, видео)	
Визуальный ряд (костюмы, реквизит, видео-заставки) дополнял смысл номеров, а не существовал сам по себе	
Конкурсные испытания были посильны участникам, но при этом не выглядели слишком простыми или детскими	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
В целом мероприятие можно считать успешным	
Я получил(-а) яркие положительные эмоции и впечатления	
Я с удовольствием приду на такой конкурс в следующем году	
У меня не осталось ощущения "зря пришёл" или разочарования	
После конкурса осталось желание чаще участвовать в жизни факультета	
Если у Вас есть комментарий по поводу представленного в разделе аспекта оценки мероприятия, можете оставить его здесь:	
Какой момент в мероприятии запомнился Вам больше всего?	
Что позволило бы улучшить мероприятие в будущем?	