

# УНИВЕРСИТЕТЫ МИРА В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ГОРОЖАН

МОСКОВСКИЙ  
ГОРОДСКОЙ  
УНИВЕРСИТЕТ  
МГПУ

*анализ  
успешных  
практик*





**УНИВЕРСИТЕТЫ МИРА В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ГОРОЖАН**  
*анализ успешных практик*



**УДК 159.922.262**

**ББК 88.312**

РЕКОМЕНДОВАНО К ПЕЧАТИ УЧЕНЫМ СОВЕТОМ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО  
ИНСТИТУТА УРБАНИСТИКИ И ГЛОБАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГАОУ ВО МГПУ

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

**Вачков Игорь Викторович**

доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии, НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа»

**Шиян Игорь Богданович**

кандидат психологических наук, заместитель директора НИИ урбанистики и глобального образования, заведующий лабораторией развития ребенка, ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»

**У 59 Университеты мира в решении проблем психологического благополучия горожан: анализ успешных практик / Е. В. Нехорошева, В. Г. Авраменко, Е. Ю. Алексейчева, Ю. В. Афанасьева, А. С. Гильяно, Д. А. Касаткина, О. Н. Комарова, Т. Ю. Морозова, Л. Ю. Овчаренко, А. Л. Рассказова, Е. В. Страмнова, О. В. Цаплина, Е. С. Енчикова. — Москва : Некоммерческое партнерство «Авторский Клуб», 2024. — 40 с.**

**ISBN 978-5-6053646-0-3**

Сохранение психического здоровья и поддержка благополучия горожан становятся актуальными в связи с ростом количества нервно-психических заболеваний среди населения, психологических проблем и затруднений. Университеты как образовательные, исследовательские центры и операторы многих социальных проектов располагают колоссальным потенциалом в решении проблем горожан, связанных с психологическим благополучием. Университеты обладают необходимой автономией для запуска подобной работы, имеют доступ к последним научным достижениям, находятся на фронтире исследовательской повестки, создают инфраструктуру для апробации новых практик и релевантного зарубежного опыта. С целью формирования каталога лучших практик участия университетов мира в решении проблем психологического благополучия жителей городов, их осмысления и поиска релевантных форматов для отечественной практики Московским городским педагогическим университетом реализован аналитический проект «Международный анализ участия университетов в решении проблем психологического благополучия жителей городов». Материалы дайджеста включают первые результаты анализа практик участия 100 университетов мира в решении проблем психологического благополучия горожан из 28 стран и 97 городов Европы, Азии, Африки, Северной и Южной Америки, Австралии и Океании. Результаты будут полезны научно-педагогическим сотрудникам, профессорско-преподавательскому составу, студентам и специалистам-практикам для проведения учебных занятий, научных практикумов, апробации подходов в собственной практической деятельности.

**ISBN 978-5-6053646-0-3**



© Коллектив авторов, 2025

© Московский городской педагогический университет, 2025

© НП «Авторский Клуб», 2025

# СОДЕРЖАНИЕ

04

Важное о проекте

08

Университеты, участвующие в решении проблем психологического благополучия жителей городов – описание выборки

10

Университетская клиника как устойчивая модель психологической помощи горожанам

20

Психологическое просвещение, информирование, обучение для психологического благополучия жителей городов

29

Социальные проекты, связанные с психологическим благополучием горожан: обзор практик

39

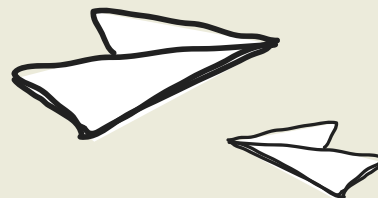
Резюме

40

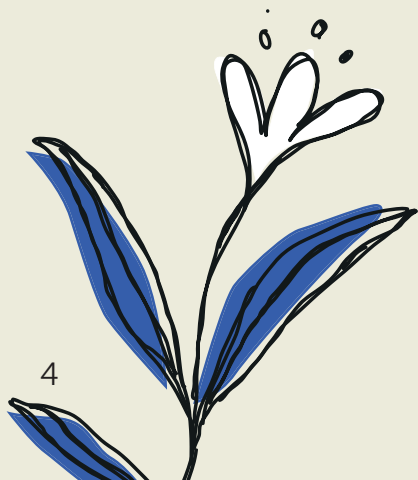
Авторский коллектив

41

Наши исследования



# ВАЖНОЕ О ПРОЕКТЕ



Современные горожане живут в новой реальности: быстрое социальные изменения, пандемии, высокий риск террористических угроз и атак, социально-экономические перестройки, миграция, военные столкновения, невидимые изменения во всех сферах нашей жизни. Все это может стать фактором риска для многих российских жителей. Согласно статистике, все большее количество россиян обращается за помощью<sup>1</sup>, 24 % жителей мегаполисов нуждаются в поддержке<sup>2</sup>, в 2024 г. около 4 млн россиян страдают психическими заболеваниями<sup>3</sup>. Драматично ситуация складывается в отношении групп риска: более четверти школьников сообщают о продолжительном психологическом дискомфорте, стабильно растет частота попыток суицидов у женщин с послеродовой депрессией, прямые и косвенные участники вооруженных конфликтов, переселенцы с территорий вооруженных конфликтов требуют дополнительных исследований и особой заботы со стороны специалистов помогающих профессий, т. к. есть высокий риск развития посттравматических расстройств и/или депрессивного синдрома, растет связанное с этим число злоупотреблений алкоголем, предписанными лекарствами и незаконными препаратами.

Для решения подобных проблем необходим комплексный подход со стороны городских властей, медицинских лечебных учреждений, медицинских и психологических исследовательских организаций, социальных, образовательных и консультативных центров, но без участия местных сообществ и локальных местных практик поддержки такая работа не представляется полной. Университеты как образовательные, исследовательские центры и операторы многих социальных проектов обладают колоссальным потенциалом в решении проблем горожан, связанных с психологическим благополучием. Университеты обладают необходимой академической базой, практическими площадками для реализации важных задач поддержания психологического благополучия граждан. Студенческое сообщество, сообщество профессиональных практик, кампусная организация

<sup>1</sup> ВЦИОМ 2022 г. (1600 жителей РФ) <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi>.

<sup>2</sup> НАФИ 2024 г. (1600 жителей РФ) <https://nafi.ru/analytics/25-mln-rossiyan-ne-reshilis-poyti-k-psikhologu>.

<sup>3</sup> НМИЦ психиатрии и наркологии им. В. П. Сербского Минздрава России <https://www.interfax.ru/russia/945840>.

и взаимодействие с местными жителями дают возможность выхода на разные группы населения в городе, а заинтересованность СМИ достижениями и активностью университетов способствует социальной рекламе и продвижению практик еще более у широких групп населения, привлечению людей, нуждающихся в помощи. С этим связана дестигматизация самой проблематики. Зачастую горожане не обращаются за психологической помощью из-за недостаточной осведомленности о возможности ее получения, смыслах помощи и ее доступности. Практика самим справляться с разными проблемами остается ведущей. И если медицинские организации и медицинские университеты, обладающие лицензией, могут оказывать медицинские услуги и лечить пациентов, то другие вузы, например городские, могут брать на себя значительный и как будто «ничей» пласт задач, связанных с просвещением, профилактикой зачастую сильно неочевидных проблем. Сама суть университета – образование, просвещение, высокий уровень профессионализма, многосубъектность – призывает к участию в жизни города, в жизни горожан. В этом состоит социальная миссия университетов – использовать высокопрофессиональный потенциал для ответа на вызовы современности.

Тому, как отвечают университеты мира на потребность горожан в решении проблем психологического благополучия, посвящено аналитическое исследование «Международный анализ участия университетов в решении проблем психологического благополучия жителей городов»<sup>4</sup>.

