

Номинация «Студенческие инициативы»: программа Недели психологии с активным участием студентов.

Название программы: «Диалог в действии: сближение»

Авторский коллектив:

Школа Дарья Евгеньевна, студентка 2 курса направления подготовки 37.03.01 «Психология», ФГБОУ ВО «Владивостокский государственный университет».

Никульченкова Наталья Павловна, психолог центра профилактической и воспитательной деятельности управления молодежной политики ФГБОУ ВО «Владивостокский государственный университет».

ОБОСНОВАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ АКТУАЛЬНОСТИ

«Университетский» период жизни человека является благоприятным для формирования множества горизонтальных социальных связей. Удержание же

этих связей и сохранение их на длительный период требуют от человека определённого опыта и навыков; так формируется социальный капитал.

Одновременно с этим социальные связи остаются для студентов одной из главных ценностей и важным ресурсом для преодоления жизненных трудностей и поддержания психологического благополучия. Основной формой студенческой коммуникации при этом являются групповые чаты, которые служат не только для обмена учебной и организационной информацией, но и выполняют социально-интегративную функцию.

Тренд на цифровизацию коммуникации, с одной стороны, обусловлен удобством и минимальным временем, необходимым для установления контакта, а с другой — сопровождается сокращением времени на живое общение. Параллельно с развитием «цифровых» навыков у представителей «цифрового поколения» возникают трудности с живым общением: оно нередко вызывает негативные переживания (страх знакомств с новыми людьми, снижение эмпатии, отсутствие навыков конструктивного поведения в конфликте), что провоцирует ряд негативных социальных явлений и личных трудностей - кибербуллинг, социальную тревожность, чувство одиночества, что в свою очередь сказывается на способности учиться, работать, строить долгосрочные дружеские и семейные отношения.

Решение этой проблемы требует реализации целенаправленных профилактических программ, которые будут способствовать, с одной стороны, формированию у студентов навыков безопасного поведения в групповых чатах, а с другой — выработке навыков, необходимых для «живого» общения.

ОПИСАНИЕ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ

Студенты и обучающиеся федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Владивостокский государственный университет» (далее – ФГБОУ ВО «ВВГУ»), включая обучающихся по программам основного общего образования и программам среднего профессионального образования, испытывающие трудности при общении в групповых чатах и при «живом» общении, формировании социальных связей.

Лидеры студенческих объединений, старосты академических групп, являющиеся организаторами и «держателями» правил общения в неформальных групповых чатах.

ОПИСАНИЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧ ПРОГРАММЫ

Цель: повысить уровень осведомленности о проверенных способах минимизации ключевых сложностей при выстраивании социальных связей (в чатах и при живом общении) у не менее 500 студентов путем реализации программных мероприятий «Недели психологии» до конца октября 2026 года.

Задачи:

1. Провести опрос не менее 300 студентов ФГБОУ ВО «ВВГУ» до 1 октября 2026 г. выявляющий их наиболее типичные сложности при выстраивании социальных связей (в чатах и при живом общении).
2. Провести входной опрос 100% участников программных мероприятий «Недели психологии», выявляющий уровень их осведомленности о способах минимизации ключевых сложностей при выстраивании социальных связей.
3. В период с 19 по 24 октября 2026 года реализовать не менее 7 программных мероприятий «Недели психологии», учитывающих типичные сложности студентов в построении социальных связей, силами бойцов студенческого психологического отряда «Диалог» ФГБОУ ВО «ВВГУ» при экспертном участии психологов ФГБОУ ВО «ВВГУ».
4. Провести итоговый опрос 90% участников программных мероприятий «Недели психологии» отражающий их мнение о качестве и содержании программных мероприятий, уровень их осведомленности о способах минимизации ключевых сложностей при выстраивании социальных связей.
5. Подготовить и распространить методические рекомендации для кураторов и преподавателей по сопровождению коммуникации студентов в цифровой среде и в очном взаимодействии не позднее 31 декабря 2026 г.

