

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«ШАДРИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Утверждаю

и.о. ректора ШГПУ

_____ Дзиов А.Р.

« » август 2023

ПЛАН РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ФЕДЕРАЛЬНОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ШАДРИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Шадринск, 2023

Цель деятельности психологической службы: оказание психологической помощи обучающимся ШГПУ.

Основными задачами психологической службы являются:

- психологическая помощь и поддержка в решении проблем обучающихся ШГПУ, обратившихся в психологическую службу;
- помощь в развитии личностного потенциала обучающихся ШГПУ, обратившихся в психологическую службу;
- помощь в развитии межличностных коммуникаций и навыков делового общения у обучающихся ШГПУ, обратившихся в психологическую службу;
- психологическая поддержка представителей социально-незащищенных групп лиц из числа обучающихся ШГПУ (лица с ограниченными возможностями, сироты, студенческие семьи, иногородние, иностранные граждане), обратившихся в психологическую службу;
- оказание кризисной психологической помощи обучающимся ШГПУ, обратившимся в психологическую службу, при возникновении социально-психологических проблем;
- информирование обучающихся ШГПУ о существующих возможностях получения психиатрической помощи за пределами ШГПУ;
- содействие поиску решений по преодолению конфликтных ситуаций, возникших у обучающихся, обратившихся в психологическую службу;
- содействие формированию устойчивого отрицательного отношения к употреблению психоактивных веществ, алкоголя, а также к другим вредным привычкам;
- профилактика и оказание психологической помощи в преодолении кризисных ситуаций, эмоционального выгорания, личностных и профессиональных деформаций педагогических работников высшего образования;
- информирование студентов по вопросам психологических знаний, предоставление рекомендаций обучающимся ШГПУ по личностному, познавательному, профессиональному развитию;
- качественное и своевременное обновление информации о психологической службе на сайте ШГПУ, в социальных сетях.

План работы

Месяц/ неделя	Диагностика	Психологическое просвещение	Психологическое консультирование	Психологическая профилактика	Организационно-методическая работа	
Сентябрь	– Суицидальные склонности (2-5 курсы)	Тематика «Как организовать свой день»	6 чел/час.	Тренинги на сплочение коллективов (1 курс)	Проведение методического семинара для кураторов «Выявление студентов с социально-психологическим неблагополучием»	
		Тематика «Как наладить режим дня»	6 чел/час.		Сообщение по теме «Психология потенциальной жертвы и экстремиста»	
	– Суицидальные склонности (колледж, 1 курс)	Тематика «Как преодолеть тревогу в новом коллективе»	6 чел/час.		Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий. Разработка игры на командообразование.	
		Тематика «Как мотивировать себя на учебу»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС	
					Обработка результатов диагностики, подготовка психологических заключений	
Октябрь	Адаптации первокурсников к учебе и группе (колледж, 1 курс)	Тематика «Как заметить, что твой сверстник готовится к суициду»	6 чел/час.	Тренинги на сплочение коллективов (1 курс);	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий	
		Тематика «Как заметить у себя депрессию»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС	
		Тематика «Тоска по дому и родителям. Как справиться»	6 чел/час.		Обработка результатов диагностики, подготовка психологических заключений	
		Тематика «Как найти друзей и единомышленников»	6 чел/час.		Проведение психолого-педагогического консилиума для кураторов вуза (для каждого института и факультета) «Студенты группы риска»	
Ноябрь	– Суицидальные склонности (2-5 курсы)	Тематика «С какими проблемами обратиться к психологу»	6 чел/час.	Тренинги личностного роста (2 курс); Беседа «Как выйти из депрессивного состояния» (1,2,3 курсы)	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий	
		Тематика «Как преодолеть страх самовыражения»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС	
	Тематика «Панические атаки. Как справиться»	6 чел/час.	Обработка результатов диагностики, подготовка психологических заключений			

