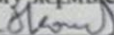


Қазақстан Республикасының Ғылым және жоғары білім министрлігі
«Шәкәрім университеті» КеАҚ

Бекітемін

Басқарма мүшесі – стратегия және әлеуметтік
даму жұмысы жөніндегі проректор

 А.Б.Қасымов

« 01 » 02 2025ж.

Психологиялық қолдау қызметі
2025-2026 оқу жылына арналған іс-шаралар жоспары

Семей – 2025

1. ЖОСПАРЛАНАТЫН КЕЗЕҢГЕ БӨЛІМШЕНІҢ НЕГІЗГІ БАҒЫТТАРЫ, МАҚСАТТАРЫ МЕН МІНДЕТТЕРІ / ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ НА ПЛАНИРУЕМЫЙ ПЕРИОД

1.1. Мақсаты / Цель: Университетте қолайлы психологиялық климат қалыптастыру арқылы білім алушылар мен қызметкерлердің тұлғалық, эмоционалды және кәсіби дамуына қолдау көрсету./Оказание поддержки личностному, эмоциональному и профессиональному развитию обучающихся и сотрудников через формирование благоприятного психологического климата в университете.

1.2. Міндеттері: Психологиялық диагностика және кеңес беру қызметін ұйымдастыру./Организация психологической диагностики и консультирования.

1.3. Даму мен бейімделуге бағытталған тренингтер мен профилактикалық жұмыстар өткізу./ Проведение тренингов и профилактической работы по адаптации и развитию.

1.4. Ақпараттық-ағартушылық жұмыс және кәсіби өзектілікті сақтау. /Информационно-просветительская деятельность и поддержание профессиональной актуальности.

2. Жұмыстың негізгі бағыттары: 2.1. ПСИХОДИАГНОСТИКА/ ПСИХОДИАГНОСТИКА: Студенттердің психоэмоционалды жағдайын, бейімделу деңгейін, мотивациясын, тұлғалық ерекшеліктерін анықтау. / Диагностика психоэмоционального состояния, уровня адаптации, мотивации и личностных особенностей студентов.

2.2. ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ КЕҢЕС БЕРУ/ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ: Студенттерге, оқытушыларға, ата-аналарға жеке және топтық психологиялық көмек көрсету, қолдау көрсету. / Оказание индивидуальной и групповой психологической помощи студентам, преподавателям, родителям.

2.3. АҒАРТУШЫЛЫҚ-ПРОФИЛАКТИКАЛЫҚ ЖҰМЫС / ПРОСВЕТИТЕЛЬСКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Стрессті басқару, қақтығыстардың алдын алу, құндылықтық бағдарлар қалыптастыру бойынша тренингтер, акциялар, кездесулер өткізу./Проведение тренингов, акций, встреч по управлению стрессом, профилактике конфликтов и формированию ценностных установок.

2.4. ТҮЗЕТУ-ДАМУ ЖҰМЫСТАРЫ / КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА: Бірінші курс студенттері мен басқа өңірлік жастардың университетке бейімделуіне, өзін-өзі дамытуына көмектесу. Қызметкерлердің біліктілігін арттыру, психологиялық материалдарды дайындау, тәжірибе тарату. /Содействие адаптации первокурсников и иногородних студентов, поддержка их личностного роста. Повышение квалификации сотрудников, подготовка методических материалов, распространение опыта.

2.5. ӘЛЕУМЕТТІК-АҚПАРАТТЫҚ БАҒЫТ/ СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ: БАҚ пен әлеуметтік желілерде психологиялық қолдау туралы ақпарат тарату, психоагартушылық контент дайындау./ **Продвижение психологической поддержки через СМИ и соцсети, создание информационно-просветительского контента.**

2.6. ТИІМДІЛІКТІ БАҚЫЛАУ ЖӘНЕ БАҒАЛАУ/ МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ: Анонимді сауалнамалар мен кері байланыс жинау арқылы қызмет сапасын бағалау. Жыл сайынғы аналитикалық есептерді дайындау. Тренинг, кеңес, іс-шараларға қатысушылар санын және қанағаттану деңгейін талдау. Мақсатты көрсеткіштер мен индикаторлар бойынша нәтижелерді салыстыру. Қызметті жетілдіру бойынша ұсыныстар дайындау және енгізу. /Оценка качества услуг через анонимные опросы и сбор обратной связи. Подготовка ежегодных аналитических отчетов. Анализ количества участников тренингов, консультаций и уровня удовлетворенности. Сравнение результатов по целевым показателям и индикаторам. Разработка и внедрение рекомендаций по улучшению работы службы.

2.7. ҰСЫНЫСТАР/ РЕКОМЕНДАЦИИ: Психологиялық қызметтің рөлін арттыру үшін құрылымдық бөлім ретінде мәртебесін нақтылау. Психологиялық қызмет мамандарының кәсіби дамуын қолдау (семинарлар, курстар, конференциялар). Университеттің материалдық-техникалық ресурстарын жаңарту: жеке кабинет, тесттер, диагностикалық құралдармен жабдықтау./Определить статус психологической службы как структурного подразделения для повышения её значимости. Поддерживать профессиональное развитие специалистов службы (семинары, курсы, конференции). Обновить материально-техническую базу: отдельный кабинет, тесты и диагностические инструменты.