НАУЧНЫЕ, МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРОГРАММЫ

Программа базируется на принципах гуманистической психологии Карла Роджерса, где ключевыми условиями личностного роста являются безусловное принятие и эмпатия. В контексте программы данные принципы реализуются через создание безопасной среды для «живого» общения, где участники могут практиковать навыки без страха оценки.

Еще одной опорной концепцией является доказавшая эффективность в профилактике психоэмоционального неблагополучия в молодежной среде концепция «равный-равному». Студенты-психологи, являющиеся бойцами студенческого психологического отряда «Диалог» ФГБОУ ВО «ВВГУ», прошедшие годичную подготовку, выступают в роли ведущих, что способствует снижению барьеров восприятия и повышению доверия.

Игра рассматривается в отечественной психологии как ведущая деятельность, в которой формируются новые психические качества и социальные навыки (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин). В контексте студенческого возраста игра выступает средством снятия психологических барьеров, развития спонтанности и гибкости мышления, а также моделирования реальных социальных ситуаций в безопасной среде

Методологические подходы и практики

Арт-терапевтические методы. Творческая активность способствует расслаблению, снижению тревожности и развитию эмоционального интеллекта,

а также развивает навыки саморегуляции, эмпатии и социального взаимодействия. Групповая арт-терапия демонстрирует эффективность в работе с депрессией, эмоциональным интеллектом, самооэффективностью и психологической устойчивостью у студентов.

Настольные игры («Элиас», «Экивоки», «Имаджинариум» и др.) задействуют механизмы вербальной и невербальной коммуникации, требуют быстрого поиска ассоциаций, понимания партнёра, что напрямую тренирует эмпатию и социальную перцепцию. Игровой формат снижает тревожность, так как ошибка воспринимается не как личная неудача, а как часть игрового процесса, что способствует преодолению страха публичного высказывания и повышению коммуникативной уверенности.

Игровые методы также интегрируются в арт-практики (например, совместное создание коллажа, зеркальное отражение эмоций), что усиливает их терапевтический эффект за счёт элементов соревновательности и совместного творчества.

Таким образом, игровые методы в программе выполняют следующие функции: обучение через действие (экспериментирование с моделями поведения); снятие эмоционального напряжения и создание атмосферы психологической безопасности; развитие когнитивной гибкости и скорости реакции; усиление групповой сплочённости и формирование горизонтальных связей; диагностика личных коммуникативных паттернов через обратную связь в игре.

СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Сроки реализации: 14 сентября 2026 года – 31 декабря 2026 года, из них

Подготовительный этап: 14 сентября 2026 года по 17 октября 2026 года (опрос студентов, организационные мероприятия, подготовка печатных материалов и пр.)

Основной этап: 19 октября 2026 года по 24 октября 2026 года (проведение входного опроса, реализация программных мероприятий, проведение итогового опроса)

Итоговый этап: 02 ноября по 31 декабря 2026 года (подготовка и распространение методических рекомендаций для кураторов и преподавателей по сопровождению коммуникации студентов в цифровой среде и в очном взаимодействии)

Объем основного этапа программы: 32 аудиторных часа

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Количественные:

- не менее 300 студентов приняли участие в опросе, выявляющем их наиболее типичные сложности при выстраивании социальных связей (в чатах и при «живом» общении);
- 100 % участников программных мероприятий прошли входной опрос, выявляющий уровень их осведомленности о способах минимизации ключевых сложностей при выстраивании социальных связей;
- не менее 500 студентов приняли участие в программных мероприятиях «Недели психологии»;
- и не менее 90% участников программных мероприятий прошли итоговый опрос, отражающий их мнение о качестве и содержании программных мероприятий, уровень их осведомленности о способах минимизации ключевых сложностей при выстраивании социальных связей
- до 100% преподавателей и кураторов ознакомлены с содержанием методических рекомендаций по сопровождению коммуникации студентов в цифровой среде и в очном взаимодействии.