Университеты оцениваются не только традиционными показателями, такими как академические рейтинги, но и успехами в решении задач сохранения здоровья и благополучия, качественного просвещения, решении проблем экологии, прочих задач в рамках целей устойчивого развития. Сообразно этой идее в основу формирования выборки легла методология University Impact Rankings. Выборку университетов составили 102 университета, возглавляющие рейтинг University Impact Rankings for 2024<sup>5</sup> от Times Higher Education и реализующие наиболее успешные практики для благополучия жителей городов. Все цели влиятельных вузов ориентированы на благополучие, тем не менее некоторые наиболее близко связаны с психологическим контекстом благополучия и жизнью в городе:



Цель 3: Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте<sup>6</sup>.



Цель 4: Обеспечение всеохватного и справедливого качественного образования и поощрение возможности обучения на протяжении всей жизни для всех<sup>7</sup>.



Цель 11: Обеспечение открытости, безопасности, жизнестойкости и экологической устойчивости городов и населенных пунктов<sup>8</sup>.

<sup>4</sup> Работа выполнена в рамках государственного задания ГАОУ ВО МГПУ на 2024 год на выполнение проекта «Международный анализ участия университетов в решении проблем психологического благополучия жителей городов».

<sup>5</sup> <https://www.timeshighereducation.com/impactrankings>.

<sup>6</sup> <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/health/>.

<sup>7</sup> <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/education/>.

<sup>8</sup> <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/cities/>.

Сформировались две устойчивые модели участия университетов в решении проблем психологического благополучия жителей городов, которые в определенной мере можно считать традиционными. (1) Модель по принципу организации клиники для горожан, служба или центр ментального здоровья. (2) Психологическое просвещение, информирование и обучение психогигиене. Однако они не исчерпывают все разнообразие практик, наибольшее разнообразие которых представлено в третьей, обобщенной модели «Социальные проекты, связанные с психологическим благополучием». По уровню организации они имеют значительную отличительную специфику и в проекте представлены тремя группами: (3) Международные/сетевые социальные проекты, связанные с психологическим благополучием. (4) Городские социальные проекты, связанные с психологическим благополучием. (5) Локальные социальные проекты, связанные с психологическим благополучием.

#### **Практики отбирались по следующим критериям:**

- 1) критерий институализации** – наличие информации о практике как сложившейся и оформленной организационно, методически, финансово, административно;
- 2) содержательный критерий** – наличие ясной практической цели и смысла организационно оформленной деятельности для решения проблем психологического благополучия горожан;
- 3) информационно-коммуникационный критерий** – ясность, открытость информации о практике, доступность примеров, описаний, кейсов осуществления деятельности университетов и аффилированных с ними структурных подразделений.

#### **Схема описания практик:**

- 1) «Общие данные»** – идентификация университета, количественные и качественные характеристики, географическое расположение.
- 2) «Название практики»** – на английском и русском.
- 3) «Организационно-управленческие условия»** – чья инициатива, включенность в контекст других проектов, сроки, длительность, финансирование, механизмы управления, документы.



**4) «Содержание»** – идея, цели, задачи, целевые группы, формы и методы работы, каналы.

**5) «Позиционирование внутри университета»** – кто и как задействован из преподавателей, научных сотрудников и студентов и с какой целью.

**6) «Позиционирование в городе. Обратная связь»** – какие механизмы и способы коммуникации имеются, фиксируется ли эта информация, в каком виде, есть ли какая-то оценка результативности и др.

Всего собрано и описано 271 практика из 85 университетов из 6 регионов, 28 стран и 97 городов.

#### Установлено:



для университетов характерно сочетание исследовательской, образовательной и практической работы в решении проблем психологического благополучия;



региональная специфика, культурные и религиозные особенности определяют отношение к проблемам психологического благополучия и к деятельности по их решению;



университеты демонстрируют разный уровень развития практики – от апробации частного проекта до системных решений для государства на основе больших данных, где оператором выступает университет;



модели участия по своей миссии и функциям могут быть организованы в систему пирамиды, где на вершине расположена долговременная финансово и организационно более стабильная модель «Клиника», в основании модель «Социальные проекты» с большим разнообразием и вариативностью направлений.



# УНИВЕРСИТЕТЫ, УЧАСТВУЮЩИЕ В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ ПСИХОЛОГИЧЕ- СКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖИТЕЛЕЙ ГОРОДОВ – ОПИСАНИЕ ВЫБОРКИ



В выборке представлены университеты Европы (37,6 %), Азии (25,9 %), Северной Америки (17,6 %) и Австралии и Океании (16,5 %). Незначительную долю (менее 3 %) составили университеты Южной Америки и Африки. Количественное распределение по странам показывает, что наибольшую долю составили университеты Великобритании (21,4 %), Канады (11 %), Австралии (9,5 %). В выборке присутствуют также университеты Новой Зеландии (6 %), Тайваня (4,8 %), Ирландии (3,6 %), Южной Кореи (2,4 %) и Японии (2,4 %), ЮАР (2,4 %). Другие страны, такие как Турция, Италия, Шотландия, Израиль, Индия, представлены в выборке единичными вузами.

В выборке присутствует весь спектр направлений подготовки, что позволяет изучать особенности разных практик по поддержке психологического благополучия в вузах с разной направленностью. Наибольшую долю составили университеты по таким направлениям подготовки, как инженерное дело и технологии и технические науки (94,1 %), математические и естественные науки (92,9 %), гуманитарные науки (91,8 %), науки об обществе (90,6 %), а также здравоохранение и медицина (88,5%) и образование и педагогические науки (68,8 %), искусство и культура (62,4 %), сельскохозяйственные науки (30,7 %).

Доля университетов, насчитывающих от 2 до 8 тысяч сотрудников, – более 53 %. Есть и очень большие университеты, насчитывающие 17 тысяч и 41 тысячу сотрудников, и маленькие университеты (от 400 до 700 сотрудников).

Данные по количеству студентов: в большинстве университетов обучается от 10 до 30 тысяч студентов, их доля составила около 30 % от общего количества вузов. В 17 % вузов обучается от 30 до 40 тысяч студентов, и около 16 % – это вузы, в которых обучается более 40 тысяч студентов. В выборку вошли также 4 университета, где обучается около 80 тысяч студентов и более, а также 4 небольших вуза, в которых обучается до 10 тысяч студентов, самый маленький университет насчитывает 1381 студента. Выборка позволяет отслеживать влияние численности студентов и преподавателей на количество и содержание университетских проектов поддержки психологического благополучия. Особую группу составляют иностранные студенты. Во всех университетах есть иностранные студенты. В таблице 1 приведены данные о количестве иностранных студентов в университетах.

**ТАБЛИЦА 1 – ДОЛЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В УНИВЕРСИТЕТАХ (%)**

	ДОЛЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ	ДОЛЯ УНИВЕРСИТЕТОВ
1	1–20	50
2	21–40	40
3	БОЛЕЕ 40	10

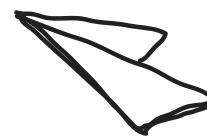
Присутствие иностранных студентов предполагает серьезную и разнообразную работу по их адаптации и поддержке.

Университеты имеют развитую инфраструктуру, удобно расположенные и просторные кампусы, позволяющие сочетать обучение и отдых. В состав кампусов входят: учебные корпуса, лаборатории, студенческие общежития, помещения для спорта, развлечений, отдыха и питания, выставочные залы, театры, бассейны, скверы и спортивные площадки, музеи, магазины и др. Университеты используют возможности своих кампусов для реализации социальных программ. Количество кампусов в разных университетах варьируется от одного-двух главных кампусов с дополнительными локациями до 20 кампусов, расположенных в разных местах города или в разных городах страны. Площадь, отведенная под кампусы, в разных университетах сильно варьируется, что связано с городской инфраструктурой, количеством студентов и преподавателей, а также с финансовыми возможностями университетов. Чем больше площадь и разнообразнее инфраструктура кампусов, тем больше возможностей у университета для их использования в развитии своих социальных проектов.

