

## **Неделя психологии**

**17 ноября – 24 ноября**

<b>День и время</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Анонс</b>	<b>Ведущий</b>
<b>13 ноября</b>				
13 ноября 19.10-20.30	ЗП 211	Мастер – класс «Создание коллективной сказки в психодиагностике»	<p>Через групповую работу по созданию сказки будут показаны широкие возможности применения сказки в диагностической, консультативной, воспитательной работе с детьми и взрослыми.</p> <p>Создание сказки является удивительным инструментом, позволяющим через метафоры исследовать неосознаваемые аспекты личности. Однако, помимо этого, сказка развивает креативное мышление, навыки командной работы, мотивирует на групповую деятельность, снижает напряжение в группе, развивает рефлексивность каждого участника процесса.</p>	Трофимова Евгения Михайловна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии ММУ
<b>18 -21 ноября</b>				
Ежедневно С 18 по 21 ноября	244 аудитория	Психологическая консультация	Студенты старших курсов ММУ готовы помочь вам разобраться с различными вопросами — учебными, личностными, межличностными или эмоциональными. Это отличная возможность получить психологическую поддержку и помочь молодых специалистов. Запишитесь заранее, чтобы получить индивидуальную консультацию в удобное для вас время. Помните, что помощь всегда рядом!	Студенты 4 курса, обучающиеся по направлению «Психология»
<b>17 ноября</b>				
11.50-12.30	Атриум	Открытие	Старт недели психологии	Полозова Татьяна Петровна, зав. кафедрой психологии ММУ, кандидат психологических наук, доцент. Танцевальная группа
11.50-12.30 и 13.50-14.20	Атриум	Психологический квест: уверененный взгляд вперёд!	Это событие – идеальная возможность для всех, кто интересуется психологией и хочет узнать больше о тонкостях человеческого разума.	Шарова Ольга Львовна, кандидат социологических наук, доцент кафедры психологии ММУ,

			<p>Проходите через различные станции и выполняйте задачи, которые помогут вам лучше понять, как работает человеческий мозг.</p> <p>На каждой станции вас ждут интересные факты, интерактивные задания, которые развивают навыки понимания себя и других!</p> <p>Соберите свою команду из друзей или присоединяйтесь к другим участникам.</p>	студенты, обучающиеся по направлению «Психология»
12.30-13.50	538 аудитория	Открытая лекция на тему «Психология: что современная наука знает о нашей психике»	<p>За последние десятилетия психология совершила мощный поворот от умозрительных теорий к строгой, доказательной науке. Интегрируя данные биологии, генетики и психологии мы с каждым годом все больше понимаем о психике и ее процессах. Но что именно мы узнали? И как эти знания могут изменить нашу жизнь уже сегодня?</p> <p>Приглашаем на лекцию, где вы узнаете о том, как устроена ваша психика, и сможете по-новому взглянуть на свое поведение, мысли и чувства.</p>	Поляков Александр Сергеевич, кандидат психологических наук, доцент РАО, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог
13.50-12.30	Атриум	Проективный тест «Нарисуй своё здоровье» Тест «Сколько лет я проживу	<p>Студенческая жизнь насыщена множеством интересных событий. Для того, чтобы всё успеть, необходимо обладать крепким здоровьем - психическим, физическим и социальным. Но в ежедневной суете мы забываем о своём здоровье и думаем, что такими бодрыми и сильными будем всегда. Однако это не всегда получается.</p> <p>Предлагаемые методики помогут вам сформировать мотивацию и психологический настрой на сохранение и укрепление собственного здоровья - залога хорошего настроения, карьерного роста и долгой счастливой жизни.</p>	Потапова Ольга Николаевна, доктор социологических наук, профессор кафедры психологии ММУ, врач
14.20-15.40	618 аудитория	Мастер-класс по Песочной терапии	<p>Мастер-класс посвящен методу психоаналитической диагностики с использованием песочницы. Этот метод основан на глубинной психологии и психоанализе и позволяет исследовать бессознательные процессы, внутренние конфликты и эмоциональные состояния участников.</p> <p>Преимущества психоаналитической песочницы в том, что работа с песком и фигурками позволяет безопасно выражать эмоции и исследовать сложные темы.</p>	Герасимова Наталья Алексеевна, ведущий клинический психолог, заместитель директора по клинической работе в психологическом центре «Сознание»