№	Аты/ Название	Мақсаты / Цель	Орындау мерзімі/ Срок выполнения	Жауапты/Ответственный
1.ПСИХОДИАГНОСТИКА				
1.	1 курс студенттерінің бейімделуін анықтау сауалнамасы/ Анкета по выявлению уровня адаптации студентов 1 курса	1 курс студенттерінің университеттік ортаға бейімделу деңгейін анықтап, қажетті психологиялық қолдау түрлерін жоспарлау/ Определить уровень адаптации студентов 1 курса к университетской среде и спланировать необходимые виды психологической поддержки.	Қазан/Октябрь Бір ай көлемінде В течение месяца	Психолог, кураторлардың өтініші бойынша /Психолог, по запросу кураторов
2.	Жоғары мектепте студенттердің көзімен "Харассмент (harassment)" анонимді сауалнама жүргізу/Проведение анонимного анкетирования «Харассмент (harassment) в высшей школе глазами студентов»	Жоғары оқу орындарында харассмент мәселесіне студенттердің қаншалықты хабардар екенін анықтау, осындай жағдайлардың таралу деңгейін, студенттердің бұл мәселеге деген көзқарасын, сондай-ақ харассмент жағдайлары туралы хабарлау және көмек сұрауға дайындығын зерттеу./Определить уровень осведомлённости студентов о проблеме харассмента в высших учебных заведениях, выявить распространённость подобных	Қараша / Ноябрь Бір ай көлемінде В течение месяца	Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки

		случаев, отношение студентов к ним, а также готовность сообщать о случаях харассмента и получать поддержку.		
3.	Студенттердің және Shakarim High School мектебі оқушыларының суицидтік, аддиктивтік мінез-құлық бейімділігін анықтау/ Определение склонности студентов и обучающихся Shakarim High School к суицидальному и аддитивному поведению.	Студенттердің суицидтік және аддиктивтік мінез-құлыққа бейімділігін ерте кезеңде анықтап, алдын алу және психологиялық көмек көрсету шараларын ұйымдастыру/ Выявление на раннем этапе склонности студентов к суицидальному и аддиктивному поведению с целью организации профилактических мероприятий и оказания психологической помощи.	Қаңтар /Январь Бір ай көлемінде В течение месяца	Психологиялық қолдау қызметі, білім алушыларға қызмет көрсету орталығы / Служба психологической поддержки, центр обслуживания обучающихся.
4.	Бітіруші курс студенттерінің кәсіби бағыттылығын зерттеу: Тест Дж. Холланда (RIASEC) / Изучение профессиональной направленности студентов выпускных курсов: Тест Дж. Холланда (RIASEC)	Мамандыққа дайындықты бағалау/ Определение профессионального типа личности и подходящих сфер деятельности.	Наурыз/ Март Бір ай көлемінде В течение месяца	Психологиялық қолдау қызметі, университет декандарының орынбасарлары, 4,5 курс оқу топтарының кураторлары / Служба психологической поддержки, заместители деканов университета, кураторы учебных групп 4,5 курса

5.	Девиантты мінез-құлыққа бейімділікті зерттеу/ Студенттер арасында девиантты мінез-құлыққа бейімділікті зерттеу	Студенттердің девиантты (қоғамдық нормаларға сай келмейтін) мінез-құлыққа бейімділік деңгейін анықтау, оған әсер ететін факторларды айқындау және студенттер арасында девианттық мінез-құлықтың алдын алу бойынша ұсыныстар әзірлеу. /Определить уровень склонности студентов к девиантному (отклоняющемуся от социальных норм) поведению, выявить факторы, влияющие на его формирование, и разработать рекомендации по профилактике девиантности в студенческой среде.	Акпан/Февраль Бір ай көлемінде/ В течение месяца	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы
6.	Топтардағы психологиялық ахуалдың мониторингі./Мониторинг психологического климата в группах.	Топтар мен факультеттерде білім алушылар мен оқытушылар арасындағы психологиялық ахуалды жүйелі түрде бақылау және бағалау арқылы оқу процесінің тиімділігін арттыру, психологиялық қолайлы орта қалыптастыру жә не туындауы мүмкін психоэмоционалдық қиындықтардың алдын алу. /Путём систематического мониторинга и оценки психологической атмосферы между обучающимися и преподавателями на факультетах и кафедрах повысить эффективность учебного процесса, создать психологически благоприятную	Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша /В течение учебного года, по обращению	Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки

		среду и предотвратить возможные психоэмоциональные трудности.		
7.	Емтихан алдындағы мазасыздық деңгейін бағалау, эмоционалды жағдайды бақылау (Спилберг-Ханин шкаласы), ЖОО таңдауға дайындықты бағалау. /Оценка уровня тревожности перед экзаменами, мониторинг эмоционального состояния (шкала Спилберга-Ханина), оценка готовности к выбору вуза.	Спилберг–Ханин шкаласын қолдану арқылы оқушылардың емтихан алдындағы мазасыздық деңгейі мен эмоционалды жағдайын анықтау, сондай-ақ жоғары оқу орнын таңдауға психологиялық дайындығы мен саналы шешім қабылдау деңгейін бағалау./Определить уровень экзаменационной тревожности и текущего эмоционального состояния обучающихся с использованием шкалы Спилбергера–Ханина, а также оценить их психологическую готовность и осознанность к выбору высшего учебного заведения.	Мамыр / Май Бір ай көлемінде/ В течение месяца	Психологиялық қызметі/ психологической поддержки қолдау Служба
2. ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ КЕҢЕС БЕРУ / ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ				
8.	«Сенім QR коды» / «QR-код доверия» Психологпен жеке консультацияға жазылу үшін QR-код — кәсіби көмекке жылдам және ыңғайлы түрде кез келген уақытта қол жеткізуге мүмкіндік береді/QR-код для записи на индивидуальную консультацию с психологом — быстрый и удобный способ	Студенттердің тұлғалық, эмоционалды және мінез-құлықтық мәселелерін шешуге бағытталған кәсіби психологиялық қолдау көрсету /Оказать профессиональную психологическую помощь студентам в решении личностных, эмоциональных и поведенческих затруднений.	Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша /В течение учебного года, по обращению Онлайн/офлайн	Психологиялық қызметі/Служба психологической поддержки қолдау

	получить профессиональную помощь в любое время.			
9.	Жеке сұраулар бойынша ЖОО-ның оқытушылық және әкімшілік құрамына психологиялық кеңес беру/Психологическое консультирование преподавательского и административного состава вуза по индивидуальным запросам.	Оқытушылар мен қызметкерлерге кәсіби күйзеліс, эмоционалдық шаршау және жеке тұлғалық қиындықтарды еңсеру бойынша психологиялық көмек көрсету/ Оказать психологическую помощь преподавателям и сотрудникам в преодолении профессионального стресса, эмоционального выгорания и личностных трудностей.	Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша /В течение учебного года, по обращению	Психологиялық қолдау қызметі/Служба психологической поддержки
10.	«Қолдау саулесі: әр студентке психолог» – 1-5 курс студенттеріне арналған кешенді психологиялық кеңес/ «Тепло поддержки: психолог для каждого студента» – комплексное психологическое консультирование студентов 1–5 курсов, так же студентов проживающих в общежитии	Студенттерге университет өміріне бейімделуге, оқу мотивациясын арттыруға, жатақхана жағдайына үйренуге, кәсіби бағыт таңдау мен тұлғалық дамуға психологиялық қолдау көрсету. / Оказать психологическую поддержку студентам в вопросах адаптации к университетской жизни, повышения учебной мотивации, освоения условий проживания в общежитии, профессионального самоопределения и личностного роста.	Қараша, Желтоқсан /Ноябрь, Декабрь Жыл бойы/ в течение года	Психологиялық қолдау қызметі./Служба психологической поддержки.
11.	«Бірлескен қолдау» – кураторлар мен ата-аналарға арналған психологиялық кеңес/ «Совместная поддержка» – психологическое консультирование кураторов и родителей студентов	Кураторлар мен ата-аналарға студенттердің оқу үдерісінде, бейімделуінде және тұлғалық дамуында тиімді өзара әрекеттестікті қалыптастыруға бағытталған	Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша (қажеттілік бойынша) /В течение учебного	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы

		психологиялық көмек көрсету/ Оказать психологическую помощь кураторам и родителям в формировании эффективного взаимодействия для поддержки студентов в процессе обучения, адаптации и личностного развития.	года, по обращению (по необходимости)	
12.	«Жан жылуы»: жетім балалар мен қамқоршыларға арналған жеке психологиялық кеңес беру/ «Тепло души»: индивидуальное психологическое консультирование детей-сирот и опекаемых	Жетім балалар мен қамқоршыларға психоэмоционалды қолдау көрсету және олардың жеке мәселелерін шешуге жәрдемдесу/ Оказать психоэмоциональную поддержку детям-сиротам и опекаемым, помочь в решении личных проблем.	Наурыз/ Март Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша/ В течение учебного года, по обращению	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы
13.	Сана сергектігі: құмар ойын тәуелділігіне қарсы психологиялық көмек/ Ясность сознания: психологическая помощь против игровой зависимости	Құмар ойындарға тәуелділік туралы психологиялық сауаттылығын арттыру, тәуекел топтарын анықтау, тәуелді мінез-құлықтың алдын алу жолдарын ұсыну және салауатты өмір салтын қалыптастыруға мотивация беру/ Повысить психологическую грамотность участников в вопросах игровой зависимости, выявить группы риска, предложить пути профилактики зависимого поведения и мотивировать на формирование здорового образа жизни.	Қараша, Желтоқсан /Ноябрь, Декабрь Жыл бойы/ в течение года	Психологиялық қолдау қызметі, /Служба психологической поддержки.