Наряду с мировым рейтингом университеты имеют и академический рейтинг. Большинство из них входят в топ-100 по образовательным направлениям (около 30 % от общего количества университетов, указавших свои данные в этом рейтинге), около 5 % университетов имеют образовательный рейтинг в диапазонах 100–125 и 251–300, 6,3 % – в диапазоне мест 401–600.

Важным показателем для изучения практик поддержки психологического благополучия и социальных проектов в целом является рейтинг влияния вузов на общество (Impact Rankings). Многие университеты демонстрируют сильные позиции в категориях социального воздействия, особенно в аспектах здоровья и благополучия. В 2024 году 50 % университетов, предоставивших данные о своем импакт-рейтинге, занимают позицию от 1-го до 50-го места, в диапазон от 51-го до 100-го вошло 48 % и лишь 2 % – это вузы, занимающие место в диапазоне от 101-го до 200-го места.

Выборка университетов с высоким рейтингом предполагает их включенность в решение социальных проблем городов и стран, что позволяет получить обширную базу данных о разнообразных практиках поддержки психологического благополучия жителей городов.



# УНИВЕРСИТЕТСКАЯ КЛИНИКА КАК УСТОЙЧИВАЯ МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ГОРОЖАНАМ

Распространенность психологических служб как меры поддержки благополучия горожан составляет 22,1 % (n = 60) от общего числа выявленных практик. Большинство служб ориентировано на поддержку местных сообществ – 69,2 % и поддержку студентов и сотрудников университетов – 61,5 %. Меньшее количество действует на общегосударственном (15,4 %) и международном (11,5 %) уровнях.

Психологические службы, клиники и отделы организованы на базе кафедр, научных подразделений. В зависимости от университета, региона и структуры службы, кафедры и научные подразделения могут взаимодействовать с государственными, муниципальными и частными организациями. Чаще всего в таких случаях научные подразделения работают при содействии муниципальных властей в рамках местных проектов, реже – при содействии некоммерческих организаций и фондов, в коллаборации с бизнес-проектами.

Так, из 48 университетов только в 10 случаях можно говорить об организации психологической службы как отдельного подразделения, подразделения исключительно на базе кафедры и на базе факультета (чаще всего на базе клинических факультетов, где клиника одновременно несет социальную функцию помощи гражданам и научно-образовательную функцию как площадку для практики и дальнейшего образования студентов, которые в ней работают). В трех случаях речь идет о подразделении на базе студенческого отдела и в двух – как отдельном научном проекте.. При совместной работе подразделений чаще всего клиники организованы на базе факультетов (6 случаев), работают при поддержке местных властей (4 случая) и НКО (2 случая). Данные по анализируемым службам, их названиям и источникам отражены в таблице 2.

**ТАБЛИЦА 2 – СТРУКТУРНЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СЛУЖБ И КЛИНИК**

	НАЗВАНИЕ	ПЕРЕВОД	ССЫЛКА
1	MENTAL HEALTH SUPPORT	ПОДДЕРЖКА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	<a href="https://www.canterbury.ac.nz/life/support-and-wellbeing/uc-support-services/mental-health-support">HTTPS://WWW.CANTERBURY. AC.NZ/LIFE/SUPPORT-AND- WELLBEING/UC-SUPPORT- SERVICES/MENTAL-HEALTH- SUPPORT</a>
2	MASSEY PSYCHOLOGY CLINICS	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КЛИНИКИ МАССИ	<a href="https://www.massey.ac.nz/about/clinics-and-services-for-the-public/massey-psychology-clinics/">HTTPS://WWW.MASSEY.AC.NZ/ ABOUT/CLINICS-AND-SERVICES- FOR-THE-PUBLIC/MASSEY- PSYCHOLOGY-CLINICS/</a>

3	MINDFULNESS MEDITATION	МЕДИТАЦИЯ ОСОЗНАННОСТИ	<a href="https://www.sfu.ca/students/health/get-support/support-groups/groups/mindfulness-meditation-sfu.html">HTTPS://WWW.SFU.CA/ STUDENTS/HEALTH/GET- SUPPORT/SUPPORT-GROUPS/ GROUPS/MINDFULNESS- MEDITATION-SFU.HTML</a>
4	COUNSELLING, WELLBEING AND EDUCATIONAL PSYCHOLOGY	КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ, БЛАГОПОЛУЧИЕ И ПЕДАГОГИЧЕ- СКАЯ ПСИХОЛОГИЯ	<a href="https://www.abdn.ac.uk/education/departments/counselling-wellbeing-and-educational-psychology/">HTTPS://WWW.ABDN.AC.UK/ EDUCATION/DEPARTMENTS/ COUNSELLING-WELLBEING-AND- EDUCATIONAL-PSYCHOLOGY/</a>
5	COUNSELLING (STUDENT SUPPORT)	КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ (ПОДДЕРЖКА СТУДЕНТОВ)	<a href="https://eprints.um.edu.my/1990/1/A.PDF">HTTPS://EPRINTS.UM.EDU. MY/1990/1/A. PDF</a> <a href="https://www.um.edu.my/counselling">HTTPS:// WWW.UM.EDU.MY/COUNSELLING</a>
6	THE PSYCHOLOGICAL SUPPORT SERVICE (SAP)	СЛУЖБА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ (САП)	<a href="https://www.unibo.it/en/study/life-at-university-and-in-the-city/health-and-assistance/the-psychological-support-service-sap">HTTPS://WWW.UNIBO. IT/EN/STUDY/LIFE-AT- UNIVERSITY-AND-IN-THE-CITY/ HEALTH-AND-ASSISTANCE/ THE-PSYCHOLOGICAL-SUPPORT- SERVICE-SAP</a>
7	CENTRE FOR PSYCHOLOGICAL HEALTH FOR VULNERABLE POPULATIONS	ЦЕНТР ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЯЗВИМЫХ СЛОЕВ НАСЕЛЕНИЯ	<a href="https://www.dal.ca/news/2023/09/14/centre-for-psychological-health-dalhousesie-opening.html">HTTPS://WWW.DAL.CA/ NEWS/2023/09/14/CENTRE- FOR-PSYCHOLOGICAL-HEALTH- DALHOUSIE-OPENING.HTML</a>
8	健康管理室	ОФИС УПРАВЛЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЕМ	<a href="https://www.kyoto-u.ac.jp/ja/education-campus/campuslife/lth2#hokennsinnryousyo">HTTPS://WWW.KYOTO-U. AC.JP/JA/EDUCATION- CAMPUS/CAMPUSLIFE/ LTH2#HOKENNSINNRYOUSYO</a>
9	DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY	КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ	<a href="https://www.ul.ie/psychology">HTTPS://WWW.UL.IE/ PSYCHOLOGY</a>
10	THRIVE AT CARDIFF	ПРОЦВЕТАЙ В КАРДИФФЕ	<a href="https://blogs.cardiff.ac.uk/insiders/thrive-at-cardiff-comprehensive-health-and-wellbeing-support-for-students/">HTTPS://BLOGS.CARDIFF.AC.UK/ INSIDERS/THRIVE-AT-CARDIFF- COMPREHENSIVE-HEALTH-AND- WELLBEING-SUPPORT-FOR- STUDENTS/</a>
11	WELLNESS AND COUNSELLING CENTRE (WACC) (關於心理健康 及輔 導中心)	ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (WACC)	<a href="https://wacc.osa.cuhk.edu.hk/psychological-counselling-service/getting-to-know-counselling/">HTTPS://WACC.OSA.CUHK. EDU.HK/PSYCHOLOGICAL- COUNSELLING-SERVICE/GETTING- TO-KNOW-COUNSELLING/</a>