			Мастер-класс будет полезен всем, кто интересуется самопознанием – для получения нового взгляда на свои внутренние процессы и решения.	
16.10-17.30	532 аудитория	Открытая лекция «Профилактика насилия на стадии свиданий»	<p>В ходе лекции вы узнаете о признаках опасных ситуаций, психологических и физических аспектах, способах защиты и поддержки для себя и близких, а также о том, как построить здоровые и безопасные отношения.</p> <p>Лекция будет полезна всем, кто хочет повысить свою осведомленность и подготовленность в этой сфере.</p>	Даренских Светлана Сергеевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог.
17.40-19.00	534 аудитория	Мини-тренинг «Креативность – как мыслить шире и находить нестандартные решения»	<p>Креативность – это про умение искать новые пути, когда привычные уже не работают.</p> <p>На мини-тренинге вы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• знаете, что мешает нашему мышлению быть гибким;</li> <li>• попробуете техники, которые помогают развивать креативность каждый день;</li> <li>• научитесь превращать даже ошибки в источник идей;</li> <li>• получите заряд вдохновения и уверенности в своих возможностях.</li> </ul> <p>Это интерактивное пространство, где вы будете думать, играть, пробовать и удивляться своим результатам.</p>	Фатулаева Нармин Новрузовна, выпускница ММУ, сертифицированный мастер КСТ, практикующий психолог, Шевченко Мария Андреевна - выпускница ММУ, практикующий психолог в интегративном подходе,
<b>18 ноября</b>				
11.50-12.30	Атриум	Проективный тест	Вы сможете познакомиться с собой и своими внутренними установками через занимательные психологические задания и тесты, которые помогут лучше понять свои эмоции и реакции	Даренских С.С., кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог, студенты, обучающиеся по направлению «Психология»
11.50-12.30	Атриум	Послание из будущего (ресурс)	Вы сможете создать свое личное сообщение для себя из будущего – это увлекательное упражнение поможет найти внутренние ресурсы, укрепить мотивацию и определить цели	Даренских С.С., кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог, студенты, обучающиеся по направлению «Психология»
11.50-12.30	Атриум	Раздатка «Книги на разные случаи жизни»	Вы получите подборку книг, которые помогут вам разобраться в личных и межличностных вопросах, стать более уверенными и гармоничными	Даренских С.С., кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог,

				студенты, обучающиеся по направлению «Психология»
11.50-12.30	Атриум	Упражнение «Калоши счастья»	Метафора «калоши счастья» пришла из сказки Андерсена – это волшебные калоши, которые позволяли их владельцу увидеть любую ситуацию в положительном свете. На занятии вы сможете примерить на себя эти «калоши» и на примере сложных, неприятных или обыденных жизненных ситуаций научиться «переобуваться»	Абдуллина Галия Султановна, руководитель психологической службы ММУ
15.40-16.10	Атриум	Психологический квест «Лаборатория психики»	Ваш мозг обманывает вас. Готовы это проверить? Здесь вы станете участником настоящих экспериментов. - Слепота невнимания: Увидите ли вы гориллу, которая проходит перед вами? - Иллюзия выбора: Почему вы сделали тот самый выбор и как ваш мозг это оправдает? - Эффект прайминга: Узнаете, как вашим решением управляют скрытые сигналы. И еще несколько удивительных открытий о работе мозга!	Сакаева Анастасия Влалимировна кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии ММУ, Основатель Международной школы иностранных языков и интеграции «Языковед-И», студенты, обучающиеся по направлению «Психология»
16.10-18.00	МАЗ	Семинар «Страх или интерес?»	«Страх или интерес?» Миром правит страх! И, немного интерес. Это определяется двумя видами мотивации. - Мотивация «от» - страх - Мотивация «к» - интерес На семинаре вы узнаете: - Что такое эмоция - Какая взаимосвязь между страхом, гневом, печалью и радостью - Как страх становится интересом - Какое влияние на организм оказывают проживаемые нами эмоции - Как осознанно управлять своими и чужими эмоциями - Как эффективно прогнозировать поведение людей в различных жизненных ситуациях	Спикер Михаил Жуков, психолог-профайлер, эксперт Cube Profiling Technologies, разработчик авторской методики определения и развития индивидуальных психологических особенностей и адаптивных резервов человека на базе MMA-личности и системы HMechanics, спикер Агентства Стратегических Инициатив, официальный спикер проекта правительства Москвы МВМ. RU, Академии Социального Управления АСОУ,

