

**Сводный план работы Службы психологической поддержки СГУ
на I семестр 2026-2027 учебного года**

Направление деятельности	Наименование мероприятия	Форма проведения	Срок /дата проведения мероприятия	Участники мероприятия	Психолог
Психологическое просвещение	Разработка и размещение в социальной сети ВКонтakte в сообществе «Психологическая поддержка в СГУ» просветительских постов по психологии, направленных на развитие критического мышления, профилактику выгорания, улучшение навыков саморегуляции и адаптацию к учебной среде, а также на повышение общей психологической культуры студентов и сотрудников.	Публикации просветительских постов в сообществе «Психологическая поддержка в СГУ» в социальной сети ВКОНТАКТе https://vk.ru/club229176685 по рубрикам: #советыпсихолога #япознаюсебя; #осознанность #поучительныеистории; #киноПРО;#книгидлясаморазвития;#психологическиетесты; #олимпийскиеиспытания; #выходныеиспользуйи на сайте www.sgu.ru	Сентябрь-декабрь	Студенты и сотрудники, подписчики сообщества в ВК «Психологическая поддержка СГУ»	Сергеева Н.П. Чулакина В.Н.
	Просветительский психологический практикум «Как создать новую версию себя и быть продуктивным»	Психологический практикум	26.08.26	Участники Школы волонтеров	Сергеева Н.П.
	Лекция «О результатах исследования адаптационного ресурса студентов 1 курса и роли тьютора в системе адаптации первокурсника»	Лекция	26.08.26	Участники Школы волонтеров	Сергеева Н.П.
	Просветительское мероприятие для кураторов в рамках проекта «Школа кураторов»: - презентация результатов исследования адаптационного психологического ресурса студентов 1 курса; - о важности раннего выявления признаков психологического неблагополучия у студентов - знакомство с программой психологических тренингов	Психологический семинар	По запросу УМП	Участники Школы кураторов	Сергеева Н.П.

Психологическое просвещение	Публикация просветительских психологических материалов я на образовательной платформе «Система дистанционного обучения Ipsilon Uni» в разделе «Помощь психолога».	Публикация: Тесты; Опросы; Литература;	Сентябрь-декабрь	Студенты, сотрудники, зарегистрированные на Ipsilon Uni	Сергеева Н.П.
	День психолога в России, 22 ноября	Психологический квиз - квест «Расследование: Лаборатория сознания».	20 - 23 ноября	Команды студентов	Сергеева Н.П.
	«Методы и способы поиска работы»	Семинар-практикум	04-06.11.2026	Студенты выпускных курсов	Акулова Т.Н.
	Трансформационная игра «Путь к себе» (в рамках Дня психолога)	Игра	17-19.11.2026	Студенты БИ СГУ	Акулова Т.Н.
	Информационно-просветительская акция ко Дню психолога «С улыбкой по жизни» - распространение информации о методах и способах стрессоустойчивости, снятия эмоционального напряжения, профилактики тревожности. Разработка и распространение тематических чек-листов	Распространение буклетов и тематических чек-листов	19-20.11.2026	Студенты БИ СГУ	Акулова Т.Н.
	Психологическое просвещение студентов I курса психологический час по теме: «Как адаптироваться в колледже?».	Тренинг по теме адаптации: «Новое место – новый Я».	15.09.2026	Студенты 1 курса.	Шукина В.В.
	Психологическое просвещение в честь дня ментального здоровья.	Тренинг по снижению негативного мышления на тему: «Я и другие»	10.10.2026	Студенты 1-2 курса.	Шукина В.В.
	Психологическое просвещение педагогического коллектива «Как помочь студенту адаптироваться».	Выступление на собрании трудового коллектива	Октябрь	Кл.руководители, преподаватели	Шукина В.В.
	Психологическое просвещение родителей «Как наладить общение с ребенком».	Выступление на род. собрании.	Август	Родители студентов	Шукина В.В.
	Профессиональная ориентация для студентов.	Тренинг: «Мой выбор – моя профессия – мой путь»	15.10.2026	Студенты 1 курса.	Шукина В.В.
	Психологическое просвещение студентов в области психологии в честь дня психолога.	Тренинг: «Я и мои чувства – контроль эмоций»	22.11.2026	Студенты 1-2 курса.	Шукина В.В.
	Психологическое просвещение о функциях и ролях в семье.	Тренинг: «Семья как ресурс для счастливой жизни»	25.09.2026	Студенты 1-2 курса.	Шукина В.В.
	Кружок «Психология общения»	Внеклассные занятия	2 раза в месяц	Студенты 1, 2 курс	Щетинина Н.А.
	Профориентационные уроки «Моя Россия – новые горизонты» в рамках проекта «Билет в будущее».	Беседы, профориентационные занятия, деловые игры, просмотр видеороликов	Каждый вторник	Студенты 1, 2, 3 курсы	Щетинина Н.А.
	Мероприятие «Неделя трудоустройства»	Деловая игра «Мои компетенции»	14.10.26	Группа 9261	Щетинина Н.А.
	Мероприятие «Неделя трудоустройства»	Деловая игра «Резюме»	16.10.26	Группа 7301	Щетинина Н.А.
	Классные часы	Беседы, игры, тренинги	По плану кл. руководителей	Студенты 1,2,3,4 курсы	Щетинина Н.А.
	Мастер-класс «Основы поиска научной информации в сети Интернет»	Очная / дистанционная	Октябрь-ноябрь	Студенты	Киселев К.А.

