

«СОГЛАСОВАНО»

Проректор по СНО и СР

О.А. Пестерова



**План работы Службы психологической поддержки СГУ
на 1 полугодие 2025-2026 учебного года**

Направление деятельности	Наименование мероприятия	Форма проведения	Срок /дата проведения мероприятия	Участники мероприятия	Психолог	Примечание
Психологическое просвещение	Публикация просветительских материалов в рубрику «Съесть лягушку» в социальной сети ВКонтакте по темам: "Кто управляет настроением" - химия твоего мозга; «Пять главных признаков эмоционального баланса»; «Слова, благодаря которым отношения живут дольше»; «Как распознать и исцелить травму предательства»» Стратегии личной инклюзии: как преодолеть предвзятое отношение к инвалидам»; «Настроение доверять» - Значение активного слушания; «Травма и восстановление: Как начать путь к исцелению»	Публикации в СМИ	4.09.2025 11.09.2025 18.09.2025 25.09.2025 02.10.2025 09.10.2025 16.10.2025	Подписчики сообщества «Психологическая поддержка СГУ» в социальной сети ВКонтакте	Чупахина В.Н.	
	PRO-выбор: твой старт в карьере	Образовательное мероприятие	Ноябрь 2025	Инклюзивные группы, 1-2 курс		
	Профориентационные мероприятия для студентов с инвалидностью и ОВЗ	Беседы	Октябрь-декабрь			

Психологическое просвещение	Психологический практикум «Что такое внутренняя опора и как ее развить — практические советы»	Психологический практикум	26.08.25	участники Школы волонтеров	Сергеева Н.П.	
	Встречи с первокурсниками: знакомство с деятельностью службы психологической поддержки	Беседа с элементами игровых практик	Сентябрь-октябрь	Студенты 1 курса		
	Психологические аспекты в работе куратора, наставника «Добро пожаловать, Зумеры: о психологических особенностях и проблемах студентов первокурсников»	Психологический практикум	Сентябрь	Кураторы студенческих групп		
	Просветительское мероприятие для кураторов в рамках проекта «Школа кураторов»	Психологический семинар	По запросу УМП	Участники Школы кураторов		
	Разработка и размещение в социальной сети ВКонтакте в сообществе «Психологическая поддержка в СГУ» просветительских постов по рубрикам #япознаюсебя; #поучительныеистории; #психологическиетесты; #киноПРО; #книгидлясаморазвития; #психологические навыки; #выходныеиспользой	Посты в VK, Сайт СГУ	Сентябрь-декабрь (5 дней в неделю)	Студенты и сотрудники, подписчики сообщества в VK «Психологическая поддержка СГУ»		
	Реализация просветительского проекта «Познай Себя»: - Я познаю себя? - Как научиться управлять собой? - Роль самооценки и самооценности в жизни человека; - Внутренние и внешние ресурсы личности; - Почему меня не понимают?	Цикл тренингов на самопознание	Сентябрь-декабрь	По запросу кураторов, Студенты		
	Публикация психологических материалов для самопознания на образовательной платформе «Система дистанционного обучения Ipsilon Uni» в разделе «Помощь психолога».	Публикация: тесты опросы литература	Сентябрь-декабрь	Студенты и сотрудники, зарегистрированные на Ipsilon Uni		
	Просветительская работа по профилактике терроризма, экстремизма и других ассоциальных проявлений	Беседы, чек-листы публикации в СМИ	Сентябрь-декабрь	Студенты и сотрудники		