14.	Шетелдік және басқа өңірлік студенттерге университетке бейімделу үшін әлеуметтік-психологиялық қолдау көрсету/ Оказание социально-психологической поддержки иностранным и иногородним студентам для адаптации к университету.	Басқа қаладан немесе елден келген студенттердің университет ортасына және жергілікті мәдениетке бейімделуін жеңілдету/ Облегчение адаптации студентов, прибывших из других городов или стран, к университетской среде и местной культуре.	Желтоқсан/ Декабрь Жыл бойы/ в течение года	Психологиялық қолдау қызметі университет деканы орынбасарлары, 1 курс оқу топтары кураторлары/ Служба психологической поддержки, заместители деканов университета, кураторы учебных групп 1 курса
15.	Shakarim High School оқушыларына әлеуметтік-психологиялық қолдау көрсету/ оказание социально- психологической помощи ученикам Shakarim High School.	Мектеп оқушыларына психологиялық кеңес беру арқылы олардың эмоционалдық жағдайын тұрақтандыру, мазасыздық деңгейін төмендету, өзін-өзі тануын дамыту және оқу мен болашақ кәсіби таңдауға байланысты қиындықтарды жеңуге көмектесу./Оказание психологического консультирования школьникам с целью стабилизации их эмоционального состояния, снижения уровня тревожности, развития самопонимания и помощи в преодолении учебных и личностных трудностей, связанных с выбором будущей профессии.	Жыл бойы/ в течение года	Психологиялық қолдау қызметі,/Служба психологической поддержки.

3. АҒАРТУШЫЛЫҚ-ПРОФИЛАКТИКАЛЫҚ ЖҰМЫС / ПРОСВЕТИТЕЛЬСКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

16.	<p>Психологиялық қолдау орталығының презентациясы: «Университеттегі алғашқы қадамдар: стресс, қолдау және ресурстар»/ Презентация психологической службы на встречах со студентами «Первые шаги в вузе: стресс, поддержка и ресурсы».</p>	<p>Знакомство с психологической службой. Снижение уровня тревожности у первокурсников, развить осознанное отношение к учебному и социальному стрессу, сформировать представление о доступных ресурсах помощи и способах адаптации в университете./Психологиялық орталықпен таныстыру. Бірінші курс студенттерінің мазасыздық деңгейін төмендету, оқу және әлеуметтік стресс жағдайларына саналы көзқарасты дамыту, университеттегі қолжетімді көмек көздері мен бейімделу жолдары туралы түсінік қалыптастыру.</p>	<p>Қыркүйек /Қазан Сентябрь/Октябрь</p>	<p>Служба психологической поддержки, центр обслуживания обучающихся/ Психологиялық қолдау қызметі, білім алушыларға қызмет көрсету орталығы.</p>
-----	---	--	---	--

17.	<p>«Менталдық аялдамалар: эмоционалдық саулыққа апарар жол» 10 қазан — Дүниежүзілік психикалық денсаулық күніне орай өткізілетін іс-шара./ «Ментальные остановки: путь к эмоциональному здоровью».</p> <p>Мероприятие, приуроченное ко Всемирному дню психического здоровья — 10 октября</p>	<p>Студенттер мен оқытушылардың менталдық саулығына саналы түрде көңіл бөлуіне жағдай жасау. Қарапайым әрі қолжетімді психологиялық практикалар арқылы күйзелісті азайтуға, эмоционалдық тұрақтылықты арттыруға және күнделікті өмірде өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға ықпал ету./ Создание условий для осознанной заботы о ментальном здоровье студентов и преподавателей через доступные психологические практики, направленные на снижение стресса, повышение эмоциональной устойчивости и развитие навыков саморегуляции в повседневной жизни.</p>	Қазан / Октябрь 2апта/ 2 неделя	Служба психологической поддержки/ Психологиялық қолдау қызметі,
18.	<p>«Болашақ педагогтың бренді — Мен», соңғы курс студенттеріне арналған тренинг/«Бренд будущего педагога — Я», тренинг для обучающихся выпускных курсов</p>	<p>Студенттердің кәсіби және жеке өзін таныстыру (самопрезентация) дағдыларын қалыптастыру, олардың өз қабілеттері мен жетістіктерін сенімді және тиімді көрсетуге, сондай-ақ еңбек нарығында бәсекеге қабілетті маман ретінде өзін ұсынуға дайын болуына жағдай жасау./ Развивать у студентов навыки профессиональной и личностной самопрезентации, готовить их к уверенной и эффективной демонстрации своих способностей и достижений, представлению себя в</p>	Қазан / Октябрь 3,4апта/3, 4 неделя	Служба психологической поддержки/ Психологиялық қолдау қызметі.

		качестве конкурентоспособных специалистов на рынке труда.		
19.	«7 күн ресурста» Instagram-челленджі. Депрессия мен күйзелістің алдын алу апталығы / Instagram-челлендж «7 дней в ресурсе» Неделя профилактики депрессии и эмоционального выгорания.	Білім алушылар мен қызметкерлер арасында психикалық денсаулықты сақтау, депрессия мен эмоционалдық күйзелістің алдын алу, психологиялық көмек алу мәдениетін қалыптастыру/ Сохранение психического здоровья среди обучающихся и сотрудников, профилактика депрессии и эмоционального выгорания, формирование культуры обращения за психологической помощью.	Қараша / Ноябрь	
20.	«Болашаққа қадам: мамандықты саналы таңдау»/ «Шаг в будущее: осознанный выбор профессии»	Shakarim High School сынып оқушыларына өз болашағын саналы түрде жоспарлауға, кәсіби бағдарын анықтауға және жеке қызығушылықтары мен қабілеттеріне сай мамандық таңдауға мүмкіндік жасау, олардың табысты кәсіби өзін-өзі жүзеге асыруына жағдай жасау./Помочь учащимся Shakarim High School осознанно подойти к выбору будущей профессии, выявить личные интересы, способности и ценности, способствующие успешной профессиональной самореализации.	Қараша / Ноябрь 1,2 апта/ 1,2 неделя Жыл бойы/ в течение года	Психологиялық қолдау қызметі/Служба психологической поддержки