Психологическое просвещение	Мастер-класс «Основы использования пакета статистического анализа IBM SPSS»	Очная / дистанционная	Декабрь	Студенты	Киселев К.А.
	Организация конференций, семинаров и круглых столов по психологии	Очная	Сентябрь-декабрь	Студенты, преподаватели	Киселев К.А. Цыбулина С.Н.
	Как сдать сессию ЛЕГКО: нейропсихологические лайфхаки	Лекция-беседа		По запросу факультетов университета	Удалова Т.В.
	Проект «Познай Себя»: - «Антистресс-навигатор: как управлять тревогой и учиться без выгорания»; - «Эмоциональные качества: как обуздать выгорание»;	Цикл тренингов на развитие адаптационного ресурса личности	Сентябрь-декабрь	По запросу кураторов, студенты	Сергеева Н.П.
Психологическая профилактика	Кинотерапия как метод психологической помощи и средство самопознания и раскрытия внутренних резервов личности, эффективной саморегуляции, инструмент налаживания межличностных и	Групповой просмотр фильма и разбор психологических проблем межгрупповых взаимоотношений: - «Легко ли быть тихоней» - «Собачья жизнь»	Октябрь Ноябрь	Студенты	Сергеева Н.П.
	Психологическая профилактика по результатам социально-психологического тестирования (СПТ)	- анализ полученных результатов - разработка персонального маршрута поддержки студента - глубинная диагностика - направление к психотерапевту или клиническому психологу (при необходимости)	Ноябрь-декабрь	Студенты, попавшие в группу СПТ	Сергеева Н.П.
	Занятие с элементами тренинга «Стресс-менеджмент: учимся управлять эмоциями»	Занятие с элементами тренинга	Октябрь		Чулахина В.Н.
	Занятие с элементами тренинга: Эффективное управление временем»	Занятие с элементами тренинга	Октябрь	Студенты 2 курса СГУ	Чулахина В.Н.
	Психологическая профилактика употребления наркотической продукции студентами I курса.	Тренинговое занятие по теме: «Секреты манипуляции. Наркотики и алкоголь».	Ноябрь	Студенты 1 курса.	Шуклина В.В.
	Психологическая профилактика компьютерной зависимости у студентов I курса.	Тренинговое занятие по теме: «Если не мыслишь свою жизнь без интернета».	Ноябрь	Студенты 1 курса.	Шуклина В.В.
	Психологическая профилактика зависимостей у студентов II курса	Тренинговое занятие по теме: «СТОП-СПИД».	Декабрь	Студенты 1 курса.	Шуклина В.В.
	Психологическая профилактика экзаменационных стрессов у студентов I – II курсов.	Тренинговое занятие по теме: «Навыки стрессоустойчивости».	Декабрь	Студенты 1-2 курса.	Шуклина В.В.
	Психологическая профилактика травли и буллинга в учебном учреждении.	Тренинговое занятие по теме: «СТОП-буллинг»	По запросу	Студенты 1-2 курса.	Шуклина В.В.
	Психологическая профилактика девиантного и дезадаптивного поведения у студентов СПТ.	Приглашение студентов на тематические тренинги, связанные с их индивидуальными результатами СПТ.	Ноябрь-декабрь	Студенты, попавшие в группу СПТ	Шуклина В.В.
	Неделя профилактики психического здоровья, приуроченная ко Всемирному дню психического	По отдельному плану	05-10 октября	Студенты, сотрудники,	Психологи службы