Психологическое просвещение

участие в совещаниях с заместителями деканов, директоров институтов, колледжей по воспитательной работе по вопросам психологической поддержки	Методические рекомендации	Сентябрь-декабрь	Ответственные за воспитание и социализацию	Сергеева Н.П.	
«Методы и способы поиска работы»	Тренинг	04-06.11.2025	Студенты выпускных курсов	Акулова Т.Н.	
День психолога	Информационно-просветительская акция	21.11.2025	Студенты БИ СГУ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.	
Оказание помощи преподавателю в формировании умений организации оптимального общения;- Формирование социальной ответственности у студентов; -Основы системы профилактики правонарушений	Беседа с преподавателями	по плану колледжа	Классные руководители	Даниловская ЕВ.	
Исследование социально-психологического микроклимата в учебной группе (1 курс) (по запросу классных руководителей, администрации колледжа)	Тестирование группы	В течение года	Классные руководители 1 курса		
-Ваш ребенок - первокурсник -Особенности подросткового возраста	Участие в родительских собраниях	Сентябрь-октябрь	Родители студентов 1 курса		
Адаптационные занятия «Человек, который сделал себя»	тренинг	сентябрь-ноябрь	Студенты 1 курса		
Профессиональное самоопределение: - «Мой выбор» - «Жизненная позиция на рынке труда» - «Я и моя профессия»	беседа	«Неделя трудоустройства» - по плану СГУ	Студенты 1 – 4 курсов		
Профилактические мероприятия - «Что такое скулшутинг, колумбайн и буллинг?» - «Толерантность норма жизни» -«Стоп депрессия»	Беседа Беседа Беседа с элементами психологического тренинга	октябрь-ноябрь-декабрь	Студенты 1 курса		
Рекомендации по подготовке к экзаменам, профилактике вредных привычек «Молодежь на рынке труда», «Здоровый студент – успешный студент» и др.	Оформление стенда	В течение года	Студенты, сотрудники		

Психологическое просвещение	Мастер-класс «Основы поиска научной информации в сети Интернет»	Очная / дистанционная	Октябрь-ноябрь 2025 г.	Студенты, сотрудники	Киселев К.А.	
	Мастер-класс «Основы использования пакета статистического анализа IBM SPSS»	Очная / дистанционная	Декабрь 2025 г.	Студенты, сотрудники		
	Кружок «Психология общения»	Внеклассные занятия	2 раза в месяц	Студенты 2, 3 курс	Щетинина Н.А.	
	Профориентационные уроки «Моя Россия – новые горизонты» в рамках проекта «Билет в будущее».	Беседы, занятия, деловые игры, просмотр видеороликов, диагностика	Каждый вторник	Студенты 1, 2, 3 курсы		
	Мероприятие «Неделя трудоустройства»	Деловая игра «Мои компетенции»	14.10.25	Группа 9362		
	Мероприятие «Неделя трудоустройства»	Деловая игра «Резюме»	16.10.25	Группа 7401		
	Реализация проекта Школа психологии «Воплоти мечты в реальность или психология твоих позитивных изменений» в соответствии с программой	очная	15.09.2025-13.10.2025	взрослые люди старше 21 года	Жижина М.В. совместно с преподавателями факультета психологии	
	Неделя психологического здоровья	Лекции, мастер-класс		По запросу факультетов университета	Удалова Т.Н.	
	Занятие в формате тренинга: «Мое будущее»» (создание коллажа)	Занятие в формате тренинга	20 сентября	Студенты 1,2,3 курс	Чупахина В.Н	
	Сеанс музыкотерапии	Занятие на гармонизацию внутреннего состояния	14 октября	Студенты 1 курс		
	Занятие с психологом: «Управление эмоциями»	Занятие с элементами тренинга	5 декабря	Инклюзивные добровольцы		

Психологическая профилактика	Занятие с психологом: «Поиск внутренней опоры».	занятие с элементами тренинга	18 ноября	Студенты 1,2,3 курс	Чупахина В.Н	
	Анкетирование студентов по вопросам профессиональных интересах, уровне подготовки, потребностях в поддержке и ожиданиях от работодателей	анкетирование	Сентябрь-октябрь 2025	Студенты 1-4 курсов		
	Участие в форуме «Антитеррор», приуроченный ко Дню солидарности в борьбе с терроризмом. Тематическая площадка «Профилактика идеологии экстремизма и терроризма в образовательной и молодежной среде: лучшие практики ВУЗов и ССУЗов области».	доклад ««О проектах службы психологической поддержки СГУ по формированию жизнестойкости личности»	03.09.25	Участники форума		
Психологическая профилактика	Тренинг по развитию личностной рефлексии. Часть 1. Актуализация процессов самосознания и самопознания личности студента.	тренинг	октябрь	Студенты	Сергеева Н.П	
	Тренинг по развитию личностной рефлексии. Часть 2. Развитие способностей эмоциональной компетентности для самомотивации.	тренинг	ноябрь	Студенты		
	Тренинг по развитию личностной рефлексии. Часть 3. Знакомство с техниками (способами) управления эмоциями.	Тренинг Арт-терапевтические упражнения	декабрь	Студенты		
	Психопрофилактика негативного социального влияния: формирование позитивных установок и выработку сопротивляемости к деструктивным факторам (терроризм, экстремизм, буллинг, интернет-зависимость)	Лекции, беседы с элементами тренинга, публикации в ВК	Сентябрь-декабрь	Студенты сотрудники		
	Неделя психического здоровья. Сохранение, укрепление и профилактика психического здоровья	Комплексный план мероприятий	6-11 октября	Студенты и сотрудники вуза		