				лектор Российского общества «Знание»
<b>19 ноября</b>				
10.30 – 12.30	434 аудитория	Киноклуб, просмотр и психологический анализ фильма «Цирк «Бабочка»»	Приглашаем вас на особую встречу киноклуба, где вас ждет совместный просмотр фильма «Цирк "Бабочка"», психологический разбор фильма с экспертом, открытая дискуссия, где каждый сможет поделиться своими чувствами и инсайтами, задать вопросы.	Казакова Лариса Петровна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ММУ
12.30-13.50 и 14.20-16.10	ЗП 313 аудитория	Работа с метафорическими картами	В рамках встречи будет создана терапевтическая группа, где, в безопасной комфортной среде, будут обсуждаться волнующие темы, с использованием метафорических карт и рассматриваться несколько вариантов их использования, в том числе и для самопомощи.	Коршунова Ольга Викторовна, старший преподаватель кафедры психологии ММУ, консультативный психолог, психодиагност
14.20-15.40	104 аудитория	Психодиагностические сессии «Диагностика по модели большой пятерки: расшифровка вашего психологического портрета»	<p>Предлагаем вам пройти психологическое тестирование по модели «Большая пятерка» - это самая признанная в мировой науке модель личности.</p> <p>Она описывает вашу индивидуальность по 5 универсальным факторам: открытость опыта, добросовестность, экстраверсия, доброжелательность и нейротизм.</p> <p>Что вы узнаете:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в каких сферах деятельности люди с вашим набором качеств чувствуют себя наиболее успешно и реализованно;</li> <li>- какие роли и задачи будут даваться вам легче и приносить больше удовлетворения;</li> <li>- увидите, как ваши особенности проявляются в работе, общении и в стрессе.</li> </ul> <p>По желанию сможете пройти еще один тест для понимания, что вас мотивирует в большей степени, согласно теории самодетерминации.</p>	Поляков Александр Сергеевич, кандидат психологических наук, доцент РАО, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог, студенты, обучающиеся по направлению «Психология»
15.50-17.40	534 аудитория	Лекция с практикумом «Ранняя психологическая травма и возможности терапии»	<p>Мы приглашаем вас на встречу с автором метода «Добавливание»</p> <p>Что будет на встрече:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Понятно и структурно разберем, как формируется травма и как она «звучит» в симптомах взрослого человека.</li> </ul>	Виктория Аверкиева клинический психолог, преподаватель психологии, действительный член ОППЛ, автор метода работы с ранней

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Узнаете конкретные признаки, по которым можно заподозрить раннюю травму у вашего клиента. Поймёте, как работать с тем, что лежит глубже слов.</li> <li>- Освоите и попробуете на себе методы, которые помогают успокоить нервную систему и вернуть опору.</li> </ul>	травмой «Добавливание», писательница
<b>20 ноября</b>				
10.30-11.50	532 аудитория	Мастер-класс «Арт-терапия как творческий метод самоподдержки в стрессовой ситуации»	<p>Вы когда-нибудь рисовали кофе?</p> <p>На встрече вы узнаете, что этот бодрящий эликсир может стать инструментом для творчества и терапии. Аромат любимого напитка создает уютную атмосферу, пробуждает фантазию и вдохновляет на приятные образы!</p>	Цандыкова Г.Р., педагог-психолог, психолог МИСИС
12.30-13.50	219 аудитория	Семинар практикум «Болезнь не приговор: психосоматологический разбор случая»	<p>Приглашаем вас на семинар-практикум, посвященный одному из самых популярных направлений в современной медицине и психологии.</p> <p>На встрече вы узнаете:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Почему мы болеем?</li> <li>- Как по характеру болезни понять, что происходит в семейной системе.</li> <li>- Как улучшить здоровье?</li> </ul> <p>А также разберем психосоматические кейсы участников семинара, предложим скоропомощные техники в работе с психосоматикой</p>	Смирнова Анастасия Гавриловна, психолог, специалист по психосоматике
14.20-15.40	309 аудитория	Балинтовская группа	<p>Приглашаем на открытую сессию Балинтовской группы - формат супервизии, отличающейся от привычной.</p> <p>Вы увидите, как разбирается психологический кейс, фокусируясь не на диагнозе, а на отношениях с клиентом/пациентом.</p> <p>Вас ждёт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- живая демонстрация работы группы на реальном примере;</li> <li>- безопасное пространство для анализа эмоций и отношений участников кейса;</li> <li>- возможность понять, как этот метод помогает развить новый подход к разбору ситуаций.</li> </ul> <p>Без гипотез, советов и критики.</p>	Зинюк Елена Федоровна, практикующий психолог-консультант, сертифицированный перинатальный психолог, гипнолог, супервизор, Балинтовский ведущий, член РБА, РАППОП