здоровья					психологи службы	совместно с замдеканами
Психологическая профилактика	День психического здоровья	Видеолекторий		06-09.10.2026	Студенты БИ СГУ	Грезнева А.А.
	«Как противостоять террористической агитации»	Беседа		07-09.10.2026	Студенты БИ СГУ	Грезнева А.А.
	Гармонизация межнациональных (межэтнических) отношений. Профилактика экстремизма.	Семинар		02-03.12.2026	Студенты БИ СГУ	Акулова Т.Н.
	Выработка позитивного отношения к временным трудностям (по запросу; для студентов льготных категорий)	Беседа		Октябрь-Декабрь	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.
	Беседа «Давайте жить дружно»	Беседа		Сентябрь	Группа 9161	Щетинина Н.А.
	Неделя профилактики психического здоровья «Психологический КВН»	Познавательная командная игра		Октябрь	Группы 9171, 5101	Щетинина Н.А.
	«Наше психическое здоровье» (Всемирный день психического здоровья, профилактика буллинга)	Беседа		Октябрь	Группа 9162	Щетинина Н.А.
	«Скажи – нет!» Профилактика зависимого поведения	Занятие с элементами тренинга		Ноябрь	Группа 5101	Щетинина Н.А.
	Классные часы	Беседы, игры, тренинги		По плану классных руководителей	Студенты 1,2,3,4 курсы	Щетинина Н.А.
	Профилактика вовлечения в экстремистское поведение	Посты в сообществе лаборатории юридической психологии		Сентябрь-ноябрь	Студенты	Киселев К.А.
	Психологическая диагностика виктимности студентов	Тестирование		Сентябрь-декабрь	Студенты	Киселев К.А. Цыбулина С.Н.
	Размещение материалов лекций по проблемам криминального поведения и его профилактики	Посты в сообществе лаборатории юридической психологии		Сентябрь-декабрь	Студенты	Киселев К.А.
	Участие в мероприятиях посвященных профилактике депрессии	Тренинг, мастер-класс, лекции		Сентябрь-декабрь	Студенты	Удалова Т.В.
	Проведение тренинга по совладанию с тревожностью	Тренинг		Сентябрь-декабрь	Студенты	Удалова Т.В.
Психологическая диагностика	Диагностика студентов второго курса (личностные качества, способности)	Диагностика		Сентябрь-ноябрь	Студенты 2 курс	Щетинина Н.А.
	Отношение к ПАВ	Опрос		Декабрь	Студенты 2 курс	Щетинина Н.А.
	Социометрия	Социометрия		Октябрь	Студенты 1 курс	Щетинина Н.А.
	Определение психологического климата группы	Опрос		Октябрь-декабрь	Студенты 1 курс	Щетинина Н.А.
	Социометрия в инклюзивных группах	диагностика		Ноябрь	Студенты инклюзивных групп	Чупахина В.Н.
	Диагностика социальной фрустрированности и самоэффективности	Проведение анкетирования		Декабрь	Студенты СГУ, 2 курс	Чупахина В.Н.
	Диагностика профессиональной самоидентичности	Проведение анкетирования		Ноябрь	Студенты СГУ, 3 курс	Чупахина В.Н.
	Диагностика универсальных компетенций инклюзивных добровольцев «Абилимпикс»	Проведение анкетирования		Ноябрь - Декабрь	Добровольцы «Абилимпикс»	Чупахина В.Н.

