

ЗВІТ ПРО ДІЯЛЬНІСТЬ НАВЧАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГО- КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ЛАБОРАТОРІЇ БДПУ

Навчальна психолого-консультативна лабораторія (НПКЛ) відновила свою роботу з листопада 2023 року під керівництвом старшої викладачки кафедри психології Вікторії ФЕДОРИК.

Метою навчальної психолого-консультативної лабораторії є створення умов для всебічного розвитку здобувачів освіти, охорони їх психічного здоров'я, надання психологічної допомоги (підтримки) всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань системи освіти.

Основними видами діяльності навчальної психолого-консультаивної лабораторії є: діагностика, консультування, корекція, просвіта та навчання.

За незначний період часу НПКЛ охопила усі напрямки роботи:

Діагностичний напрямок: з метою планування ефективної роботи навчальної психолого-консультативної лабораторії було проведено опитування, спрямоване на аналіз запитів серед здобувачів вищої освіти (339 респондентів) та науково-педагогічних працівників і співробітників (97 респондентів). З результатами можна ознайомитися у збірнику тез VII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку» (Федорик В.В. Холістичний підхід до здоров'я учасників освітнього процесу Бердянського державного педагогічного університету на третьому році повномасштабного вторгнення. *Наука III тисячоліття : пошуки, проблеми, перспективи розвитку : матеріали VII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (24-25 квітня 2024 року) : збірник тез.* Запоріжжя : БДПУ. 2024. С. 278–281)

Корекційний напрямок:

1. За допомогою ресурсорієнтованої моделі «BASIC Ph» кожен здобувач мав змогу виокремити власні стратегії стресодолавання (97 учасників).

Результати на які вийшли в ході роботи зі здобувачами висвітлені у публікації за наступними вихідними даними: Федорик В.В. Вплив особистісних особливостей здобувачів вищої освіти на здатність до ефективного подолання стресу. *Нові педагогічні виміри професійного розвитку майбутніх учителів: сучасні реалії та виклики : матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції* (15 листопада 2023 р.). Бердянськ. : БДПУ. 2023. С. 59–63.

https://drive.google.com/file/d/1Cnde5EGmaN_xKO2b9OyyTqHR1p9vS5Uy/view

2. За запитом викладачів кафедри теорії та методики навчання мистецьких дисциплін для підвищення рівня емоційної ресурсності та для зниження ризику розвитку апатії, депресії, тривоги було проведено майстер-клас під назвою «Емоційна ресурсність», який на меті мав знайомство учасників з концепцією емоційної ресурсності та її важливістю для психічного здоров'я, вивчення стратегій та методів підвищення ресурсів загалом та емоційної ресурсності зокрема, розвиток навичок саморегуляції та вміння керувати емоціями.

3. З метою психологічної підтримки здобувачів вищої освіти БДПУ в напружений період екзаменів та заліків було організовано та проведено захід «Сесія, екзамени, захист: я володію емоціями чи емоції володіють мною?».

4. Захід «Відроджуємо кольори життя», який проходив у телеграм-каналах у рамках тижня психології з 22 по 28 квітня. Мета полягала в ознайомленні учасників з психологічними аспектами кольорів та їх впливом на емоційний стан особистості. Психологічний захід став ефективним інструментом для підвищення самосвідомості учасників щодо впливу кольору на їхнє життя.

Консультативний напрямок: з усіма здобувачами вищої освіти БДПУ, які звернулися за психологічною допомогою до лабораторії, було проведено психологічне консультування за різними формами:

- у форматі листування у месенджері Telegram. Запити здобувачів стосувалися стабілізації власного емоційного стану (подолання паніки, істерики, страхів, агресії тощо) – **12 звернень (ФППОМ, ГЕФ, ФМКТО).**
- у форматі онлайн-консультацій (тривалість 1 година). Загалом за чотири місяці було охоплено **30 здобувачів** вищої освіти запитами яких було психофізичне виснаження, апатія, міжособистісні взаємовідносини, саморозвиток, адаптація до нових умов життя та навчання, управління часом та розвиток навичок тайм-менеджменту, мотивація до навчання та подолання прокрастинації, пошук сенсу життя та визначення життєвих цілей, страх працевлаштування, емоційне вигорання (**ФППОМ, ГЕФ, ФМКТО**).

Просвітницький напрямок:

1. Воркшоп «Особисті кордони – основа для самовираження та асертивності» присвяченому щорічній Всеукраїнській акції «16 днів проти насильства».
 2. Захід «ПСИХОКОСМОС 2023: відкриваємо галактику власних досягнень» метою якого було підбиття підсумків, аналіз власних досягнень року.
 3. Впродовж 4 місяців з 16 лютого працює два канали психоемоційної підтримки здобувачів та науково-педагогічних працівників і співробітників університету.
- за цей період було розміщено **88 дописів:**
 - Лютий – 11;
 - Березень – 24;
 - Квітень – 26;
 - Травень – 27.

Навчальний напрямок:

Не менш важливим напрямком роботи є ***навчальний***, тому НПКЛ стала для **58 здобувачів** I та II рівнів вищої освіти денної та заочної форм навчання базою проходження психологічної (ознайомлювальної) – 7 здобувачів, навчальної (психолого-діагностичної) – 31 здобувач, консультативно-психокорекційної – 16 здобувачів, виробничої практик – 4 здобувачі.

Якщо ще не слідкуєте за нами переходьте за посиланням (<https://bdpu.org.ua/faculties/fppom/structure-fppom/npkl/>) та будьте в курсі графіку роботи лабораторії, анонсів заходів та новин.

*За матеріалами завідувачки навчальної
психолого-консультативної лабораторії Вікторії ФЕДОРИК*