16.10-17.40	618 аудитория	Мастер-класс по песочному моделированию	Участники мастер-класса ознакомятся с техниками песочного моделирования в психологическом консультировании, возможностями их применения в профессиональной деятельности психолога-консультанта	Лихачева Эльвира Валерьевна заведующий кафедрой общей психологии и психологии труда РОСНОУ, кандидат психологических наук, доцент
17.40-19.00	534 аудитория	Мини-тренинг «Самопрезентация – как говорить о себе уверенно и интересно»	<p>Как представить себя так, чтобы вас запомнили? Как не теряться в момент, когда нужно рассказать о себе – на собеседовании или в новой компании? На мини-тренинге вы узнаете:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• как управлять первым впечатлением и говорить уверенно, не теряя естественности;</li> <li>• как выстроить историю о себе, чтобы вас слушали с интересом;</li> <li>• какие ошибки чаще всего мешают самопрезентации;</li> <li>• и попробуете практические упражнения, которые помогут «звучать» убедительно и свободно.</li> </ul> <p>Вас ждёт живая, динамичная встреча – минимум теории, максимум практики!</p>	Фатулаева Нармин Новрузовна, выпускница ММУ, сертифицированный мастер КСТ, практикующий психолог, Шевченко Мария Андреевна - выпускница ММУ, практикующий психолог, в интегративном подходе,
<b>21 ноября</b>				
11.50-12.30	Атриум	Закрытие недели психологии	Завершение недели	Полозова Татьяна Петровна, зав. кафедрой психологии ММУ, кандидат психологических наук, доцент. Вокальная группа
11.50-12.30	Атриум	Арт-терапевтическое упражнение «Мой сад»	Арт-терапевтическое упражнение «Мой сад» – это авторская интеграция КПТ и ССТ. С помощью метафоры сада вы не только определите свои внутренние и внешние ресурсы, но и сможете их усилить.	Абдуллина Галия Султановна, руководитель психологической службы ММУ
12:30-13:50	ЗП 302	Мини-тренинг «Метафорические ассоциативные карты: ресурс для себя и инструмент в работе с клиентами»	<p>На мини-тренинге, вы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- откроете для себя уникальный инструмент для самопознания и профессионального развития – метафорические ассоциативные карты (МАК);</li> <li>- узнаете, как лучше понять свое актуальное состояние, выявить внутренние ресурсы и осознать профессиональные цели;</li> </ul>	Вахрушина Марина Олеговна, старший преподаватель кафедры психологии

			<p>- освоите методы экологичного использования карт для развития воображения, эмоционального интеллекта и коммуникативных навыков;</p> <p>- научитесь снимать эмоциональное напряжение и находить ресурсы для поддержания психологического комфорта с помощью метафорических образов.</p>	
15.40-16.10	Атриум	«Колесо собственной осознанности»	<p>С помощью данной практики осознанности, вы узнаете, как замечать свое состояние, управлять стрессом и поддерживать внутренний баланс в учебной среде.</p> <p><i>«Пауза на осознанность – твой короткий путь к спокойствию в учебной суете»</i></p>	Власова Елена Владимировна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог
16.10-17.30	534 аудитория	Мини-тренинг «Какой/какая я в отношениях»	<p>Интерактивный мини-тренинг поможет вам глубже понять свою роль и поведение в межличностных отношениях. В ходе работы вы узнаете о собственных ценностях, стилях коммуникации, а также о том, как строить доверительные и гармоничные отношения. Тренинг предназначен для тех, кто хочет развивать навыки эмоционального интеллекта, чувствовать себя увереннее и создавать гармоничные отношения.</p>	Даренских Светлана Сергеевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ММУ, практикующий психолог
<b>24 ноября</b>				
11.50-12.30	Атриум	Воркшоп по теме «Из настоящего в будущее»	<p>Приглашаем вас на уникальный психологический воркшоп, где мы будем строить будущее буквально своими руками, с помощью любимого конструктора LEGO</p>	Крюкова Наталья, сертифицированный Нейрокоуч уровня РСС ICF, ментор Европейской Академии Нейрокоучинга «Dialogo Millionario», партнер «Института возрастной нейropsихологии»