Психологическая диагностика	Проведение анкетирования с целью исследования деструктивного поведения у студентов второго курса	Анкетирование	Ноябрь	Студенты СГУ, 2 курс	Чупахина В.Н.
	Выявление основных проблем адаптации к новым образовательным условиям	Диагностика	Сентябрь	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.
	Анкетирование с целью повышения эффективности оказания помощи в решении проблем студентов с ОВЗ и инвалидностью	Анкетирование	Сентябрь-Октябрь	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.
	Социологическое исследование с целью проведения антикоррупционного мониторинга в ВУЗе	Анкетирование	13-17.10.2026	Студенты БИ СГУ	Грезнева А.А.
	Диагностика с целью выявления профессиональных намерений студентов выпускных курсов	Анкетирование	27-31.10.2026	Студенты выпускных курсов	Грезнева А.А.
	Анкетирование студентов по выявлению их отношения к наркотическим веществам, табакокурению, курительным смесям и алкоголю	Анкетирование	10-14.11.2025	Студенты БИ СГУ	Грезнева А.А.
	Диагностика тревожности и стрессоустойчивости участников образовательного процесса	Диагностическое обследование	02-04.11.2026	Студенты БИ СГУ	Грезнева А.А.
	Мониторинг аутоагрессивных тенденций и факторов, формирующих суицидальные намерения у студентов I курса.	Мониторинг суицидального риска (опросник Т.Н. Разуваевой).	Сентябрь	Студенты I курса.	Шуклина В.В.
	Мониторинг психологического климата в группе и социометрического статуса у студентов I курса.	Методика «Оценка психологической атмосферы в группе» Адаптация: Ю. Л. Ханнин.	Сентябрь	Студенты I курса.	Шуклина В.В.
	Мониторинг (повторный) уровня адаптации в колледже и уровень учебной мотивации у студентов I курса.	Мониторинг мотивации к учебной деятельности (В. А. Якунин, А. А. Реан).	Сентябрь	Студенты I курса.	Шуклина В.В.
	Мониторинг уровня склонности к аддиктивному поведению у студентов I курса.	Опросник аддиктивного поведения (В. В. Юсупов, В. А. Корзунин)	Сентябрь	Студенты I курса.	Шуклина В.В.
	Мониторинг уровня адаптации у студентов I курса.	Опросник уровня адаптации первокурсника (экспресс-диагностика О.Л. Гончаровой);	Сентябрь	Студенты I курса.	Шуклина В.В.
	Проведение судебных психологических экспертиз на основании Определения районных судов г. Саратова	Судебная психологическая экспертиза	Сентябрь-декабрь	-	Киселев К.А.
	Организация тестирования студентов на определение тревожности Спилберга Ханина	Тестирование	Ноябрь-декабрь	По запросу факультетов	Удалова Т.В.
	Участие в семинаре-совещании по организации СПТ	Семинар-совещание	7 сентября	-	Сергеева Н.П. Чупахина В.Н.
	Организация СПТ	Консультирование студентов и замдеканов	Сентябрь-октябрь	Студенты, замдеканы	Психологи службы
	Индивидуальные консультации по запросу: - студенты льготной категории: студенты-сироты, студенты с ОВЗ, участники СВО, семейные, многодетные; - студентов - членов семей участников СВО; - студентов- выпускников по вопросам	Консультация	В течение года	Студенты, родители, сотрудники	Психологи службы
Психологическое консультирование					