Психологическая
профилактика

Профилактика вовлечения в экстремистское поведение	Посты в сообществе лаборатории юридической психологии	сентябрь-декабрь	Студенты и сотрудники вуза	Киселев К.А.	
Психологическая диагностика виктимности студентов	Тестирование	сентябрь-декабрь	Студенты и сотрудники вуза		
Размещение материалов лекций по проблемам криминального поведения и его профилактики	Посты в сообществе лаборатории юридической психологии	сентябрь-декабрь	Студенты и сотрудники вуза	Киселев К.А.	
Беседа «Давайте жить дружно»	беседа	8.09.23	Группа 9162	Щетинина Н.А.	
«Наше психическое здоровье» (Всемирный день психического здоровья, профилактика буллинга)	беседа	14.10.25	Группа 9262		
«Скажи – нет!» Профилактика зависимого поведения	Занятие с элементами тренинга	11.11.25	Группа 9162		
Разработка моделей психологической помощи. Изучение запросов	Анкеты беседы опросы	сентябрь-октябрь	Родители педагоги студенты	Даниловская Е.В.	
Оказание психологической помощи	Психопрофилактические беседы (по запросу)	в течение года	Родители педагоги студенты		
«Неделя психологического здоровья»	Психологический тренинг (арт-терапии)	07.10.25г	студенты 1 курса		
Акция «Ладощка пожелания»					
«Территория молодежи»: (тренинги на развитие социального и межличностного взаимодействия)	Тренинговые адаптационные занятия	первое полугодие	Студенты 1 курса		
Участие в профилактической акции «Формирование социальной ответственности у студентов». Участие во Всероссийской акции СТОПВИЧСИД	Беседы по профилактике курения, наркомании, алкоголизма.	в течение года по плану колледжа	Студенты 1-3 курс		
«Марафон профессионального развития»	Беседы, тренинги	октябрь, ноябрь	студенты		

	«Секреты выбора профессии» «Жизненная позиция на рынке труда» «Я и моя профессия»		декабрь			
	День психического здоровья	Видеолекторий	06-10.10.2025	Студенты БИ СГУ	Акулова Т.Н. Грезнева А.А.	
	«Гармонизация межнациональных отношений. Профилактика экстремизма и терроризма»	Семинар	09-11.12.2025	Студенты БИ СГУ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.	
Психологическая диагностика	Диагностика студентов второго курса (личностные качества, способности)	Диагностика	Сентябрь-ноябрь	Студенты 2 курс	Щетинина Н.А.	
	Социометрия	Социометрия	Октябрь	Студенты 1 курс		
	Удовлетворенность учебной работой в колледже.	Опрос	Октябрь-декабрь	Студенты 3, 4 курс		
	Адаптация к обучению в колледже	Опрос	Октябрь-декабрь	Студенты 1 курс		
	Отношение к ПАВ	Опрос	Декабрь	Студенты 2 курс		
	Участие в проведении СПТ	Тестирование студентов	Сентябрь-октябрь	Студенты, давшие согласие	Психологи службы	
	Диагностика аддиктивного поведения	Анкетирование	Ноябрь 2025	Студенты инклюзивных групп	Чупахина В.Н.	
	Анкетирование студентов «Адаптированность студентов в вузе».	Анкетирование	16.10.2025-13.11.2025	Студенты с инвалидностью 1 курса		
	Изучение мотивационного профиля студентов "Методика диагностики уровня социальной фрустрированности" Л. И. Вассермана	Анкетирование	14.11.2025-14.12.2025	студенты с инвалидностью 2, 3, 4 курс		
	Анкетирование «Ваш ребенок» (акцентуация личности) Тест – опросник родительского отношения	Анкетирование родителей	Сентябрь-декабрь	родители		