Качественные:

- повышение осведомленности не менее чем у 70% участников программных мероприятий о коммуникативных рисках и способах их преодоления в живом общении и групповых чатах;
- снижение психологических барьеров в «живом» общении отмечают не менее 70 % участников программных мероприятий;
- не менее 70% студентов отмечают у себя рост уровня удовлетворенности общением и снижение чувства изолированности;
- не менее 90% студентов отмечают полезность содержания программных мероприятий и высокую вероятность применения полученных знаний и опыта на практике.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Уровень узнаваемости ключевых рисков цифровой коммуникации

Доля студентов, правильно идентифицирующих не менее 3 из 5 предложенных типичных проблем цифровой коммуникации (например, кибербуллинг, распространение личных данных, искажение смысла из-за отсутствия интонации, информационная перегрузка, манипуляции).

Измерение: опросник с выбором правильных вариантов.

Осведомлённость о поведении, повышающем эффективность «живого» общения

Доля студентов, назвавших не менее 2 эффективных способов поведения в конфликте при «живом» общении (например, активное слушание, «я-сообщения», пауза перед ответом, привлечение медиатора).

Измерение: открытый вопрос или выбор из списка.

Самооценка уверенного поведения в «живом» общении

Средний балл по шкале от 1 до 5, где 5 — «я совершенно уверен(а) в своей способности заводить новые знакомства «вживую».

Измерение: вопрос с вариантами по шкале Лайкерта.

Динамика страха перед живым общением

Доля студентов, отметивших снижение тревожности при необходимости общаться с незнакомыми людьми (прямая самооценка: «стало меньше», «не изменилось», «стало больше»).

Измерение: вопрос с градацией.

Оценка собственного уровня эмпатии

Средний балл по самооценочной шкале «Я стал(а) лучше понимать эмоциональное состояние собеседника» (от 1 — совершенно не согласен до 5 — полностью согласен).

Измерение: вопрос Лайкерта.

Изменение поведенческих привычек в чатах

Доля студентов, сообщивших, что после программы они изменили своё поведение в групповых чатах (например, реже выкладывают личную информацию, проверяют сообщения перед отправкой, используют более точные и вежливые формулировки).

Измерение: закрытый вопрос с перечнем действий.

Удовлетворённость полезностью программы

Средняя оценка полезности полученной информации по 10-балльной шкале (где 10 — максимально полезно).

Измерение: прямой вопрос.

Осознание причин собственных коммуникативных трудностей

Доля студентов, согласных с утверждением: «Программа помогла мне яснее понять, почему у меня возникают сложности при общении (в чатах или лично)».

Измерение: бинарный ответ (да/нет) или шкала согласия.

Уверенность в разрешении конфликтов в цифровой среде

Доля студентов, выбравших вариант «я знаю, как правильно реагировать на агрессию или провокацию в групповом чате» (против вариантов «не знаю» или «затрудняюсь»).

Измерение: множественный выбор с одним правильным (самооценочный).

Влияние на общее психологическое благополучие

Доля студентов, отметивших снижение чувства одиночества или социальной изоляции (например, «я стал(а) чувствовать себя более связанным(ой) с другими студентами в университете») – по шкале согласия.

Измерение: вопрос Лайкерта.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

Дата	Название	Тип/формат	Количество во часов	Ответственные
День 1				
19.10.2026	Открытие недели психологии	Торжественная церемония	1 час	Черемискина И.И. Никульченкова Н.П.
19.10.2026	«Инструкция к человеку: спрашиваем психолога о самом волнующем»	Открытое интервью	2 часа	Школа Д.Е.
19.10.2026	Анатомия знакомства и установления доверительных отношений	Психологическая практика, позволяющая участникам приобрести опыт знакомств	3 часа	Никульченкова Н.П.
День 2				
20.10.2026	«Невидимые законы человеческого общения»	Лекция	2 часа	Никульченкова Н.П.
20.10.2026	«Цифровой этикет: правила организации общения в «чатах»: модерация, роли и границы в мессенджерах».	Практикум для кураторов студенческих групп, старост, и руководителей студенческих объединений	2 часа	Кончаков М.Д. Никульченкова Н.П.
День 3				
21.10.2026	«Батарейка эмпатии: как дружить и не выгорать»	Лекция	2 часа	Никульченкова Н.П.
21.10.2026	«Архитектура спокойствия: практики	Арт-практика	2 часа	Школа Д.Е.