Психологическое консультирование	трудоустройства; - иностранных студентов; - сотрудников; - родителей студентов.	Статистика	В течение года	Студенты Сотрудники Кураторы Родители (опекуны)	Психологи службы
	Ведение журнала учета консультаций	Индивидуальное консультирование	В течение года	1,2,3,4 курс, студенты	Психологи службы
	Консультирование студентов по результатам диагностики и СПТ	Супервизии	В течение года	Сотрудники, психологи службы	Сергеева Н.П.
	Супервизия для психологов службы, кураторов, заместителей по социально-воспитательной работе	Беседа с элементами игровых практик	Сентябрь-октябрь	Студенты 1 курса	Сергеева Н.П.
Социально-психологическая адаптация	Встречи с первокурсниками: знакомство с деятельностью службы психологической поддержки	Психологический практикум	Октябрь-ноябрь	Студенты 1 курса	Сергеева Н.П.
	Психологический практикум «Держу курс на ресурс»	Тренинг	Ноябрь-декабрь	Студенты 1 курса	Сергеева Н.П.
	Тренинг «Экзамены без стресса»	Индивидуальные занятия	Сентябрь - Октябрь	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.
	Сопровождение в период адаптации и оказания социально-психологической поддержки вхождения в новую образовательно-воспитательную среду (уточнение расписания занятий, посещение занятий студента, составление психолого-педагогического паспорта студента).	Руководство и координация	В течение года	Студенты с ОВЗ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.
	Руководство и координация деятельности волонтеров-тьюторов по поддержке студентов с ограниченными возможностями здоровья	Тренинг	17-18.09.2026	Студенты 1 курса ППФ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.
	Тренинг адаптивности и личностного роста студентов 1 курса	Тренинг	21-23.09.2025	Студенты 1 курса ФФ	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.
	Тренинг адаптивности и личностного роста студентов 1 курса	Тренинг	24-25.09.2025-01-03.10.2025	Студенты 1 курса факультета МиЕН	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.
	Тренинг адаптивности и личностного роста студентов 1 курса	Индивидуальные занятия	Октябрь - Декабрь 2026 г.	Студенты с ОВЗ и инвалидностью	Акулова Т.Н.
	Выработка позитивного отношения к временным трудностям (по запросу)	Групповые занятия	21-23.12.2026	Студенты первых курсов + группы по запросу	Грезнева А.А.
	«Снятие эмоционального напряжения в период подготовки и сдачи экзаменов»	Групповые занятия	Октябрь-декабрь	Студенты 1 курса	Щетинина Н.А.
	Школа личностного роста (формирование группы по результатам социометрии)	Тренинг	Сентябрь-декабрь	Студенты 1 курса	Киселев К.А.
	Помощь первокурсникам бакалавриата факультета психологии в адаптации к учебной деятельности (по запросу)				