12	STOCKHOLM STUDENT HEALTH SERVICES	СТОКГОЛЬМСКАЯ СТУДЕНЧЕСКАЯ МЕДИЦИНСКАЯ СЛУЖБА	<a href="https://www.kth.se/en/student/stod/halsa/studenthalsan-1.409886">HTTPS://WWW.KTH.SE/EN/STUDENT/STOD/HALSA/STUDENTHALSAN-1.409886</a>
13	CLINICAL PSYCHOLOGY CENTRE	ЦЕНТР КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ	<a href="https://www.otago.ac.nz/psychology/clinicalpsychologycentre">HTTPS://WWW.OTAGO.AC.NZ/PSYCHOLOGY/LINICALPSYCHOLOGYCENTRE</a>
14	HEALTH AND WELLBEING SERVICES	СЕРВИСЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ	<a href="https://www.ntu.ac.uk/life-at-ntu/support/student-wellbeing">HTTPS://WWW.NTU.AC.UK/LIFE-AT-NTU/SUPPORT/STUDENT-WELLBEING</a>
15	STUDENT COUNSELING CENTER, OFFICE OF STUDENT AFFAIRS, NTU	СТУДЕНЧЕСКИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР, УПРАВЛЕНИЕ ПО ДЕЛАМ СТУДЕНТОВ	<a href="https://scc_osa.ntu.edu.tw/en/services">HTTPS://SCC_OSA.NTU.EDU.TW/EN/SERVICES</a> <a href="https://scc_osa.ntu.edu.tw/en/staff/">HTTPS://SCC_OSA.NTU.EDU.TW/EN/STAFF/</a>
16	LE SERVICE DE CONSULTATION DE L'ÉCOLE DE PSYCHOLOGIE (SCEP)	КОНСУЛЬТАЦИОННАЯ СЛУЖБА ШКОЛЫ ПСИХОЛОГИИ (SCEP)	<a href="https://www.fss.ulaval.ca/psychologie/etudes/formation-clinique">HTTPS://WWW.FSS.ULAVAL.CA/PSYCHOLOGIE/ETUDES/FORMATION-CLINIQUE</a> <a href="https://www.scep.ulaval.ca/futurs-intervenants/propos">HTTPS://WWW.SCEP.ULAVAL.CA/FUTURS-INTERVENANTS/PROPOS</a>
17	THE NUFCA MEMORY CAFÉ	NUFC КАФЕ МЕМОРИ	<a href="http://from.ncl.ac.uk">FROM.NCL.AC.UK</a>
18	ASU CLINICAL PSYCHOLOGY CENTER	ЦЕНТР КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ ASU	<a href="https://psychology.asu.edu/clinical-psychology-center">HTTPS://PSYCHOLOGY.ASU.EDU/CLINICAL-PSYCHOLOGY-CENTER</a>
19	MSU PSYCHOLOGICAL CLINIC, MSU COUPLE AND FAMILY THERAPY CLINIC	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА MSU, КЛИНИКА ПАРНОЙ И СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ ПРИ MSU	<a href="https://hdfs.msu.edu/clinic">HTTPS://HDFS.MSU.EDU/CLINIC</a> ; <a href="http://eap.msu.edu/">HTTP://EAP.MSU.EDU/</a> ; <a href="https://ossa.msu.edu/report">HTTPS://OSSA.MSU.EDU/REPORT</a> <a href="https://psychology.msu.edu/clinic/">HTTPS://PSYCHOLOGY.MSU.EDU/CLINIC/</a>
20	THE STAFF COUNSELLING AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT SERVICE	СЛУЖБА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ПЕРСОНАЛА	<a href="https://wsh.leeds.ac.uk/staff-counselling/doc/staff-counselling-psychological-support-team">HTTPS://WSH.LEEDS.AC.UK/STAFF-COUNSELLING/DOC/STAFF-COUNSELLING-PSYCHOLOGICAL-SUPPORT-TEAM</a>
21	CLINICAL PSYCHOLOGY CENTRE	ЦЕНТР КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ	<a href="https://www.wgtn.ac.nz/psyc/clinical-psychology-centre">HTTPS://WWW.WGTN.AC.NZ/PSYC/CLINICAL-PSYCHOLOGY-CENTRE</a>

22	PSYCHIATRY AND MENTAL HEALTH	ПСИХИАТРИЯ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	<a href="https://health.uct.ac.za/departments-psychiatry/divisions/public-mental-health">HTTPS://HEALTH.UCT.AC.ZA/DEPARTMENT-PSYCHIATRY/DIVISIONS/PUBLIC-MENTAL-HEALTH</a> <a href="https://cpmh.org.za/">HTTPS://CPMH.ORG.ZA/</a>
23	METU HEALTH CENTER	ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ БТУ	<a href="https://srm.metu.edu.tr/en/announcement/coping-stress-strategies-international-students">HTTPS://SRM.METU.EDU.TR/EN/ANNOUNCEMENT/COPING-STRESS-STRATEGIES-INTERNATIONAL-STUDENTS</a>
24	UNIVERSITY OF CALGARY PSYCHOLOGY CLINIC	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА УНИВЕРСИТЕТА КАЛГАРИ	<a href="https://arts.ucalgary.ca/psychology-clinic">HTTPS://ARTS.UCALGARY.CA/PSYCHOLOGY-CLINIC</a>
25	PSYCH FOR LIFE	ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ ЖИЗНИ	<a href="https://psych4life.net/">HTTPS://PSYCH4LIFE.NET/</a>
26	HEALTH, WELLBEING AND CARE HUB	ЦЕНТР ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, БЛАГОПОЛУЧИЯ И УХОДА	<a href="https://www.essex.ac.uk/departments/health-and-social-care/dare-to-care/clinical-psychologists">HTTPS://WWW.ESSEX.AC.UK/DEPARTMENTS/HEALTH-AND-SOCIAL-CARE/DARE-TO-CARE/CLINICAL-PSYCHOLOGISTS</a> <a href="https://www.essex.ac.uk/centres-and-institutes/health-wellbeing-and-care-hub">HTTPS://WWW.ESSEX.AC.UK/CENTRES-AND-INSTITUTES/HEALTH-WELLBEING-AND-CARE-HUB</a>
27	CQU HEALTH CLINICS	КЛИНИКА ЗДОРОВЬЯ CQU	<a href="https://www.cqu.edu.au/engage/health-clinics">HTTPS://WWW.CQU.EDU.AU/ENGAGE/HEALTH-CLINICS</a>
28	COUNSELOR TRAINING CENTER	ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ КОНСУЛЬТАНТОВ	<a href="https://cisa.asu.edu/sccp/counselor-training-center">HTTPS://CISA.ASU.EDU/SCCP/COUNSELOR-TRAINING-CENTER</a>
29	UNIVERSITY PSYCHOLOGY CLINIC	УНИВЕРСИТЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА	<a href="https://www.utas.edu.au/health/community-programs/university-psychology-clinic">HTTPS://WWW.UTAS.EDU.AU/HEALTH/COMMUNITY-PROGRAMS/UNIVERSITY-PSYCHOLOGY-CLINIC</a>
30	THE PSYCHOLOGY CENTRE	ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ	<a href="https://www.canterbury.ac.nz/about-uc/what-we-do/our-public-services/psychology-centre-service">HTTPS://WWW.CANTERBURY.AC.NZ/ABOUT-UC/WHAT-WE-DO/OUR-PUBLIC-SERVICES/PSYCHOLOGY-CENTRE-SERVICE</a>
31	L'UCLOUVAIN AU SERVICE DE LA SOCIÉTÉ	UCLOUVAIN НА СЛУЖБЕ ОБЩЕСТВА	<a href="https://uclouvain.be/fr/decouvrir/vie-sociale.html">HTTPS://UCLOUVAIN.BE/FR/DECOUVRIR/VIE-SOCIALE.HTML</a>