	эмоциональной саморегуляции»			
21.10.2026	Кейс-чемпионат «Договоримся»	Практикум по разбору конфликтных ситуаций для старост, и руководителей студенческих объединений	4 часа	
День 4				
22.10.2026	«На одной волне: практика развития эмпатии»	Арт-практика	2 часа	Школа Д.Е.
22.10.2026	«Здесь был Юра» и мы»	Вечерний кинопоказ + обсуждение	4 часа	Никульченкова Н.П. Школа Д.Е.
День 5				
23.10.2026	«Эффект присутствия: почему вас запомнят только если вы слушали»	Лекция	2 часа	Никульченкова Н.П.
23.10.2026	«Игра в слова»	Вечер настольных игр	3 часа	Школа Д.Е.
День 6				
24.10.2026	«Быстрые свидания»	Коммуникативный тренинг	2 часа	Школа Д.Е.
24.10.2026	Закрытие недели психологии	Церемония подведения итогов	1 час	Черемискина И.И. Никульченкова Н.П.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Торжественная церемония «Открытие недели психологии»

Содержание: официальный старт мероприятия. Выступление организаторов с приветственным словом, презентация программы Недели и её ключевых целей - развития эмоционального интеллекта, навыков общения и самопознания в студенческой среде. Возможное включение короткого мотивационного выступления приглашенного спикера или выпускника.

Открытая встреча-интервью с психологами «Инструкция к человеку: спрашиваем психолога о самом волнующем»

Содержание: формат «вопрос-ответ». Ведущий модерировает диалог между аудиторией и экспертами-психологами. Участники анонимно или открыто задают вопросы на самые актуальные темы: первая влюбленность и расставания, отношения с родителями, академическое выгорание, прокрастинация, страхи перед будущим и поиском себя. Эксперты дают развернутые комментарии без сложных терминов, опираясь на реальные кейсы из практики.

Психологическая практика «Анатомия знакомства и установления доверительных отношений»

Содержание: интерактивный тренинг для преодоления коммуникативных барьеров. Участники через серию структурированных упражнений учатся начинать разговор со случайным человеком, поддерживать беседу задавать открытые вопросы и считывать невербальные сигналы. Практика включает техники активного слушания, упражнения на поиск общих интересов («точки соприкосновения») и безопасные форматы обмена контактами.

Лекция «Невидимые законы человеческого общения»

Содержание: Теоретический разбор скрытых механизмов коммуникации. Когнитивные искажения при восприятии других людей. Слушатели узнают какие неосознаваемые сценарии управляют отношениями между людьми как формируется первое впечатление и почему возникает недопонимание и конфликты.

Практикум «Цифровой этикет: правила организации общения в «чатиках»: модерация, роли и границы в мессенджерах»

Содержание: вместе со студентами разбираемся в сложных вопросах и тут же внедряем решения в групповые чаты. Признаки безопасного чата. Зачем нужен закрепленный свод правил. Закрепленная цель чата и часы тишины. Как что-то запретить договориться о времени без уведомлений, никого не обидев. Тонкости модерации групповых чатов. Гигиена информации: как научить группу пользоваться ветками обсуждений. Управление конфликтами и границами. Что делать со спорами из-за расписания, травлей внутри группы или токсичными участниками.

Лекция «Батарейка эмпатии: как дружить и не выгорать»

Содержание: Разговор о границах в отношениях. Лектор объясняет разницу между здоровой поддержкой друга и спасательством. Изучаются маркеры эмоционального истощения, правила экологичного отказа и методы восстановления собственного ресурса после интенсивного социального взаимодействия, чтобы помощь другим не приводила к собственному кризису.

