

Программа Недели психологии – 2026

«Дружба начинается с меня»

Пояснительная записка

Неделя психологии – традиционное весеннее событие, направленное на создание единого пространства доверия, безопасности и психологического благополучия для всех участников образовательных отношений. Тема **«Дружба начинается с меня»** акцентирует личную ответственность каждого за атмосферу в группе и техникуме, развивает эмпатию, навыки общения и самовоспитания.

Программа опирается на три ключевых направления, выделенных в методических рекомендациях:

1. **Развитие умений справляться с жизненными ситуациями и интенсивными эмоциями** (эмоциональная грамотность, саморегуляция).
2. **Развитие и совершенствование навыков общения** (коммуникативная компетентность, бесконфликтное взаимодействие).
3. **Самовоспитание: через поступок к характеру** (нравственный выбор, добрые дела, рефлексия).

Цель

Создание благоприятного психологического климата, развитие навыков общения, эмоциональной устойчивости и формирование позитивных личностных качеств у обучающихся.

Задачи

- развивать навыки общения и сотрудничества;
- формировать эмоциональную грамотность (распознавание, выражение и регуляция эмоций);
- воспитывать доброжелательность, ответственность, умение совершать осознанные поступки;
- укреплять студенческое сообщество через совместные позитивные активности.

Сроки проведения

13.04.2026 по 17.04. 2026г. (понедельник – пятница).

Ответственный

Педагог-психолог (при поддержке классных руководителей, советника по воспитанию, социального педагога).

План-таблица мероприятий Недели психологии

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Отметка о выполнении
ПОНЕДЕЛЬНИК: Открытие. «Мир эмоций»			
1. Открытие Недели психологии «Дружба начинается с меня»	Студенты	Педагог – психолог	
2. Информационный материал «Мир эмоций»	Студенты	Педагог – психолог	
3. Памятка для педагогов «Профилактика выгорания»	Педагогический коллектив	Педагог – психолог	
ВТОРНИК: Коммуникация и климат в среде			
1. Дискуссионная площадка «Стрем или норм? Конфликты в группе»	Студенты	Педагог – психолог	
2. Тест «Оценка уровня общи-	Студенты	Педагог –	

тельности» (методика В.Ф. Ряховского)		психолог	
3.Акция «Стена комплиментов»	Студенты	Педагог – психолог, студенческий актив,	
Среда – «Поступок как старт характера»			
1.Мастерская «Дизайн характера»	Студенты	Педагог – психолог	
2.Перемена без гаджетов «Живое общение»	Студенты	Советник по воспитанию, студенческий актив,	
3.Акция «Моя внутренняя опора»	Педагогический коллектив	Педагог-психолог	
ЧЕТВЕРГ: Интеграция трёх направлений			
1.Кинозал «Характер в деталях»	Студенты	Педагог – психолог	
2.Акция «Дерево добрых дел»	Студенты	Педагог – психолог	
3.Родительский всеобуч «Роль дружбы в развитии личности ребёнка»	Родители	Педагог – психолог	
Пятница – «Итоги и старт к лучшей версии себя»			
1.Психологическая лотерея «Мой ресурс»	Все участники образовательного процесса	Педагог – психолог, студ.актив	
2.Подведение итогов недели психологии Фоторяд «Хроника недели»		Педагог – психолог	

Педагог – психолог

Ю.С. Еременко