32	NYCU MENTAL HEALTH AND COUNSELING CENTER	ЦЕНТР ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ NYCU	<a href="https://mhcc.nycu.edu.tw/mhcc/en/index">HTTPS://MHCC.NYCU.EDU.TW/MHCC/EN/INDEX</a>
33	STUDENT SUPPORT SERVICES	СЛУЖБЫ ПОДДЕРЖКИ СТУДЕНТОВ	<a href="https://le.ac.uk/study/wellbeing/support-services">HTTPS://LE.AC.UK/STUDY/WELLBEING/SUPPORT-SERVICES</a>
34	PSYCHOLOGY GOLD COAST AND MT GRAVATT	ПСИХОЛОГИЯ ГОЛД-КОСТ И МАУНТ-ГРЭВАТТ	<a href="https://www.griffith.edu.au/griffith-health/clinics/psychology?utm_source=chatgpt.com">HTTPS://WWW.GRIFFITH.EDU.AU/GRIFFITH-HEALTH/CLINICS/PSYCHOLOGY?UTM_SOURCE=CHATGPT.COM</a>
35	ARIZONA STATE UNIVERSITY'S CENTER FOR MINDFULNESS, COMPASSION AND RESILIENCE ("CENTER")	ЦЕНТР ОСОЗНАННОСТИ, СОСТРАДАНИЯ И УСТОЙЧИВОСТИ УНИВЕРСИТЕТА ШТАТА АРИЗОНА («ЦЕНТР»)	<a href="https://mindfulnesscenter.asu.edu/">HTTPS://MINDFULNESSCENTER.ASU.EDU/</a>
36	WESTERN SYDNEY INTEGRATIVE HEALTH (WSIH) CENTRE	ЗАПАДНЫЙ СИДНЕЙСКИЙ ЦЕНТР ИНТЕГРАТИВНОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ (WSIH)	<a href="https://www.westernsydney.edu.au/nicm/western_sydney_integrative_health">HTTPS://WWW.WESTERNSYDNEY.EDU.AU/NICM/WESTERN_SYDNEY_INTEGRATIVE_HEALTH</a>
37	TALK, UNDERSTAND, LISTEN FOR IN-PATIENT SETTINGS (TULIPS)	ГОВОРИ, ПОНИМАЙ, СЛУШАЙ В УСЛОВИЯХ ПРЕБЫВАНИЯ В СТАЦИОНАРЕ (ТЮЛЬПАНЫ)	<a href="https://sites.manchester.ac.uk/tulips/">HTTPS://SITES.MANCHESTER.AC.UK/TULIPS/</a>
38	COUNSELING & PSYCHOLOGICAL SERVICES	КОНСУЛЬТАЦИОННЫЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛУГИ	<a href="https://studentaffairs.psu.edu/counseling">HTTPS://STUDENTAFFAIRS.PSU.EDU/COUNSELING</a>
39	STONEYGATE CENTRE FOR EMPATHIC HEALTHCARE	ЦЕНТР ЭМПАТИЧЕСКОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СТОУНИГЕЙТ	<a href="https://le.ac.uk/empathy">HTTPS://LE.AC.UK/EMPATHY</a>
40	SAGOL DEPARTMENT OF NEUROBIOLOGY (היגולויבריון לוגס גול)	ОТДЕЛЕНИЕ НЕЙРОБИОЛОГИИ УНИВЕРСИТЕТА ХАЙФЫ	<a href="https://neuroscience.haifa.ac.il/index.php/en/home">HTTPS://NEUROSCIENCE.HAIFA.AC.IL/INDEX.PHP/EN/HOME</a>
41	COUNSELLING CENTER	КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР	<a href="https://hcc.thu.edu.tw/web/about/page.php?lang=en&amp;scid=18&amp;sid=30">HTTPS://HCC.THU.EDU.TW/WEB/ABOUT/PAGE.PHP?LANG=EN&amp;SCID=18&amp;SID=30</a>
42	THE CENTER FOR RESEARCH IN NEUROPSYCHOLOGY AND COGNITIVE AND BEHAVIORAL INTERVENTION (CINEICC)	ЦЕНТР ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ НЕЙРОПСИХОЛОГИИ И КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА (CINEICC)	<a href="https://cineicc.uc.pt/">HTTPS://CINEICC.UC.PT/</a>
43	MQ HEALTH	ЗДОРОВЬЕ MQ	<a href="https://www.mqhealth.org.au/about">HTTPS://WWW.MQHEALTH.ORG.AU/ABOUT</a>



44	CLINIQUE UNIVERSITAIRE DE PSYCHOLOGIE AU CAMPUS DE MONTRÉAL	УНИВЕРСИТЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА В КАМПУСЕ МОНРЕАЛЯ	<a href="https://psy.umontreal.ca/ressources-services/clinique-universitaire-de-psychologie/">HTTPS://PSY.UMONTREAL.CA/RESSOURCES-SERVICES/CLINIQUE-UNIVERSITAIRE-DE-PSYCHOLOGIE/</a>
45	CLÍNICA DE SALUD MENTAL DEPARTAMENTO DE PSIQUIATRÍA Y SALUD MENTAL	КЛИНИКА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ КАФЕДРА ПСИХИАТРИИ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	<a href="http://psiquiatria.facmed.unam.mx/">HTTP://PSIQUIATRIA.FACMED.UNAM.MX/</a>
46	THE BRIDGE	СООБЩЕСТВО «МОСТ»	<a href="https://bridgecommunityproject.org.uk/">HTTPS://BRIDGECOMMUNITYPROJECT.ORG.UK/</a>
47	ASSERTIVE COMMUNITY TREATMENT PROGRAM	ПРОГРАММА АКТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ В ОБЩЕСТВЕ	<a href="https://www.ualberta.ca/en/psychiatry/divisions/division-of-community-psychiatry/assertive-community-treatment-program.html">HTTPS://WWW.UALBERTA.CA/EN/PSYCHIATRY/DIVISIONS/DIVISION-OF-COMMUNITY-PSYCHIATRY/ASSERTIVE-COMMUNITY-TREATMENT-PROGRAM.HTML</a>
48	UNIVERSITY MENTAL HEALTH CHARTER	УНИВЕРСИТЕТСКАЯ ХАРТИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	<a href="https://www.sheffield.ac.uk/scypher/mental-health">HTTPS://WWW.SHEFFIELD.AC.UK/SCYPHER/MENTAL-HEALTH</a> <a href="https://www.sheffield.ac.uk/inclusion/mental-health">HTTPS://WWW.SHEFFIELD.AC.UK/INCLUSION/MENTAL-HEALTH</a>

Чаще всего деятельность психологической службы финансируется самим университетом (75 %), реже – при поддержке государственных программ (26,9 %), в рамках грантов (23,1 %) и благодаря коммерческой деятельности университетов (15,4 %), когда они предоставляют платные услуги населению. Поскольку в большинстве случаев клиника или психологическая служба финансируется самим университетом, чаще всего такое подразделение существует бессрочно (78,4 %). Только в двух случаях внедрение службы было разовой акцией, что было связано с решением конкретных проблем (пандемия COVID-19), и по 2 случая приходилось на организацию службы на один и два года. В целом работа психологической службы основана на возможности оказывать долгосрочную поддержку, на выстраивании отношений с клиентами, что обеспечивает их устойчивость.