Арт-практика «Архитектура спокойствия: практики эмоциональной саморегуляции»

Содержание: Использование творческих методов для управления стрессом. Участникам предоставляются бумага, краски, глина или пластилин. Через арт-терапевтические упражнения они визуализируют свои эмоции (страх, гнев, тревогу), придавая им форму и цвет. Группа учится техникам конструктивного управления переживаниями, переводя внутреннее напряжение во внешний осязаемый образ, который можно изменить.

Кейс-чемпионат по разбору конфликтных ситуаций «Договоримся»

Содержание: Соревнование для лидеров студенческого самоуправления. Команды получают заранее подготовленные сложные кейсы (например, конфликт старосты с группой из-за точности передачи информации). За ограниченное время участники должны проанализировать позиции сторон, выявить истинные интересы и предложить пошаговый план медиации. Итоги презентуются жюри, которое оценивает реалистичность решений и навыки командной работы.

Арт-практика «На одной волне: практика развития эмпатии»

Содержание: Упражнения на подстройку к партнеру. Работа в парах и тройках, где один участник рассказывает историю, а второй должен без слов (через рисунок) отразить состояние рассказчика. Выполняются техники зеркального отражения эмоций и совместного создания общего творческого продукта (коллажа), что тренирует навык чувствовать настроение собеседника без лишних вопросов.

Кинопоказ с обсуждением «Здесь был Юра»

Содержание: совместный просмотр фильма, поднимающего проблему отношения к нейроразличным людям, взросление, принятие ответственности и проявление человечности. После просмотра организуется групповой анализ впечатлений от просмотра. Модератор помогает участникам разобрать мотивы поступков героев, обсудить экзистенциальные вопросы картины и провести параллели с собственным жизненным опытом.

Лекция «Эффект присутствия: почему вас запомнят только если вы слушали»

Содержание: В эпоху цифрового шума и многозадачности самым редким и ценным ресурсом стало человеческое внимание. Люди могут забыть ваши титулы, должность или идеально сформулированные тезисы, но они навсегда запомнят ощущение собственной значимости в диалоге с вами. Харизма — это не способность красиво говорить, а искусство создавать пространство, в котором другой человек чувствует себя услышанным. Объясняется феномен социальной памяти: люди запоминают не содержание речи, а то чувство значимости, которое собеседник подарил им своим полным вовлечением.

Вечер настольных игр «Игра в слова»

Содержание: Неформальная игротка, направленная на развитие спонтанности мышления и речи. В распоряжении участников игры типа «Alias», «Экивоки», «Имаджинариум» или «Словодел». Игры требуют быстро объяснять понятия, находить ассоциации и понимать ход мыслей партнера, снимая остатки социально-коммуникативного напряжения после учебной недели.

Коммуникативный тренинг «Быстрые свидания»

Содержание: Структурированная серия коротких встреч (по 5–7 минут) с разными участниками. В отличие от романтического формата, здесь даются конкретные задачи для диалога: рассказать о своем хобби так, чтобы его захотелось попробовать; объяснить сложную идею простыми словами; найти три необычных факта о собеседнике. Цель — снять страх быстрой оценки, научиться быстро располагать к себе людей и собирать информацию.

Церемония подведения итогов «Закрытие недели психологии»

Содержание: Финальная рефлексия. Организаторы делятся статистикой посещаемости и обратной связью. Проводится упражнение «Чемодан, мясорубка, корзина»: участники пишут на стикерах, какой опыт они забирают с собой (чемодан), над чем нужно еще подумать (мясорубка), а что было лишним (корзина). Награждение самых активных участников сертификатами и ценными подарками, общая фотография и создание плана поддержания контактов внутри сформировавшегося сообщества.

РЕСУРСЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Требования к специалистам

Психолог-эксперт: высшее профильное образование, опыт организации просветительских мероприятий.

Студенты-психологи: опыт ведения групповых мероприятий.

Необходимые компетенции:

- опыт модерации групповых дискуссий и фасилитации тренингов;
- навыки управления групповой динамикой;
- способность распознавать острые эмоциональные реакции участников во время практики и оказывать первичную поддержку;
- навыки публичных выступлений и обращения с проектором/микрофоном;
- соблюдение принципов конфиденциальности, принципа «не навреди»;
- уверенное владение цифровыми инструментами создания презентаций, сбора обратной связи, обработки данных.

