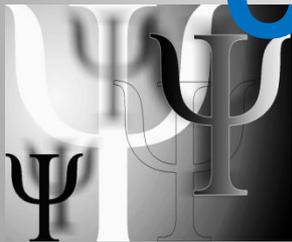


# ОТДЕЛ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ



**Психологическое сопровождение является неотъемлемой частью любой современной образовательной системы**



**Основная цель его в вузе – содействие профессиональному и личностному становлению студентов.**

# Направления деятельности отдела



## Информационно-просветительское направление

**Цель:** формирование у студентов психологической культуры, а также потребности использовать полученные знания в жизни в интересах собственного развития.

# ЦВЕТ НАСТРОЕНИЯ

Весна...серость...слякоть. Хочется ярких красок, тепла, света. Возникает потребность расширить всё вокруг в радужные цвета.

**Н. И. ЛЕБЕДЕВА, начальник отдела психологического сопровождения К. А. БЕЛОВА, помощник отдела психологического сопровождения**

Действие цвета на человека замечено давно: цвет влияет на все его физиологические и психические функции. Цвет оказывает влияние на деятельность, цвет создает то или иное настроение, вызывает определенные мысли и чувства. Вещь желтого цвета, на которой цвет проявляется сильнее, вызывает ощущение тепла и счастья. Вещь синего цвета, наоборот, вызывает ощущение прохлады и свежести. Цвет влияет на настроение, самочувствие и в конечном итоге на здоровье человека. Цвет влияет на объективные характеристики и субъективные ощущения в различных областях жизни. Цвет влияет на настроение, самочувствие и в конечном итоге на здоровье человека. Цвет влияет на объективные характеристики и субъективные ощущения в различных областях жизни.

**Розовый — цвет нежности и романтики**

Серый — дневной цвет. Его используют те, кто хочет выделиться из толпы. Серый цвет символизирует сдержанность, серьезность, уверенность и надежность. Серый цвет символизирует сдержанность, серьезность, уверенность и надежность.

Синий — цвет чистоты. Синий цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность. Синий цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность.

Белый — цвет чистоты. Белый цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность. Белый цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность.

Желтый — цвет радости. Желтый цвет символизирует радость, оптимизм, энергию и уверенность. Желтый цвет символизирует радость, оптимизм, энергию и уверенность.

Зеленый — цвет гармонии. Зеленый цвет символизирует гармонию, спокойствие, надежду и уверенность. Зеленый цвет символизирует гармонию, спокойствие, надежду и уверенность.

Синий — цвет чистоты. Синий цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность. Синий цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность.

Синий — цвет чистоты. Синий цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность. Синий цвет символизирует чистоту, ясность, спокойствие и надежность.

31 МАРТ 2011

## ЧТО ВАМ НУЖНО ДЛЯ ПОЛНОГО СЧАСТЬЯ?

«Счастье нужно не только получать, но и осознавать». Армения

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

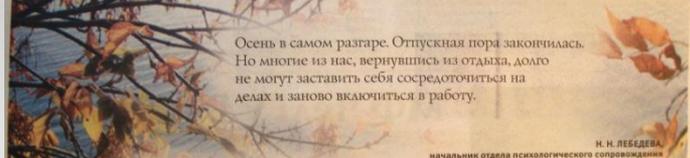
Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви. Счастье — это состояние души, которое зависит от многих факторов: здоровья, денег, семьи, друзей, любви.

# НА ВОРЕ ОСЕНЬ, А В ДУШЕ РАДОСТЬ!



Осень в самом разгаре. Отпускная пора закончилась. Но многие из нас, вернувшись из отъезда, долго не могут заставить себя сосредоточиться на делах и заново включиться в работу.

На календаре сменяются сентябрь, октябрь, ноябрь. За сезон то гримасничает дождь, то свистит первый снег, то чуть ли не шквальный ветер носит по двору желтые листья. Смотреть — и кажется, что мир потерял свои привычные краски, стал каким-то тусклым и серым. Так вот если и на вас с первым пожелтением листьев накатывает хандра, то попробуйте познакомиться с осенним настроением и найти в осени свои радости.

Октябрь — прекрасное время для творчества. Недаром эту пору так любят поэты и художники. Вот и вы начните творить. Займитесь рисованием, лепкой из глины или пластилина, резьбой по дереву, вышивкой, наконец, сочините стихи. Воспользуйтесь все накопившимися за лето эмоциями и впечатлениями в своих творениях.

Откройте себя яркими красками! Пусть в вашем гардеробе преобладают одежда и аксессуары насыщенных тонов. Непривычно обаятельны красочные зонтики с абстрактным рисунком. Они будут поднимать вам настроение даже в самую хмурую ноябрьскую погоду.

Делайте! Как известно, движение — это жизнь! Регулярные физические занятия не только помогут поддерживать оптимальную форму и поспособствуют выработке гормонов радости — эндорфинов.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями. Слушайте музыку! Любимые мелодии поднимут настроение, вернут жизненный тонус и помогут справиться с переживаниями.

# Вы можете познакомиться с нашими информационными материалами в газете «Университетская Набережная»

## ЭГОИЗМ ИЛИ АЛЬТРУИЗМ?

«Эгоист» — о сужденном проносивом вы в адрес человека, который думает только о себе. «Альтруист» — о восхищенном говорим о том, кто бескорыстно действует во благо другого человека. Кажется, что между этими характеристиками пропасть. Понятия альтруизма и эгоизма противопоставляются друг другу. Однако так складывается не всегда — между эгоизмом и альтруизмом обнаруживается тесная взаимосвязь.

