

Т. Н. Сахарова

Н. А. Цветкова

*Московский педагогический государственный университет,
Институт педагогики и психологии
Москва, Россия*

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА

Работа посвящена обобщению опыт работы психологической службы МПГУ. На основе анализа более 2500 индивидуальных консультаций, проведенных экспертами психологической службы в период с 2018 года по настоящее время, выделен спектр наиболее частых запросов, обозначены наиболее важные направления деятельности. Обоснована необходимость многопрофильности деятельности психологической службы вуза; в качестве основных направлений должны выступать консультативная помощь обучающимся и просветительская деятельность.

Ключевые слова: психологическая служба вуза; запрос на психологическую помощь; индивидуальные консультации, просветительская деятельность.

Taiana N. Sakharova

Natalia A. Tsvetkova

*Moscow Pedagogical State University,
Institute of Pedagogy and Psychology
Moscow, Russia*

THE MAIN DIRECTIONS IN THE WORK OF THE PSYCHOLOGICAL SERVICE AT THE UNIVERSITY

The work is devoted to summarizing the experience of the Psychological Service of the Moscow State Pedagogical University. Based on the analysis of more than 2,500 individual consultations conducted by experts of the psychological service in the period from 2018 to the present, a range of the most frequent requests has been identified, and the most important areas

of activity have been identified. The necessity of multidisciplinary activity of the psychological service of the university is substantiated; advisory assistance to students and educational activities should be the main directions.

Keywords: psychological service at the university; request for psychological help; individual consultations; educational activity.

Введение. К. Д. Ушинский называл студенческий возраст «самым решительным», поскольку он во многом определяет будущее человека и является временем интенсивной работы над собой. «Именно в юности происходит становление человека как личности, когда молодой человек, присвоил социально значимые свойства личности, способность к сопереживанию, к активному нравственному отношению к людям, к самому себе и к природе; способность к усвоению конвенциональных ролей, норм, правил поведения в обществе и др.» [Цит. по: 1]. Студенческий возраст — пора значимых выборов (профессиональной деятельности, спутника жизни и др.) и принятия важнейших жизненных решений. У современного студенчества, помимо проблем, обусловленных возрастными особенностями жизненного пути, появились проблемы, обусловленные общецивилизационными особенностями развития общества (появление виртуального интернет-пространства и связанных с ним возможностей), а также особенностями менталитета российских родителей последних десятилетий. Чрезмерная опека, свойственная многим родителям в этот период, привела к тому, что многие сегодняшние 18–20-летние молодые люди демонстрируют высокий уровень инфантильности и характеризуются такими качествами, как отсутствие навыков решать проблемы, прогнозировать последствия своих действий и риски; быть последовательными в достижении целей; «держат удар», переживать неудачи, бороться и преодолевать трудности.

Количество и глубина возникающих у студентов проблем приводят к серьезным психологическим последствиям, справиться с которыми самостоятельно многие студенты зачастую не могут. Это обуславливает высокую важность и исключительную актуальность создания в вузах психологической службы и многопрофильность ее деятельности.

Целью нашей работы стало обобщение опыт работы психологической службы МПГУ, выделить спектр наиболее частых запросов и обозначить значимые направления деятельности.

Материалы и методы. За время работы психологической службы МПГУ с февраля 2018 года экспертами службы было проведено более 2500 индивидуальных консультаций, а также ряд просветительских мероприятий. На основе анализа запросов на психологическую помощь и обратной связи от получивших ее обучающихся были выделены наиболее востребованные направления оказания психологической помощи; с помощью опроса с использованием авторской анкеты были установлены психологические особенности реакций студентов на стресс, вызванный режимом самоизоляции в период пандемии COVID-19 [2], исследовано влияние на структуру запроса того обстоятельства, что вуз с апреля 2020 г. перешел на онлайн-формат обучения [3]; опробованы методы групповой просветительно-развивающей работы [4].

Результаты. В запросах на психологическую помощь студенческой молодежи можно выделить следующие три больших группы: а) стремление студентов изменить к лучшему свои личностные качества (повысить самооценку, устранить тревожность, изменить негативные черты своего характера, своего поведения и стиля общения); б) определить свои приоритеты, обрести уверенность и решить проблемы в общении с противоположным полом; в) утвердиться в правильности выбора своего профессионального будущего, осознать цели и ценности будущей профессии.

Показано, что деятельность психологической службы не может ограничиваться индивидуальными консультациями. У многих студентов причиной появления психологических проблем является психологическая неграмотность, что указывает на необходимость развернутой просветительской деятельности на базе психологической службы вуза, включающей регулярное обновление информационного отдела сайта психологической службы, мини-лекции о практической психологии, групповые тренинги общения и т. п.

Заключение. Многопрофильность деятельности психологической службы вуза обуславливается необходимостью комплексного подхода к решению психологических проблем, с которыми сталкивается

современное студенчество. Основными направлениями должны являться оказание консультативной помощи и просветительская деятельность.

Библиографические ссылки

1. *Mukhina V.S.* Developmental psychology: phenomenology of development, childhood, adolescence. M., 1999.
2. *Makarova E. Yu., Tsvetkova N.A.* Psychological features of reactions to stress caused by the regime of self-isolation during the COVID-19 pandemic // E-Scio : Electronic periodical "E-Scio.ru" — El No. FS77-66730 — Midwifery. <http://e-scio.ru/wp-content/uploads/2020/10/Makarova-E.-Yu.-Tsvetkova-N.-A.pdf>
3. *Pokrovskaya S. V., Tsvetkova N. A.* Features of the request for psychological assistance in the emergent situation of the COVID-19 pandemic // Psychology. Historical-critical reviews and modern research. 2020. Vol. 9, № 4A. P. 159–164.
4. *Sakharova T.N., Umanskaya E. G., Tsvetkova N. A.* Psychological support of personality development in the conditions of organizing children's recreation and their recovery. M., 2020.