Основными потребителями услуг клиники являются члены университетского сообщества – в основном студенты и сотрудники, они составляют половину всех обращений в службы (см. рис. 1). Вместе со студентами службы часто или принимают всех желающих (39,6 %), или работают только со взрослыми (37,7 %). Реже работа клиник ориентирована на отдельные категории граждан, особые группы (24,5 %) – это могут быть люди с определенными психическими расстройствами и проблемами, молодые матери, семьи с детьми, люди, подвергшиеся насилию, члены гендерно отличных сообществ. В отдельных случаях клиники работают с пожилыми гражданами (13,2 %) или с детьми (9,4 %), ориентируясь на особые нужды развития и адаптации данных групп.

## РИСУНОК 1 – КАТЕГОРИИ ГРАЖДАН, ОБРАЩАЮЩИХСЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ СЛУЖБУ ИЛИ КЛИНИКУ НА БАЗЕ УНИВЕРСИТЕТА



Условия оказания помощи тоже различаются. В одной трети случаев (33,3 %) служба работает на коммерческой основе, как правило варьируя стоимость приема или групповой работы или в зависимости от квалификации специалистов (стажер, сертифицированный психолог или старший сертифицированный психолог), или в зависимости от финансовых возможностей обратившихся. Часто службы предлагают гибкую систему оплаты с минимальной суммой приема для студентов или уязвимых групп граждан и большими суммами для других категорий. При этом услуги по оценке, как правило, стоят от 4 до 10 раз дороже базового приема.

Клиники с точки зрения организации также выстраивают свои отношения с гражданами и чаще всего работают по запросу, оговаривая условия и частоту приема в зависимости от конкретного случая. В некоторых случаях клиники ограничивают прием по количеству сессий в месяц и год (13,6 %), по общему количеству сессий (11,4 %), работают по предварительной записи (9,1 %) и в соответствии с режимом работы службы. В единичных случаях психологические службы указывают, с какой категорией обращений они не работают (психические расстройства, зависимости, госпитализации, медицинская помощь), прерывают работу при пропуске назначенных сессий, оказывают услуги при наличии назначения от врача или проводят только очные встречи.

Все службы предоставляют очные консультации (49), из них совмещают очный и дистанционный формат в виде звонков по телефону и видеосвязи – 59,2 % (29), совмещают с дистанционной поддержкой по переписке – 14,3 % (7) и с работой чат-ботов – 14,3 % (7). Записаться на консультации в большинстве случаев можно через форму на сайте, часто при этом доступны телефоны для записи. Реже клиники просят записываться при обращении на e-mail и в исключительных случаях лично, при обращении в центр. Только в двух случаях одновременно с записью через сайт клиники предоставляли телефон круглосуточной горячей линии экстренной психологической помощи.

Хотя получено небольшое количество данных об оценке эффективности службами своей деятельности, среди тех, кто занимается контролем качества, большинство опирается на результаты опросов удовлетворенности – такую оценку проводят 1/3 служб (n = 33). В 21 % проанализированных служб принят доказательный подход, результативность оценивается или по проведению научных исследований / диагно-

стики, или по аналитике снижения количества обращений. В 9 % случаев в клиниках принято соблюдение профессиональных стандартов, например Американской психологической ассоциации, и попадание в эти стандарты расценивается как гарант эффективности. И только в трех случаях эффективность оказываемой помощи оценивается на супервизиях.

Чуть меньше половины рассмотренных клиник позиционируют себя как структуру, оказывающую помощь населению данного региона и его отдельным группам (см. рис. 2). Причем в некоторых случаях клиники пишут просто о помощи всем слоям населения, а в некоторых акцентируют внимание на помощи уязвимым слоям населения.

## РИСУНОК 2 – МИССИЯ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ / КЛИНИКИ



Второе наиболее частое направление работы, указанное в миссии, – поддержка членов университетского сообщества, студентов и преподавателей (28,8 %) и обучение и подготовка студентов (25 %), которые проходят практику или работают в службе / клинике. В некоторых случаях в миссии указаны общие цели повышения благополучия и сохранения здоровья, и только в пяти случаях в миссии указано повышение осведомленности граждан о проблемах психического здоровья и психологического благополучия. Наименее распространенным содержанием миссии служб является разработка и интеграция в практику новых научных методов оценки и помощи населению – такое направление деятельности указали только четыре службы.

По видам помощи службы оказывают преимущественно психологическую помощь (92,3 %) (см. рис. 3), часто вместе с медицинской помощью – психиатрией и психо-

терапией (44,2 %). В 17 % случаев клиника оказывает специализированную помощь, которая включает направление социальной работы, оценку, работу с парами и супервизии. В единичном случае вместе с психологической и медицинской помощью предлагаются услуги адаптации в виде занятий йогой.

### РИСУНОК 3 — НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ / КЛИНИКИ



По содержанию в основном психологические службы помогают при трудных переживаниях (75 %) (см. рис. 4), стрессе (63,5 %), трудностях в отношениях. В половине случаев, особенно когда служба работает и для граждан, и для членов университетского сообщества, к ней обращаются с запросом на проблемы адаптации (50 %) и на помощь в решении трудностей в профессиональной и учебной деятельности (25 %). Отдельно можно выделить направление помощи при кризисах, такую помощь оказывают 2/5 рассмотренных университетских служб.

### РИСУНОК 4 — ОСНОВНЫЕ ЗАПРОСЫ И СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ / КЛИНИКИ



Если служба работает по принципу клиники (40,4 %), то ее специалисты наравне с психологической помощью могут оказывать и психиатрическую (40 %), консультации по медицинским проблемам, включающим нарушения сна и пищевого поведения (26,9 %) и соматического здоровья (13 %), психологическую адаптацию при хронических заболеваниях. В чуть более чем 1/5 случаев служба работает с семьями, по вопросам родительства.

Самыми распространенными формами помощи, которые оказывают службы, являются индивидуальное и групповое консультирование (см. рис. 5), которым занимаются 77 % и 62 % описанных университетских служб.

## РИСУНОК 5 — ФОРМАТЫ РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ / КЛИНИКИ



В около трети случаев психологические службы занимаются просвещением и краткосрочным консультированием, в четверти – тренингами и долгосрочной терапией. Чуть менее распространенными являются занятия по формированию определенных навыков и психологическое сопровождение. Менее распространены группы самопомощи и личностного роста, телефон доверия – такие услуги службы предоставляют примерно в 1/10 случаев. В части служб есть признаки других форм помощи как просветительской работы (20), социальная помощь (10), исследовательская работа (1) и медицинская помощь.

Среди тех служб, которые указали методы своей работы ( $n = 22$ ), наиболее популярным является когнитивно-поведенческая терапия (КПТ). Службы указывают психодинамический подход, системную семейную терапию (ССТ) и терапию принятия ответственности (АСТ).

# ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ, ИНФОРМИРОВАНИЕ, ОБУЧЕНИЕ ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖИТЕЛЕЙ ГОРОДОВ



Распространенность просветительской деятельности как меры поддержки благополучия горожан составляет 22,9 % ( $n = 62$ ) от общего числа выявленных практик. Большинство университетов (27 %) реализует просветительские программы на базе профильного учебного подразделения – института, факультета, кафедры (см. рис. 6).