21.	«XXI ғасырдың тәуелділіктері: темекі, алкоголь, есірткі және ойынқұмарлық туралы шындық. Таңдау – сенің қолыңда!» /«Зависимости XXI века: правда о курении, алкоголе, наркотиках и лудомании. Выбор за тобой!»	Студенттердің зиянды әдеттерге (темекі шегу, ішімдік ішу, есірткі қолдану, ойынқұмарлық) қарсы саналы көзқарасын қалыптастыру, психоактивті заттар мен мінез-құлық тәуелділіктерінің зияны туралы білімдерін кеңейту, салауатты өмір салтына ұмтылуға және жеке жауапкершілікке тәрбиелеу./ Формировать у студентов осознанное и критическое отношение к различным видам зависимостей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, а также игровая зависимость — лудомания), расширить их знания о последствиях психоактивных веществ и поведенческих зависимостей, способствовать развитию навыков отказа и личной ответственности за выбор здорового и безопасного образа жизни.	Қараша / Ноябрь 3,4 апта/ 3,4 неделя	Психологиялық қолдау қызметі, Семей қаласының «Салауат» жастар денсаулық орталығымен/ Служба психологической поддержки, центр здоровья "Салауат" Жастарды әлеуметтік қолдау және дамыту орталығы/ Центр социальной поддержки и развития молодежи
-----	--	---	---	---

22.	<p>Stories box: «Психологқа сұрақ қой» Жауаптар — Reels немесе стористе жарияланады/ Stories box: «Задай вопрос психологу» Ответы — в Reels или сторис</p>	<p>Студенттердің психологиялық қолдауға деген сенімін арттыру, маңызды сұрақтарға кәсіби жауап алу мүмкіндігін ұсыну және психологиялық мәдениетті дамыту./ Повысить доверие студентов к психологической помощи, предоставить возможность получить профессиональные ответы на важные вопросы и развивать культуру обращения за поддержкой.</p>	<p>Ай сайын /Ежемесячно</p>	<p>Служба психологической поддержки/ Психологиялық қолдау қызметі</p>
23.	<p>«Жүректен – жүрекке»: 5 желтоқсан – Халықаралық волонтерлар күніне арналған кездесу (Волонтерлар мен оқытушылардың мотивациялық сөз сөйлеулері./«От сердца к сердцу»: встреча, посвящённая 5 декабря – Международному дню волонтера</p>	<p>Волонтерлік қызметтің әлеуметтік маңызын түсіндіру, жастар арасында мейірімділік пен әлеуметтік жауапкершілік құндылықтарын насихаттау/ Объяснить социальную значимость волонтерской деятельности, продвигать ценности доброты и социальной ответственности среди молодёжи.</p>	<p>Желтоқсан/ Декабрь 1 апта/1 неделя</p>	<p>Психологиялық қолдау қызметі, еріктілер, кураторлар/ Служба психологической поддержки, волонтеры, кураторы</p>
24.	<p>Ресурсты педагог: стресті жеңу жолдары / Ресурсный педагог: пути преодоления стресса.</p>	<p>Жас педагогтердің кәсіби стресс пен эмоционалдық күйзелістің себептері туралы түсінігін қалыптастыру. Педагогикалық қызмет барысында стрессті басқару және өзін-өзі реттеудің тиімді жолдарымен таныстыру. Эмоционалдық тұрақтылық пен кәсіби төзімділік дағдыларын дамыту.</p>	<p>Желтоқсан/ Декабрь 2 апта/2 неделя Қаңтар / Январь 1 апта/1 неделя (Shakarim High School оқытушыларына)</p>	<p>Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки</p>

		<p>Жас педагогтердің ішкі ресурстарына сенімін арттырып, қиын жағдайларды жеңе білу қабілетін қалыптастыру.</p> <p>Педагогтің психологиялық денсаулығын сақтауға бағытталған мәдениетті дамыту./ Сформировать у молодых педагогов понимание причин профессионального стресса и эмоционального выгорания. Познакомить с эффективными способами саморегуляции и управления стрессом в педагогической деятельности. Развить навыки сохранения эмоционального баланса и профессиональной устойчивости. Повысить уверенность молодых педагогов в собственных ресурсах и возможностях преодоления трудных ситуаций. Способствовать формированию культуры заботы о психологическом здоровье педагога.</p>		
25. 26.	«Психологиялық қолдау қызметінің I жартыжылдық қорытынды есебі»/ «Итоговый отчёт психологической службы за I полугодие»	<p>Психологиялық қызметтің алғашқы жартыжылдықта атқарған жұмысын сараптап, жүргізілген іс-шаралар, қамтылған мақсатты топтар және қол жеткізілген нәтижелер бойынша талдау жасау/ Проанализировать работу психологической службы за первое</p>	Қаңтар / Январь 2 апта / 2 неделя	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы

		полугодие, обобщить проведённые мероприятия, охваченные целевые группы и достигнутые результаты.		
20	«Жарыққа қарай қадам бас!» – оқу мотивациясын арттыру және мақсатқа жету тренингі./«Шаг к свету!» – тренинг по повышению учебной мотивации и достижению целей.	Студенттердің оқу мотивациясын арттыру, өз мақсатына жетуге деген сенімді нығайту және мақсатты жоспарлау дағдыларын дамыту./Повысить учебную мотивацию студентов, укрепить уверенность в достижении своих целей и развить навыки целеполагания.	Ақпан / Февраль 2 апта/ 2 неделя	Психологиялық қолдау қызметі/Служба психологической поддержки
	«Өмірдің құндылығы және қиын эмоциялармен күресу жолдары» (Суицидтік мінез-құлықтың алдын алу) / «Ценность жизни и способы справиться с трудными эмоциями» (профилактика суицидальных наклонностей)	Shakarim High School оқушыларға өмірдің құндылығын түсіндіру, қиын эмоцияларды тану және олармен қауіпсіз түрде күресу дағдыларын қалыптастыру, эмоционалдық тұрақтылықты арттыру және көмек сұраудың маңызын ұғындыру./Сформировать у школьников Shakarim High School понимание ценности жизни, развить навыки распознавания и безопасного преодоления трудных эмоций, повысить эмоциональную устойчивость и осознание важности обращения за поддержкой в сложных ситуациях.	Ақпан / Февраль В течении месяца	Психологиялық қолдау қызметі/Служба психологической поддержки
	«Буллингке жол жоқ: қауіпсіз мектеп»/ «Стоп буллинг: школа без насилия»	Оқушыларға буллинг мәселесінің мәнін түсіндіру, өзара құрмет пен бір-біріне қолдау көрсету дағдыларын қалыптастыру./ Формирование у	Наурыз/ Март	Психологиялық қолдау қызметі/Служба психологической поддержки

		учащихся понимания проблемы буллинга, развитие уважительного общения и навыков поддержки друг друга.		
21	«Әртүрлі әлем — тең әлем»– 2 сәуір: Аутизм туралы ақпаратты таратудың дүниежүзілік күніне арналған ақпараттық сағат./«Мир разного — мир равных» – информационный час, посвященный Всемирному дню распространения информации об аутизме (2 апреля)	Аутизм туралы қоғамда дұрыс түсінік қалыптастыру, аутистік спектр бұзылыстары бар адамдарға деген қабылдауды, құрмет пен қолдауды насихаттау/ Формировать правильное представление об аутизме, продвигать идеи принятия, уважения и поддержки людей с расстройствами аутистического спектра.	Сәуір / Апрель 1, 2 апта /1, 2 неделя	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы
22	«Темексіз өмір – таңдауымыз!» – Халықаралық темекісіз күнге арналған акция/ «Жизнь без табака – наш выбор!» – акция, приуроченная к Международному дню без табака	Темекі шегудің зияны туралы ақпарат беру арқылы салауатты өмір салтын насихаттау және жастардың зиянды әдеттерден бас тартуына мотивация беру/Пропагандировать здоровый образ жизни и мотивировать молодёжь отказаться от вредных привычек через информирование о вреде курения.	Мамыр / Май 2 апта/ 2 неделя (Shakarim High School) 4 апта/ 4 неделя	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы
23	«Жол көрсетуші белгілер»: оқудағы, дамудағы, қарым-қатынастағы және әлеуметтік бейімделудегі ауытқуларды анықтау/ «Сигналы особых состояний»: выявление	Білім алушыларда байқалатын мінез-құлқ, оқу жетістіктері мен әлеуметтік қарым-қатынастағы ауытқулардың ерекшеліктері мен ықтимал себептерін анықтап, дер кезінде психологиялық қолдау	Қажет болған жағдайда, оқу жылы ішінде/ По необходимости, в течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы

	отклонений в обучении, развитии, общении и социальной адаптации.	көрсету/ Выявить особенности и возможные причины отклонений в поведении, учебной деятельности и социальной адаптации обучающихся, с целью своевременного оказания психологической поддержки.		
24	«Ашық кеңістік: психологиялық қолдау туралы БАҚ арқылы» / «Открытое пространство: о психологической поддержке через региональные СМИ»	Университеттің Психологиялық қолдау қызметі көрсететін білім мен көмекті өңірлік бұқаралық ақпарат құралдары арқылы таныстырып, психологиялық сауаттылық пен қолжетімді көмек туралы қоғамда түсінік қалыптастыру/ Продвигать знания и услуги Психологической службы университета через региональные СМИ, формируя общественное понимание важности психологической грамотности и доступной помощи.	Жыл бойы / В течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі, стратегия және әлеуметтік даму жөніндегі проректор./ Служба психологической поддержки, проректор по стратегии и социальному развитию
25	«Цифрлық кеңес алаңы» – университет сайтындағы консультациялық және психопрофилактикалық жұмыс / «Цифровая площадка поддержки» – консультационная и психопрофилактическая работа на информационных ресурсах университета	Университеттің ресми сайтында және өзге де ақпараттық ресурстарында студенттер мен қызметкерлерге психологиялық қолдау көрсету, кеңес беру және психопрофилактикалық материалдармен қамтамасыз ету/ Обеспечить психологическую поддержку, консультирование и доступ к психопрофилактическим материалам для студентов и	Жыл бойы / В течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі, стратегия және әлеуметтік даму жөніндегі проректор / Служба психологической поддержки, проректор по стратегии и социальному развитию

