МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

**высшего образования**

**«Мурманский арктический государственный университет»**

**(ФГБОУ ВО «МАГУ»)**

ПЛАН РАБОТЫ

студенческой психологической службе ППИ

ФГБОУ ВО «Мурманский арктический государственный университет»

на 2017-2018 учебный год

Мурманск

2017

**План работы студенческого общественного объединения «Студенческая психологическая служба Психолого-педагогического института»**

**на 2017-2018 учебный год**

**Цель деятельности:** психологическое сопровождение образовательного процесса в вузе.

**Задачи студенческой психологической службы вуза:**

1. Помощь будущим профессионалам в поиске себя и самоопределения, адекватного и конструктивного образа будущего, его смысла.
2. Психологическое сопровождение решения возрастных проблем жизнедеятельности студентами и процесса профессионального обучения.
3. Формирование осознанного взаимодействия с преподавателями, сокурсникам, как основы будущего профессионального общения с помощью расширения поведенческого репертуара.

**План работы на 1 полугодие 2017-2018 уч. год.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование работ | Мероприятия | | Сроки проведения |
| Название мероприятия | Цели и задачи |
|  | Диагностика:  - профессиональных планов,  - индивидуально-личностная диагностика (дошкольники, младшие школьники, подростки и т.п.)  - семейная диагностика | Психологическая диагностика развития детей разных возрастов  Организационно-управленческая диагностика | Получение информации о своих возможностях в выборе профессии и профессиональной карьере.  Решение задач профессионального обучения, научно-учебной деятельности при написании курсовых и дипломных работ. | В соответствии с заявкой |
|  | Консультирование  - школьников,  - студентов,  - дошкольников с родителями,  - семейное консультирование. | Профессиональное консультирование  Возрастно-психологическое консультирование | Сопровождение самостоятельной работы студентов в практической работе. | Сентябрь – декабрь 2017 г. (по заявкам) |
|  | Коррекционная, профилактическая и тренинговая работа :  Тренинг развития креативности  Тренинг коммуникативной компетентности | Коррекционно-развивающая работа со студентами  Социально-психологический тренинг | Содействие в формировании навыков саморегуляции, повышение самооценки, преодоление коммуникативных барьеров, профилактика вредных привычек, формирование осознанности и ответственности за свою жизнь, снижение переживаний одиночества, поиск новых ресурсов для саморазвития. | Сентябрь - ноябрь 2017 года, в соответствии с планом |
|  | Просветительская работа:  - для преподавателей вуза,  - для преподавателей школ,  - для студентов и школьников,  - для родителей. | Мастер-класс,  выступления на конференциях | Профилактика профессионального выгорания педагога  Социально-психологические проблемы саморегуляции участников образовательного процесса | Ноябрь - 2017 года |

**Программа тренингов для студентов МАГУ на 1 семестр 2017-2018 учебного года.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание занятия | Цель занятия | Сроки проведения |
| 1 | **Тренинг общения** | Преодоление коммуникативных барьеров. Определение личной потребности в тренингах, формирование запроса на новый цикл тренингов. Создание успешной атмосферы взаимодействия на текущий год. | 3 неделя сентября |
| 2 | **Тренинг саморегуляции** | Содействие в формировании навыков саморегуляции и самоконтроля в общении. Понятие стресса. Развитие уверенного поведения при сдаче экзаменов, при ответах у доски. Техники профилактики стресса. | 4 неделя сентября |
| 3 | **Тренинг уверенности в себе** | Повышение самооценки. Понятие адекватной и неадекватной самооценки. Исследование собственной самооценки. Осознание личных ресурсов для коррекции самооценки. Понятие личных достижений. Осознание собственных ресурсов в достижении поставленных целей. | 1 неделя октября |
| 4 | **Тренинг личностного роста** | Поиск новых ресурсов для саморазвития. Диагностика основ личной эффективности. Смысл жизни. Как найти себя. Понимание норм и правил собственной жизни. Самомотивация: организация и повышение продуктивности своей деятельности. | 2 неделя октября |
| 5 | **Тренинг коммуникативной компетентности** | Понятие коммуникативной компетентности как необходимого для успешности навыка. Развитие умения и формирование навыков корректной аргументации и контраргументации. Осознание своих сильных и слабых сторон как переговорщика. Определение необходимых действий по улучшению своих коммуникативных навыков и их отработка в упражнениях. | 3 неделя октября |
| 6 | **Тренинг целеполагания «Планирование карьеры»** | формирование осознанности и ответственности за свою жизнь. Осознание собственных желаний. Что же самое важное.  Техники постановки цели. Формирование осознанного желания на достижение. Планирование действий для достижения цели. | 1 неделя ноября |
| 7 | **Тренинг сензитивности** | снижение переживания одиночества. Понимание, Взаимность, Свобода, Согласие, Терпимость. Этапы человеческих взаимоотношений. Осознание собственного опыта. Определение своих задач во взаимоотношениях. | 2 неделя ноября |
| 8 | **Тренинг ассертивности (ответственного поведения)** | Профилактика вредных привычек. Уверенность (ассертивность) подразумевает принятие ответственности за свою жизнь, чувства и действия. | 3 неделя ноября |
| 9 | **Тренинг развития лидерских качеств** | 1 часть. Значение креативности для лидера. Барьеры креативности. Способы развития креативности (техники).  2 часть. Планирование времени. Исследование своих отношений со временем. Законы управления временем. «Пожиратели» времени. Как успеть все и даже больше. Формирование навыка самоорганизации. | 4 неделя ноября |
| 10 | **Тренинг делового общения** | Понятие манипуляции во взаимодействии с другими людьми. Осознание своих «манипулятивных струн». Выработка личной стратегии распознавания и противодействия манипуляциям. Отработка навыков. | 5 неделя  ноября |

Руководитель СПС И.Б. Храпенко