	– Суицидальные склонности (колледж, 1 курс)	Тематика «Правила общения»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Проведение психолого-педагогического консилиума для кураторов вуза (для каждого института и факультета) «Студенты группы риска»
Декабрь	– Склонность к девиантному поведению (колледж, 1 курс)	Тематика «Экзаменационный стресс. Что делать?»	6 чел/час.	Тренинг стрессоустойчивости; Психологическая трансформационная игра «Лицом к лицу» (2 курс);	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий
		Тематика «Техники эффективного запоминания»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС
	– Склонность к девиантному поведению (колледж, 2 курс)	Тематика «Как правильно готовиться к экзаменам»	6 чел/час.		Обработка результатов диагностика, подготовка психологических заключений
		Тематика «Способы привлечения удачи в Новом году»	6 чел/час.		Проведение психолого-педагогического консилиума для кураторов вуза (для каждого института и факультета) «Студенты группы риска»
Январь	- Экзаменационный стресс (1-5 курс, выборочное тестирование)	Тематика «Эмоции и способы их выражения»	6 чел/час.	Тренинг повышения стрессоустойчивости педагогов	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий
		Тематика «Нарушения сна. Как быть?»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС
		Тематика «Релаксация: техники и приемы»	6 чел/час.		Обработка результатов диагностика
		Тематика «Дыхание и снятие напряжения»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Подготовка психологических заключений
Февраль	Эмоциональный комфорт (1-5 курс, выборочное тестирование)	Тематика «Психология взаимоотношений»	6 чел/час.	Психодинамическая группа «Я и ты» Тренинг личностного роста Тренинг социальных навыков	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий
		Тематика «Стрессы в учебной деятельности и мотивация»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС
		Тематика «Кибербуллинг и безопасность в интернете»	6 чел/час.		Обработка результатов диагностика, подготовка психологических заключений
		Тематика «Личностные ресурсы»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Проведение психолого-педагогического консилиума для кураторов вуза (для каждого института и факультета) «Студенты группы риска»

Март	– Психологический климат в коллективах (1-5 курс, выборочное тестирование)	Тематика «Как не войти в депрессивное расстройство»	6 чел/час.	Психодинамическая группа «Я и ты» Тренинг личностного роста Тренинг социальных навыков	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий
		Тематика «Жизненные цели и жизненные ценности. Как определиться?»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС
		Тематика «Самопрезентация и приемы представления себя»	6 чел/час.		Обработка результатов диагностика, подготовка психологических заключений
		Тематика «Эмоциональный интеллект и пути его развития»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Проведение психолого-педагогического консилиума для кураторов вуза (для каждого института и факультета) «Студенты группы риска»
Апрель	– Суицидальные склонности (2-5 курсы)	Тематика «Селф-харм, причины и следствия»	6 чел/час.	Психодинамическая группа «Я и ты» Тренинг личностного роста Тренинг социальных навыков	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий
		Тематика «Созависимые отношения или как повзрослеть?»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС
	– Суицидальные склонности (колледж, 1 курс)	Тематика «Прокрастинация и пути ее преодоления»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Обработка результатов диагностика, подготовка психологических заключений
		Тематика «Психологическое здоровье и причины его нарушения»	6 чел/час.		Проведение психолого-педагогического консилиума для кураторов вуза (для каждого института и факультета) «Студенты группы риска»
Май	Экзаменационный стресс (1-5 курс, выборочное тестирование)	Тематика «Алекситимия. Как преодолеть?»	6 чел/час.	Психодинамическая группа «Я и ты» Тренинг личностного роста Тренинг социальных навыков	Подбор методик диагностики, разработка тренинговых занятий
		Тематика «Конгруэнтность в общении»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в сообществе ПС
		Тематика «Аффилиация. Дружба и любовь.»	6 чел/час.		Обработка результатов диагностика,
		Тематика «Фаббинг и его последствия»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов		Подготовка психологических заключений
Июнь	По запросу куратора	Тематика «Ассертивность: как воспитать в себе?»	6 чел/час.	Психодинамическая группа «Я и ты»	Обработка результатов диагностика, подготовка психологических заключений
		Тематика «Кто в группе риска?»	6 чел/час.		Подготовка материалов для размещения в социальных сетях

		Тематика «Экзаменационный стресс: как избежать?»	6 чел/час., в том числе студентов с ОВЗ и инвалидов	- По запросу	Оценка эффективности психологической работы
		Тематика «Как найти интересное и увлекательное занятие на лето?»	6 чел/час.	- По запросу	Подготовка отчетов

Педагог-психолог ПС

Е.А. Волгуснова

Педагог-психолог ПС

Е.А. Шерешкова