## РИСУНОК 6 — ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ УНИВЕРСИТЕТА, ОТВЕЧАЮЩИЕ ЗА ПРОСВЕЩЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ ПО ТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

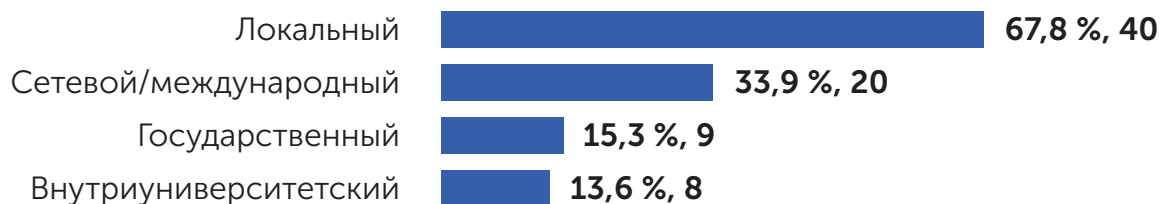


На втором месте по частоте – психологическая служба или медицинский центр, в зависимости от университета. Также часто просвещение осуществляется на базе студенческого отдела (18,3 %). Нередко в университетах несколько подразделений занимаются информированием населения, как правило это могут делать студенче-

ский центр, профильный факультет и научное подразделение, или совместно работать психологическая служба и непрофильный факультет, но такие случаи редки.

По уровню реализации проектов большинство университетов (68 %) работают на местном уровне, ориентируясь на локальное сообщество и взаимодействуя с местными инициативами (см. рис. 7).

### **РИСУНОК 7 — УРОВНИ РАБОТЫ УНИВЕРСИТЕТА ПО ПРОСВЕЩЕНИЮ НАСЕЛЕНИЯ ПО ТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**



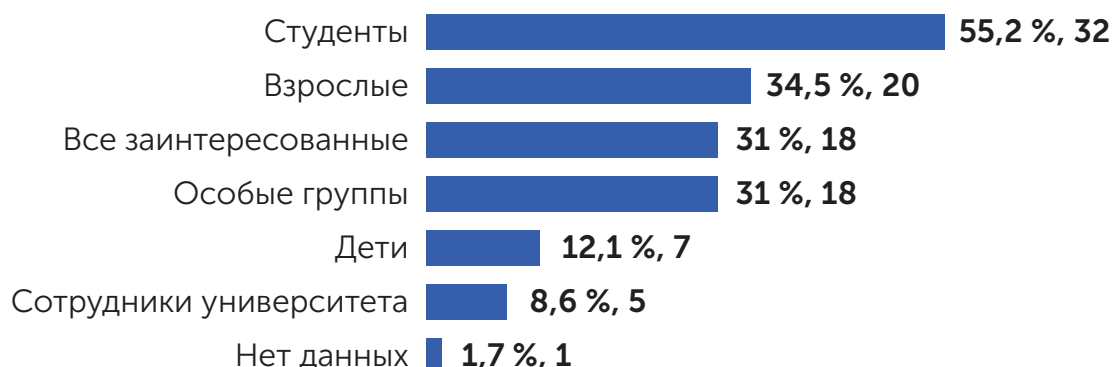
На втором месте по частоте – сетевое взаимодействие, когда университет рассматривает свою деятельность в универсальном контексте. Два менее распространенных уровня – государственный и чисто внутриуниверситетский, когда университет ориентирован или на всех граждан страны, или исключительно на свое сообщество. Четверть всех просветительских проектов финансируется за счет государственных проектов и одна пятая – за счет участия университета в грантах. Сотрудничество с международными (6,8 %) и другими фондами (5,1 %), а также волонтерство (6,8 %) менее распространены.

По времени существования просветительские проекты, как правило, являются постоянными, продвигаясь в 68 % университетов. Проекты средней длительности (от 3 и более лет) присутствуют чуть более чем в каждом десятом университете, так же как и разовые просветительские акции (8,5 %), посвященные, например, отдельным проблемам психического здоровья или вводимые в связи с пандемией COVID-19. Проекты сроком жизни менее одного года или 1–2 года были обнаружены в одном и двух университетах соответственно.

Чаще всего просветительские материалы адресованы студентам данных университетов – это происходит чуть более чем в каждом половине случаев (см. рис. 8). И только в 8,6 % случаев просвещение также ориентировано на сотрудников университета и членов их семей.



## РИСУНОК 8 — ГРУППЫ, НА КОТОРЫЕ ОРИЕНТИРОВАНЫ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ ПРОЕКТЫ УНИВЕРСИТЕТОВ ПО ТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ



Чуть более чем в трети случаев университеты предлагают свои материалы всему взрослому населению, в 27 % случаев просвещение направлено на особые группы и темы, например материалы для матерей-заключенных, для учителей и учеников школ, детей с ОВЗ и пожилых граждан. Отдельно выделяется группа детей – 12 % материалов готовится для них, например чтение учебных курсов в детских садах для детей-дошкольников.

Поскольку часто просветительская деятельность ведется в рамках работы психологических служб, с чьей деятельностью просветительская пересекается на 40 %, профильных факультетов и студенческих управлений, основное направление работы просвещения, указанное в миссии, – улучшать благополучие целевых групп граждан посредством создания безопасных и развивающих условий. Эта цель указывается более чем в половине случаев – в 52,5 % (см. рис. 9).





## РИСУНОК 9 — НАПРАВЛЕНИЕ РАБОТЫ ПРОСВЕЩЕНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С МИССИЕЙ, ЦЕЛЯМИ И ЗАДАЧАМИ ОТВЕТСТВЕННЫХ СТРУКТУРНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ УНИВЕРСИТЕТА



Вторая наиболее распространенная и понятная цель – повышать осведомленность о психическом здоровье (35,6 %) и предоставлять доступ к ресурсам о психическом здоровье и благополучии и инструментам его поддержания (30,5 %). В одиннадцати случаях, наравне с просвещением и предоставлением доступа, университеты указывали обучение конкретным навыкам самопомощи. И в девяти – развитие научных исследований и научных разработок, позволяющих улучшить жизнь людей. Снижение стигматизации психических расстройств и обращения за помощью указано в миссиях только трех университетов.

Наиболее популярные темы, которые освещаются на просветительских ресурсах и в проектах университета, – профилактика стресса и выгорания (66 %) и общая профилактика психологических проблем, психогигиена (66 %) (см. рис. 10).

## РИСУНОК 10 — ТЕМЫ, ОСВЕЩАЕМЫЕ В ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИХ МАТЕРИАЛАХ УНИВЕРСИТЕТОВ



В порядка двух пятых случаев (44 %) освещаются общие темы сохранения здоровья; такие специфические темы, как социальные отношения (39 %), цифровизация (39 %), здоровый образ жизни (39 %), семейные отношения (24 %) и психическое здоровье. Чуть менее распространено освещение тем расстройств (37 %), партнерства пациента и врача при их лечении (20 %), работы с кризисными состояниями (18,6 %). В некоторых случаях упор делается на развитие персональных способностей (35,6 %). В некоторых случаях темы просвещения направлены на решение проблем конкретных групп, например детей и подростков (32 %), помощь при буллинге и травле (15 %), действия при суицидальном и самоповреждающем поведении (1,7 %). Также освещаются общие темы доступа к психологической помощи (20 %).

Наиболее популярные форматы просвещения – это отдельные занятия в виде лекций, семинаров и мастерских (66 %), просветительские курсы (57,6 %), формат занятий которых может различаться, и публикации на онлайн-платформах (44 %) – сайтах, блогах и социальных сетях (см. рис. 11).