		сотрудников через официальный сайт и другие информационные ресурсы университета.		
26	Кәсіби құзыреттілікті жетілдіру/ Совершенствование профессиональной компетентности	Психологиялық қолдау қызметі мамандарының кәсіби білімін, тәжірибесін және дағдыларын жүйелі түрде жетілдіру арқылы көрсетілетін көмектің сапасын арттыру/ Повышение качества оказываемой помощи путём систематического развития профессиональных знаний, опыта и навыков специалистов службы психологической поддержки.	Жыл бойы / В течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі, стратегия және әлеуметтік даму жөніндегі проректор./ Служба психологической поддержки, проректор по стратегии и социальному развитию
4.ТҮЗЕТУ-ДАМУ ТҰЖЫМАРЫ / КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА				
27	Кәсіби кеңес беру/ Карьерная консультация (индивидуальная или групповая)	Жас мамандарға кәсіби дамуды саналы түрде жоспарлауға көмектесу; Күшті жақтарын, құндылықтарын және мансаптағы басымдықтарын анықтау./Помочь молодым специалистам и преподавателям осознанно спланировать профессиональное развитие; Определить сильные	Наурыз/ Март	Психологиялық қолдау қызметі, психология кафедрасы Служба психологической поддержки, кафедра психологии

		стороны, ценности и карьерные приоритеты;		
28	Жетім балалармен және қамқоршылармен жеке жұмыс (тренинг, түзету). /Индивидуальная работа с детьми-сиротами и опекаемыми (тренинг, коррекция).	Эмоционалдық тұрақтылықты қалыптастыру, өзін-өзі бағалауды нығайту және әлеуметтік бейімделу дағдыларын дамыту арқылы жетім балалар мен қамқоршыларға психологиялық қолдау көрсету/ Оказать психологическую поддержку детям-сиротам и опекаемым через развитие эмоциональной устойчивости, укрепление самооценки и формирование навыков социальной адаптации.	Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша (қажеттілік бойынша) /В течение учебного года, по обращению (по необходимости)	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы
29	Кураторларға арналған «Емтихан стрессінің алдын алу» психопедагогикалық нұсқаулықты әзірлеу/ Разработка психолого-педагогических рекомендаций для кураторов по профилактике экзаменационного стресса	Емтихан алдындағы кезеңде білім алушылардың күйзелісін азайту, эмоционалдық тұрақтылықты сақтау және академиялық табыстылықты қолдау мақсатында кураторларға арналған психологиялық ұсыныстар жүйесін дайындау/ Разработка системы психологических рекомендаций для кураторов с целью снижения уровня стресса у обучающихся перед экзаменами, сохранения эмоциональной устойчивости и поддержки академической успешности.	Қараша, Ноябрь Сәуір / Апрель Запта / 3 неделя	Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы

30	<p>Университетте ерекше білім беру қажеттіліктері бар студенттермен коррекциялық-дамыту жұмысы/Коррекционно-развивающая работа со студентами с особыми образовательными потребностями в университете.</p>	<p>ЕБҚ бар студенттерге оқуға және әлеуметтік бейімделуге қолайлы жағдай жасау;Танымдық, эмоционалдық және коммуникативтік дағдыларды дамыту мен түзету;Студенттердің өзіндік қабілеттілігін және сенімділігін арттыру; Өзін-өзі реттеу және күйзеліске төзімділік дағдыларын қалыптастыру./Создание комфортных условий для обучения и социальной адаптации студентов с ООП; Коррекция и поддержка развития когнитивных, эмоциональных и коммуникативных навыков; Повышение уровня самостоятельности и уверенности студентов; Формирование навыков саморегуляции и стрессоустойчивости.</p>	<p>Мамыр/Май 3,4 апта /3,4 неделя</p>	<p>Психологиялық қолдау қызметі, Кафедра педагогика и психологии</p>
31	<p>Кураторлар мен оқытушыларға арналған тақырыптық семинарлар мен психологиялық шеберлік сыныптары/ Тематические семинары и психологические мастер-классы для кураторов и преподавателей</p>	<p>Кураторлар мен оқытушылардың кәсіби-психологиялық құзыреттілігін арттыру, білім алушылармен тиімді қарым-қатынас орнату және стресстік жағдайларды басқару дағдыларын дамыту/ Повышение профессионально-психологической компетентности кураторов и преподавателей, развитие навыков эффективного взаимодействия с обучающимися и</p>	<p>Қаңтар / Январь 3.4 апта өтініш бойынша 3,4 неделя по обращению</p>	<p>Психологиялық қолдау қызметі, кураторлар/ Служба психологической поддержки, кураторы</p>