	Диагностика эмоционально-волевых качеств, характеристика самооценки	Онлайн-анкетирование	Ноябрь	Студенты и преподаватели СГУ, БИ СГУ		
	Анкетирование студентов льготной категории и иностранных граждан с целью выявления психологических потребностей	анкетирование	октябрь	Студенты льготной категории	Сергеева Н.П.	
	Проведение экспресс-диагностики, позволяющей выявить склонности к отклоняющемуся поведению.	Экспресс-диагностика	Ноябрь-декабрь	По запросу кураторов, родителей		
Психологическое консультирование	Индивидуальные консультации по запросу	консультация	В течение года	Студенты, родители, сотрудники	Психологи службы	
	Индивидуальное консультирование студентов льготной категории: студенты-сироты, студенты с ОВЗ, участники СВО	консультация	В течение года	Студенты льготной категории		
	Профессиональное консультирование студентов по вопросам трудоустройства	консультация	В течение года	Студенты выпускных курсов		
Психологическое консультирование	Индивидуальные консультации участников СВО и их близких (по запросу)	консультация	В течение года	Студенты и сотрудники	Психологи службы	
	Индивидуальное консультирование иностранных студентов	консультация	В течение года	Иностранные студенты		
	Ведение журнала учета консультаций	статистика	В течение года	Студенты Сотрудники Кураторы Родители (опекуны)		
	Консультирование по результатам диагностики студентов	Индивидуальное консультирование	В течение года	1,2,3,4 курс, студенты		Чупахина В.Н.
	Супервизия для психологов службы, кураторов, заместителей по социально-воспитательной работе	супервизии	В течение года	Сотрудники, психологи службы		Сергеева Н.П.
	Анкетирование с целью изучения интересов и склонностей	Анкетирование	Сентября	1,2,3,4 курс, студенты		

Социально-психологическая адаптация	занятие с элементами тренинга «давайте познакомимся»	Беседа с элементами тренинга	Сентябрь	Студенты 1 курса	Даниловская Е.В.	
	Родительские собрания	Беседы	В течение 1 полугодия	родители		
	«Держу курс на ресурс или как выжить на 1 курсе»	Тренинг для студентов 1 курса	октябрь	Студенты 1 курса	Сергеева Н.П.	
	«Экзамены без стрессов»	Тренинг для студентов 1 курса	октябрь	Студенты 1 курса		
	Презентация СПП «Чем студенту СГУ может быть полезна служба психологической поддержки»	Участие в организационных встречах с первокурсниками	Сентябрь-октябрь	Студенты 1 курса		
	Школа личностного роста (формирование группы по результатам социометрии)	Групповые занятия	Октябрь-декабрь	Студенты 1 курса	Щетинина Н.А.	
	Помощь первокурсникам бакалавриата факультета психологии в адаптации к учебной деятельности (по запросу)	беседы	Сентябрь-декабрь	Студенты 1 курса	Киселев К.А.	
Социально-психологическая адаптация	Психолого-педагогическая готовность будущих педагогов-психологов к работе в системе инклюзивного образования	Занятие с элементами игротерапии	15.10.2025-15.12.2025	Студенты 271, 251 группы ППиСО	Чупахина В.Н.	
	Сопровождение в период адаптации и оказание социально-психологической поддержки вхождения в новую образовательно-воспитательную среду (уточнение расписания занятий, посещение занятий студента, составление психолого-педагогического паспорта студента).	Индивидуальные занятия	Сентябрь - октябрь 2025 г.	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.	
	Тренинг адаптивности и личностного роста студентов 1 курса	Тренинг	15-19.09.2025	Студенты 1 курса ППФ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.	
	Тренинг адаптивности и личностного роста студентов 1 курса	Тренинг	22-26.09.2025	Студенты 1 курса ФФ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.	