Социально-психологическая адаптация	Помощь студентам 2 курса факультета психологии		Тренинг / мастер-класс	Сентябрь-декабрь	Студенты 2 курс	Киселев К.А.
	Занятие по развитию эмоционального интеллекта (работа с гневом, страхом, грустью)		Проведение тренинга	Декабрь	Добровольцы «Абилимпикс» СГУ	Чупахина В.Н.
	Занятие с элементами тренинга «Психологические особенности взаимодействия с людьми с инвалидностью и ОВЗ»		Занятие с элементами тренинга	Ноябрь		Чупахина В.Н.
	Игротерапия как средство профилактики деструктивного поведения		Игротерапевтическое занятие с элементами тренинга	Сентябрь-декабрь	Студенты СГУ	Чупахина В.Н.
	Интерактивная лекция «Быт в общежитии: психология соседства»		Лекция	Октябрь	Студенты, проживающие в общежитиях	Чупахина В.Н.
	Игровой практикум на сплочение студентов инклюзивных групп		Разработка практикума	Сентябрь	-	Чупахина В.Н.
	Игровой практикум на сплочение студентов инклюзивных групп		Игровой практикум с элементами тренинга	Октябрь-ноябрь	Студенты инклюзивных групп	Чупахина В.Н.
	Первокурсный первокурсник: как научиться учиться (вопросы адаптации к университетской жизни, гигиены памяти и внимания и как стать своим среди чужих)		Интерактивная лекция	Сентябрь-октябрь	По запросу факультета университета	Удалова Т.В.
	Работа по результатам социометрии		Индивидуальные занятия	Октябрь-декабрь	Студенты 1 курс	Щетинина Н.А.
	Индивидуальные занятия		Индивидуальные занятия	Октябрь-декабрь	Студенты ОВЗ и ОБПР, СВО	Щетинина Н.А.
Психологическая коррекция	Индивидуальная работа со студентами, получающими психотерапевтическую и психиатрическую помощь		Встречи, беседы, арт-терапевтические упражнения	Сентябрь-декабрь	студенты, получающие психотерапевтическую и психиатрическую помощь	Сергеева Н.П.
	Семинар-практикум «Эффективные техники саморегуляции и стрессоустойчивости» Работа по результатам анкетирования «Диагностика тревожности и стрессоустойчивости участников образовательного процесса»		Групповые занятия	01-04.12.2026	Студенты	Грезнева А.А.
	«Психологические практики снижения экзаменационного стресса»		Распространение буклетов	21-23.12.2026	Кураторы студенческих групп	Акулова Т.Н., Грезнева А.А.
	Психопрофилактика экстремизма		Тренинг / мастер-класс	Сентябрь-декабрь	Студенты	Киселев К.А.
	Работа со студентами «группы социального риска».		Индивидуальная работа	Октябрь-декабрь	Группа социального риска (по запросу).	Психологи службы
	Психологическая коррекция и развитие студентов «группы суицидального риска».		Индивидуальная работа	Сентябрь-декабрь	Группа суицидального риска	Шукина В.В.

Психологическая коррекция	Психологическая коррекция и развитие дезадаптированных обучающихся I курса и решение их конкретных проблем.	Индивидуальная работа	Октябрь-декабрь	Студенты с низкой учебной мотивацией и дезадаптированные студенты	Шукина В.В.
	Психологическая коррекция студентов по результатам СПТ.	Индивидуальная работа	Ноябрь-декабрь	Студенты, попавшие в группу СПТ	Шукина В.В.
	Индивидуальная работа с родителями по обеспечению психологического здоровья обучающихся.	Индивидуальная работа	Сентябрь-декабрь	Родители студентов (по запросу)	Шукина В.В.
	Занятие по развитию эмоционального интеллекта (работа с гневом, страхом, грустью)	Проведение тренинга	Декабрь	Добровольцы «Абилимпикс» СГУ	Чупахина В.Н.
Повышение квалификации	Индивидуальная работа со студентами, показавшими высокие риски деструктивного поведения	Индивидуальная консультация	Декабрь	Студенты СГУ, 2 курс	Чупахина В.Н.
	Участие в мероприятиях Минобрнауки и РАО	Мастер-классы, вебинары, форумы, семинары, супервизии	В течение семестра	Психологи службы	Психологи службы
Организационно-аналитическая работа	Курс "Работа с поведенческими трудностями у детей и подростков в КПП подходе"	АНОДПО «Институт нейропсихологии и нейрофизиологии развития ребенка»	Сентябрь-ноябрь	Удалова Т.В.	Удалова Т.В.
	Проведение совещаний по актуальным вопросам с психологами СПП	Совещания	Не реже 1 раз в квартал	Психологи службы	Сергеева Н.П.
	Предоставление сведений в отчеты и мониторинги Минобрнауки	Отчеты	По запросу	Психологи службы	Сергеева Н.П.
	Подготовка отчета о деятельности службы на Ученый совет	Отчет	Ноябрь	Психологи службы	Сергеева Н.П.

Руководитель службы психологической поддержки



Н.П. Сергеева

Начальник управления социальной работы

М.И. Кабанова