Перечень учебных и методических материалов

Для лекций: готовые презентации по теме с визуальным сопровождением, тезисные планы-конспекты выступлений, списки рекомендуемой для чтения литературы по каждой теме (включая современные российские исследования), карточки с вопросами от студентов для открытого интервью.

Для практикума «Анатомия знакомства»: бейджи, цветные маркеры, бланки для фиксации контактов («визитницы»), таймер.

Для кейс-чемпионата «Договоримся»: печатные папки с описанием конфликтных ситуаций (кейсов), регламентом чемпионата, ролями сторон и чек-листами для оценки решений жюри.

Для арт-практик: наборы бумаги для акварели и графики (А3), гуашь, акрил, пастель, кисти разной толщины, цветной картон, клей-карандаш, безопасные ножницы, глина или пластилин для лепки эмоций, фартуки для защиты одежды.

Для кинолектория: лицензионный цифровой доступ к фильму «Здесь был Юра» (2025), список вопросов для постпросмотровой дискуссии, выдержки из критических статей о фильме.

Для вечера настольных игр: базовый набор игр на коммуникацию и логику («Имаджинариум», «Экивоки», «Alias»).

Прочее: ссылки на опросники для сбора обобщения обратной связи и оценки достижения запланированных результатов, шаблоны сертификатов участников.

Требования к материально-технической оснащённости

Помещения:

Аудитория до 100 посадочных мест со сценой, экраном и проектором — для торжественных церемоний открытия/закрытия и лекций.

Аудитория с трансформируемой мебелью до 100 посадочных мест — для тренинга знакомств, вечера настольных игр, арт-практик и кейс-чемпионата.

Аудитория до 50 посадочных мест (с креслами-мешками или ковровым покрытием) — для вечернего кинопоказа и обсуждения.

Оборудование общего назначения:

Аудиосистема: микрофоны (минимум два беспроводных петличных или ручных), акустические колонки, микшерный пульт.

Флипчарты (2–3 шт.) с запасом бумаги и набором перманентных маркеров разных цветов.

Требования к информационной обеспеченности

Библиотека: свободный доступ к электронному каталогу учебной библиотеки организации.

Информационно-коммуникационная сеть «Интернет»: стабильный высокоскоростной Wi-Fi на всей территории проведения мероприятий с зоной покрытия, исключаяющей «мертвые зоны».

Публикация не менее 5 постов о мероприятиях Недели психологии в официальных социальных каналах и на сайте вуза.

Современные цифровые технологии, инструменты и сервисы

Интерактивное взаимодействие с участниками: платформы для вовлечения аудитории (Mentimeter, DiaClass и пр.) для проведения экспресс-голосований, сбора анонимных вопросов лектору в реальном времени и викторин на лекциях.

Инструменты создания опросов и сбора обратной связи: Яндекс Формы.

Использование верифицированных видеоархивов и интернет-музеев (например, материалы Института психологии РАН или открытые лекции факультета психологии МГУ) в качестве дополнительных иллюстративных материалов.

СВЕДЕНИЯ О ПРАКТИЧЕСКОЙ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программные мероприятия Недели психологии «Диалог в действии: сближение» форматы апробировались с 13.10. по 18.10.2025 г. на базе федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Владивостокский государственный университет».

В мероприятиях Недели психологии приняли участие более 500 студентов.

В итоговом опросе приняли участие 474 уникальных студента.

Результаты опроса позволили установить следующее:

мероприятия программы больше востребованы у студентов 1-2 курсов, а также у иногородних студентов;

средний балл оценки доступности содержания программы: 4,6 (по 5 балльной шкале);

средний балл оценки полезности содержания программы: 4,7 (по 5 балльной шкале).