		управления стрессовыми ситуациями.		
32	Арт-терапиялық практикум: Картадан суретке: ішкі дүниені визуализациялау» / Арт-терапевтический практикум: «От карты к картине: визуализация внутреннего мира»	Қатысушыларға МАК (метафоралық ассоциациялық карталар) арқылы ішкі сезімдері мен ойларын бейнелеу арқылы түсінуге және визуалды түрде білдіруге көмектесу, жеке ішкі диалогтың жасырын мағыналарын ашу және шығармашылық өзін-өзі көрсету қабілетін дамыту./Помочь участникам через работу с МАК (метафорическими ассоциативными картами) осознать и выразить свои внутренние переживания и мысли в визуальной форме, раскрыть скрытые смыслы личного внутреннего диалога и развить творческое самовыражение.	Мамыр / Май по обращению	Психологиялық қолдау қызметі, Служба психологической поддержки
33	Университеттегі даулы жағдайларды психологиялық талдау және шешу жолдарын әзірлеу/ Психологический анализ конфликтных ситуаций в университете и разработка путей их разрешения	Тұлғааралық, академиялық және ұйымдастырушылық деңгейлердегі проблемалық жағдайларды анықтап, олардың психологиялық себептерін талдау және оларды шешуге бағытталған тиімді тәсілдерді ұсыну/ Выявление конфликтных ситуаций на межличностном, академическом и организационном уровнях, анализ их психологических причин и предложение эффективных путей разрешения.	Оқу жылы ішінде, өтініш бойынша/ В течение учебного года, по обращению	Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки

34	<p>Психологиялық-педагогикалық құзыреттілікті арттыру мақсатында үйлестіру кеңестеріне қатысу/ Участие в координационных советах с целью повышения психолого-педагогической компетентности</p>	<p>Психологиялық білімді насихаттау нысандары мен әдістерін қолдана отырып, оқытушылардың, білім алушылардың және олардың ата-аналарының психологиялық-педагогикалық құзыреттілігін арттыруға ықпал ету/ Содействие повышению психолого-педагогической компетентности преподавателей, обучающихся и их родителей с использованием различных форм и методов популяризации психологических знаний.</p>	<p>Жыл бойы /В течение учебного года</p>	<p>Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки</p>
35	<p>Құмар ойынға тәуелділікпен күреске арналған психологиялық қолдау бағдарламасы/ Программа психологической поддержки по борьбе с игровой зависимостью</p>	<p>Білім алушылар арасында лудоманияның (құмар ойынға тәуелділіктің) алдын алу, тәуекел топтарын анықтау және психологиялық көмек көрсету арқылы тәуелді мінез-құлықтың дамуына жол бермеу/ Профилактика лудомании среди обучающихся, выявление групп риска и оказание психологической помощи с целью предотвращения формирования зависимого поведения.</p>	<p>Июль/ Маусым Жыл бойы / В течение учебного года</p>	<p>Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки Жастарды әлеуметтік қолдау және дамыту орталығы/ Центр социальной поддержки и развития молодежи</p>

5. ӘЛЕУМЕТТІК-АҚПАРАТТЫҚ БАҒЫТ/ СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

36	«Active Campus» салауатты өмір салтын насихаттауға бағытталған бірлескен акциялар/ «Active Campus» Совместные акции, направленные на продвижение здорового образа жизни	Білім алушылар және қызметкерлердің физикалық және психологиялық саулығын нығайту, салауатты өмір салтын ұстануға мотивация беру және зиянды әдеттердің алдын алу бойынша жастар орталығымен тиімді серіктестік орнату/ Укрепление физического и психологического благополучия обучающихся и сотрудников, мотивация к ведению здорового образа жизни и профилактика вредных привычек через эффективное сотрудничество с молодежным центром.	Жыл бойы /В течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки
37	Университет сайтында психоақпараттық блог жүргізу/ Ведение психоинформационного блога на сайте университета	Университет қоғамдастығының психологиялық сауаттылығын арттыру, өзекті психоэмоционалдық мәселелер бойынша профилактикалық және ағартушылық контент ұсыну арқылы білім алушылар мен қызметкерлерге қолжетімді психологиялық қолдау көрсету/Повышение психологической грамотности университетского сообщества и оказание доступной психологической поддержки обучающимся и	Жыл бойы/ В течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі/ Служба психологической поддержки

		сотрудникам через профилактический и просветительский контент по актуальным психоэмоциональным вопросам.		
38	БАҚ пен әлеуметтік желіде психологиялық қолдау қызметін ақпараттық ілгерілету/ Информационное продвижение службы психологической поддержки в СМИ и социальных сетях	Университеттегі психологиялық қызметтің қолжетімділігі, бағыттары мен маңыздылығы туралы хабардарлықты арттыру, білім алушылар мен қызметкерлердің психологиялық көмекке жүгіну мәдениетін қалыптастыру/ Повышение осведомленности о доступности, направлениях и значимости психологической службы университета, формирование культуры обращения за психологической помощью среди обучающихся и сотрудников.	Жыл бойы /в течение учебного года	Психологиялық қолдау қызметі/ психологической поддержки Служба

Психологиялық қолдау қызметі жетекшісі:
Руководитель службы психологической поддержки:

Нурмухамбетова К.М.