**Н. И. ЛЕБЕДЕВА, начальник отдела психологического сопровождения К. А. БЕЛОВА, помощник отдела психологического сопровождения**

Эгоизм понимается как эгоцентрическое поведение, в соответствии с которым удовлетворение личных интересов рассматривается в качестве высшего приоритета. Эгоизм, абсолютный эгоизм, эгоцентризм — это состояние души, когда человек живет только ради себя. Эгоизм — это состояние души, когда человек живет только ради себя. Эгоизм — это состояние души, когда человек живет только ради себя.



Альтруизм — это состояние души, когда человек живет ради других. Альтруизм — это состояние души, когда человек живет ради других. Альтруизм — это состояние души, когда человек живет ради других.

## КАК НАУЧИТЬСЯ КРАСИВО ГОВОРИТЬ?

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития. Умение говорить — передавать информацию с помощью речи — основной критерий, который отличает человека от животного, это цивилизационный итог человеческого развития.

Университетская Набережная



На стенде, расположенном на 3 этаже около кабинета отдела психологического сопровождения (337а), и на сайте Университета.

Мы предлагаем Вам возможность создавать и оформлять стенды вместе с нами!

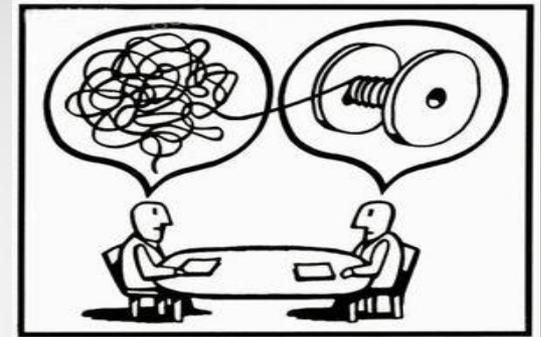
Темы, которые были рассмотрены на стенде:

- ◆ Время
- ◆ Любовь
- ◆ Цвет
- ◆ Сессия
- ◆ Движение-жизнь
- ◆ Характер vs Темперамент



# Направления деятельности отдела

## Консультационное направление



Индивидуальное консультирование проводится в целях помощи студентам, испытывающим какие-либо затруднения в процессе учебы, проблемы во взаимоотношениях, самоорганизации, а так же по индивидуальным запросам.

# Направления деятельности отдела

## Консультационное направление

Если Вы испытываете затруднения при личном контакте, Вы можете задать вопрос нашим психологам посредством электронной почты, кратко описав свою ситуацию.

Для этого вам нужно отправить свой вопрос на адрес:



[\*psyconsult.csu@mail.ru\*](mailto:psyconsult.csu@mail.ru)

А мы дадим ответ на ваш вопрос в течение недели.

# Направления

## деятельности отдела

Развивающее (обучающее) направление

Данное направление представлено разного рода тренингами, в которых Вы можете принять участие:

- ❖ Танцевально-двигательный тренинг
- ❖ Эффективные коммуникации
- ❖ Уверенное поведение при публичных выступлениях
- ❖ Самоорганизация во времени
- ❖ Командообразование
- ❖ Целеполагание
- ❖ Арт-терапия
- ❖ Мотивация и др.

# Тренинговые занятия



# Направления деятельности отдела

Диагностическое направление

## Индивидуальное тестирование

Вы можете пройти тестирование:

- ❖ Интеллектуальных способностей
- ❖ Личностных особенностей
- ❖ Мотивации деятельности
- ❖ Эмоционального состояния
- ❖ Стиля взаимодействия и др.



# Направления

## Деятельности Отдела Диагностическое направление

### Мониторинг

#### *«Вопрос недели»*

Изучается эмоциональное состояние студентов, их отношение к тем или иным событиям (информация на сайте Университета на странице ОПС)

#### *Проведение анкетирования*

Изучение удовлетворенности студентов в вопросах организации учебного процесса, а так же взаимоотношений в коллективе.



# Направления

## Проектное направление деятельности отдела



Совместный проект с факультетом  
повышения  
квалификации преподавателей  
«Современные образовательные  
технологии»



Повышение квалификации учителей  
начальных классов  
«Совершенствование образовательного

# Если Вы хотите:

- ❖ определить собственные цели и жизненные приоритеты
- ❖ спланировать свое профессиональное и личностное развитие
- ❖ получить знания в области психологии
- ❖ развить свои способности
- ❖ построить гармоничные взаимоотношения,

Вы всегда можете обратиться в  
психологического  
сопровождения



# Специалисты отдела психологического сопровождения



**Теске Галина Павловна**  
психолог отдела



**Лебедева Наталья  
Николаевна**  
начальник отдела



**Белова Кира  
Александровна**  
психолог отдела

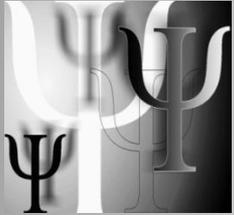


**Шкатов Виктор  
Владимирович**  
психолог отдела



**Попова Елена  
Вячеславовна**  
Оператор  
ЭВМ и ВМ

**Всю интересующую Вас  
информацию Вы можете  
получить:**



**в кабинете 337А, (1 учебный  
корпус ЧелГУ)**



**по телефону: 799-71-90**



**по e-mail: [psyconsult.csu@mail.ru](mailto:psyconsult.csu@mail.ru)**

**Желаем Вам  
успехов!**