Качественный анализ обратной связи, частично выполненный с помощью ресурса AI (<https://chat.deepseek.com/>) показал следующее: ключевые повторяющиеся мысли, которые возникли у студентов после участия в мероприятиях Недели психологии. условно можно разделить на четыре большие группы:

1. Снятие стигмы и доступность психологической помощи и поддержки (самая частая тема).

«Не стыдно и не страшно»: Огромное количество студентов отметили, что перестали бояться психологов и поняли, что участие в мероприятиях психологической направленности — это нормально.

«Мне тоже это нужно»: Много ответов, где студенты прямо признаются, что задумались о личном походе к специалисту или поняли, что помощь нужна им самим или их близким.

2. Ценность общения и социализации

«Знакомиться — легко и круто»: несмотря на изначальную тревожность, студенты отметили, что формат игры/общения помог понять: контакт с незнакомцами может быть приятным и безопасным.

«Важно открываться»: Мысль о необходимости выходить из зоны комфорта, не замыкаться в себе и ценить живую коммуникацию с одноклассниками.

Примечание: встречается и единичное сопротивление («Не люблю людей», «некоторые — токсички»), но оно в явном меньшинстве.

3. Личные инсайты и рефлексия

«Осознание незнания»: несколько студентов глубоко задумались о том, что живут/учатся рядом с людьми, но ничего не знают об их внутреннем мире.

«Самооценка коммуникации»: многие удивились, что «неплохо умеют налаживать контакт», если сами этого хотят.

«Ценность группы»: появились мысли о том, что одноклассники интересны не только в учебном контексте.

4. Профессиональный интерес к психологии

Часть студентов заинтересовалась психологией как наукой, кто-то даже захотел вступить в психологический отряд или развиваться в этой сфере, несмотря на другую специальность.

Таким образом, организаторами был сделан вывод об эффективности программы и принято решение о проведении Недели психологии в 2026/2027 учебном году со следующими корректировками: выделение критериев оценки эффективности программы и проведение оценочных мероприятий до и после реализации программных мероприятий; внесение в программу мероприятий для лидеров студенческих сообществ, старост, позволяющих им улучшить навыки коммуникации с группой или объединением и приобрести навыки управления конфликтами в цифровой и оф-лайн среде.

Ссылка на публикацию: <https://www.vvsu.ru/news/211168/>

Также отдельные элементы программы (лекции) были апробированы образовательного трека для бойцов студенческих отрядов Приморского регионального отделения молодёжной общероссийской общественной организации «Российские Студенческие Отряды» в 2025/2026 учебном году.

Ссылка на публикацию: <https://www.vvsu.ru/news/210335/>

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Выготский Л. С. Игра и её роль в психическом развитии ребёнка / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. – 1966. – № 6. – С. 62–76.
2. Захаров А. И. Игровая терапия в работе с детьми и подростками / А. И. Захаров. – СПб. : Речь, 2007. – 256 с.
3. Копытин А. И. Арт-терапия – новые горизонты / А. И. Копытин. – М. : Когито-Центр, 2006. – 336 с.
4. Копытин А. И. Практикум по арт-терапии / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – СПб. : Питер, 2021. – 400 с.
5. Лебедева Л. Д. Арт-терапия как средство коррекции эмоциональных нарушений / Л. Д. Лебедева // Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб. : Речь, 2003. – С. 28–46.
6. Осипова А. А. Общая психокоррекция : учебное пособие / А. А. Осипова. – М. : ТЦ Сфера, 2002. – 512 с. (Глава «Игровая терапия»).
7. Роджерс К. Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Р. Роджерс ; пер. с англ. М. Злотник. – М. : Эксмо-Пресс, 2001. – 416 с.
8. Спиваковская А. С. Игра – это серьёзно / А. С. Спиваковская. – М. : Эксмо, 2006. – 192 с.
9. Холмогорова А. Б. Эмоциональный интеллект и его роль в социальной адаптации / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гараян // Вопросы психологии. – 2011. – № 3. – С. 12–23.
10. Шаповал И. А. Игровые технологии в развитии социального интеллекта студентов / И. А. Шаповал // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 120–126.
11. Эльконин Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – М. : Педагогика, 1978. – 304 с.