	Тренинг адаптивности и личностного роста студентов 1 курса	Тренинг	29-30.09.2025 – 01-03.10.2025	Студенты 1 курса МиЕН	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.	
	Выработка позитивного отношения к временным трудностям (по запросу)	Индивидуальные занятия	Октябрь - Декабрь 2025 г.	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.	
	«Снятие эмоционального напряжения в период подготовки и сдачи экзаменов»	Групповые занятия	Декабрь	Группы по запросу	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.	
	«Снятие предэкзаменационного стресса в период сессии»	Групповые занятия	22-26.12.2025	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.	
Психологическая коррекция	«Твой ресурс: альтернативы, о которых стоит знать» Работа по результатам анкетирования «Отношение студентов к психоактивным веществам»	Групповые занятия	24-28.11.2025	студенты	Акулова Т.Н., Грезнева А.А. Акулова Т.Н.	
	«Инструменты куратора: практики снижения экзаменационного стресса и улучшения адаптации первокурсников»	Разработка и распространение психолого-педагогических рекомендаций	03-07.11.2025	Кураторы студенческих групп		
	Работа по результатам социометрии	Индивидуальные занятия	Октябрь-декабрь	1 курс	Щетинина Н.А.	
	Индивидуальные занятия	Индивидуальные занятия	Октябрь-декабрь	Студенты ОВЗ и ОБПР		
Психологическая коррекция	Развитие навыков эффективной коммуникации	Занятие с элементами сказкотерапии	22.10.2025	Студенты инклюзивных групп	Чупахина В.Н.	
	Работа с результатами анкетирования	Индивидуальная и групповая формы работы	Декабрь 2025	По запросу		
	Коррекционная работа с детьми из числа детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; с детьми с	беседы,	Сентябрь-декабрь	Студенты		

Психологическая коррекция	ограниченными возможностями здоровья, с детьми (родители участники СВО)	консультации, тренинговые занятия, упражнения			Даниловская Е.В.	
	Работа с детьми «группы риска» (создание благоприятной социально – психологической обстановки доверия).	беседы, консультации, тренинговые занятия, упражнения	Сентябрь-декабрь	Студенты		
	Коррекционные групповые мероприятия: «Правила безопасности в Интернете» «Особенности современной молодой семьи»; «Я и мои способности»; Психологические занятия на развитие познавательных способностей	беседы, консультации, тренинговые занятия, упражнения	Сентябрь-декабрь	Студенты		
	Проведение кинотерапевтических сеансов с целью коррекция познавательной сферы, личности, аффективно-волевой сферы, поведенческих аспектов, межличностных отношений	кинотерапия	Октябрь-декабрь	Студенты	Сергеева Н.П.	
	Индивидуальная работа: - со студентами, стоящими на учете у психотерапевта с целью достижения баланса между эмоциональной, когнитивной и поведенческой сферами личности; - коррекция внутригрупповых взаимоотношений (семейных, супружеских, коллективных)	Индивидуальные занятия с элементами тренинга	Сентябрь-декабрь	Студенты		
	Подбор книг и литературных произведений с целью коррекционного воздействия посредством чтения		Сентябрь-декабрь	Родители педагоgi студенты		
	Организационно-аналитическая работа	Проведение совещаний по актуальным вопросам с психологами СПб	совещания	Не реже 1 раз в квартал		Психологи службы
Предоставление сведений в отчеты и мониторинги Минобрнауки		отчеты	По запросу	Психологи службы		

	Подготовка отчета о деятельности службы на Ученый совет	отчет	ноябрь			
Повышение квалификации	Прохождение курсов повышения квалификации в области психологии и психологической профилактики, повышение уровня осведомленности об инклюзивной культуре Повышение квалификации 1 полугодие 2025 года	Курсы повышения квалификации	1 полугодие 2025 года	Чупахина В.Н.	Психологи службы	
	Участие психологов и педагогов-психологов в мероприятиях, организованных РАО и Минобрнауки	Семинар, супервизия, мастер-классы	По графику	Психологи службы		

Начальник управления социальной работы



М.И. Кабанова

Руководитель службы психологической поддержки



Н.П. Сергеева