### **РИСУНОК 11 – ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ ФОРМАТЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ УНИВЕРСИТЕТАМИ ДЛЯ ОСВЕЩЕНИЯ ТЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**



Чуть менее чем в трети случаев университеты проводят работу с населением в ходе публичных мероприятий, например открытых конференций, форумов, дней психического здоровья (29 %), и создавая аудио- и видеоконтент: видеоролики и подкасты по темам психического здоровья. Менее популярно просвещение непосредственно при оказании помощи (20 %), публикации просветительских материалов и методических пособий, так как эти форматы дают меньший охват аудитории и более трудозатратны. Еще менее распространено привлечение горожан к научным исследованиям и публикации в печатных СМИ (13,6 %), просвещение за счет деятельности клубов и кружков (8,5 %) и создание документальных фильмов (6,8 %). Важно отметить, что наиболее распространенные форматы, с одной стороны, вписываются в основную деятельность университетов (образование), с другой – менее затратны и обеспечивают больший охват. Менее популярные формы предполагают большие финансовые или временные затраты от университетов и оказывают точечное воздействие.

Что касается каналов просвещения, то наиболее распространенным и логичным для образовательных организаций оказался канал получения информации при живом взаимодействии в рамках образовательных мероприятий (80 %) (см. рис. 12). То есть большинство университетов чаще всего выбирает просвещение в рамках образования.

## **РИСУНОК 12 — КАНАЛЫ ПРОСВЕЩЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ УНИВЕРСИТЕТАМИ ДЛЯ ОСВЕЩЕНИЯ ТЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**



На втором месте по распространенности также просвещение, но уже в онлайн-образовании (41 %), в виде вебинаров и онлайн-курсов, и публикации в социальных сетях. В целом цифровые каналы пользуются популярностью, хотя каждое сочетание «канал – форма информирования» уже менее распространено по отдельности, в сумме они дают большую долю использований. Менее популярны более узкие каналы коммуникации: электронные рассылки, мобильные приложения, подкасты.

К участию в просветительской деятельности университеты чаще всего привлекают преподавателей (77 %), по половине случаев приходится на работу сотрудников отдельных подразделений и на ученых. Университеты стараются привлекать студентов к просветительской работе, чаще всего при проведении мероприятий (21 кейс), как исследователей или участников исследований (7 кейсов), при разработке просветительских материалов и организации мероприятий (по 6 кейсов).

Информирование студентов и сотрудников о возможностях участия в просветительской деятельности чаще всего происходит через информационные ресурсы университетов: рассылки, онлайн-платформы, объявления и внутреннюю рекламу на сайте, на досках объявлений в кампусе. Кроме того, о некоторых возможностях студенты узнают в клубах и организациях, на занятиях. Информирование сотрудников может происходить через отдел кадров или в описании инициативных проектов.

Более чем в половине случаев (64 %) просветительская деятельность университетов направлена вовне – на информирование городского сообщества. При этом наиболее популярными площадками для размещения информации остаются сайт, социальные сети и другие площадки университетов (см. рис. 13).

### **РИСУНОК 13 – ГОРОДСКИЕ ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ПРОДВИЖЕНИЯ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ИНФОРМАЦИИ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ БЛАГОПОЛУЧИИ И ПСИХИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ**



На втором месте по распространенности – социальные сети и другие социальные платформы, например Spotify, на которых университеты размещают подкасты (21 %). Некоторые (18,4 %) размещают информацию в местных и государственных СМИ, рассказывают о проектах университета в широкоэвещательных программах, таких как BBC: Breakfast, BBC: West. С такой же частотой (18,4 %) университеты размещают информацию на сайтах партнерских организаций, например на странице НКО, предотвращающих самоубийства, Pieta или в партнерстве с поставщиком веб-курсов edX. В некоторых случаях возможно размещать информацию на городских страницах, так делает университет в Киото, и на ресурсах муниципальных и местных властей, например на странице ассоциации учителей средних школ под эгидой министерства образования штата Виктория, Австралия (Post Primary Teachers' Association (PPTA)).

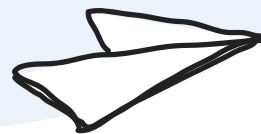
Менее распространено просвещение горожан в рамках мероприятий университета и городских мероприятий (по 1 кейсу) и путем наружной / внутренней социальной рекламы (3 кейса).

При анализе кейсов было обнаружено недостаточное количество данных о получении университетами наград за свою просветительскую деятельность – только 23 % университетов имеют таковые или размещают об этом информацию на своих страницах.

Награды и формы признания различаются, например в некоторых случаях университетские проекты получают признание на региональном уровне за снижение стигмы и продвижение знаний о психическом здоровье, улучшении благополучия студентов или просто получают поддержку проектов на государственных и локальных уровнях, в том числе выигрывая государственные или международные гранты. Некоторые проекты получают признание на университетском уровне – за повышение осведомленности и, таким образом, улучшение условий обучения и работы, создание инклюзивных условий обучения.



# СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ, СВЯЗАННЫЕ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ ГОРОЖАН: ОБЗОР ПРАКТИК



В разных университетах существуют свои организационные модели реализации социальных проектов по поддержке психологического благополучия. Они предполагают участие в них разных структурных подразделений:

- Факультеты и кафедры университетов, специализирующиеся на психологической или медицинской подготовке студентов. Например, факультеты психологии, социальной работы, медсестринского дела, факультет клинической психологии, факультет социальных наук, кафедра профилактической и социальной медицины и т. п. В составе факультетов психологии могут работать научно-исследовательские центры, например центр исследований нейropsychологии и когнитивно-поведенческих интервенций (CINEICC) университета Коимбры в Португалии.
- Колледжи здоровья и медицины в структуре университетов, например колледж общественного здравоохранения и социальной работы Роберта Стемпея в Майами, штат Флорида.
- Департаменты и отделы психического здоровья и благополучия.
- Лаборатории психического здоровья и благополучия школьников, детей и молодежи.
- Службы поддержки студенческого благополучия (Student Support Services), в том числе службы первичной медицинской помощи для студентов.
- Центры и отделы поддержки студентов и сотрудников, например центры психологического консультирования университета, центры психического здоровья.
- Студенческие службы поддержки благополучия и инклюзии (Student Wellbeing and Inclusion Service).
- Сообщества преподавателей, сотрудников и студентов.
- Внутриуниверситетские проектные команды.
- Волонтерские команды.
- Различные инициативные группы.
- Школы психологических наук, медицинские школы.

Тематика выполняемых ими проектов по поддержке психологического благополучия очень широка. Она определяется не только возможностями университетов, но и запросами потребителей. Проекты включают направления работы с психическим здоровьем, адаптацией, инклюзией и другими аспектами благополучия. Проекты нацелены на разные категории потребителей (таблица 4).

**ТАБЛИЦА 4 — ТЕМАТИКА ПРОЕКТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЦЕЛЕВОЙ АУДИТОРИИ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	ТЕМАТИКА ПРОЕКТОВ
1 <b>Дети, подростки</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Грамотность здоровья для детей</li> <li>• Посещение на дому матерей с новорожденными</li> <li>• От мальчиков к мужчинам</li> <li>• Мероприятия для больных детей</li> <li>• Улучшение оценки нейрокогнитивных нарушений у детей, инфицированных ВИЧ при рождении</li> <li>• Больница плюшевого мишки</li> <li>• Сеть поддержки сверстников</li> <li>• Центры дошкольного образования</li> <li>• Лучшие друзья</li> </ul>
2 <b>Студенты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Многокультурный кампус</li> <li>• Колледж восстановления: психическое здоровье как общее благо</li> <li>• Университетская база отдыха Веллингтон</li> <li>• Центр ресурсов для родителей и студентов</li> <li>• Программа поддержки равного консультирования по вопросам психического здоровья и благополучия студентов</li> <li>• Программа предоставления субсидируемого членства студентам для участия в Dog Walking Society</li> <li>• Серия лекций «Находя свой путь»</li> <li>• Центр психологического консультирования студентов PNU</li> <li>• Линия поддержки благополучия студентов</li> <li>• Инклюзивная образовательная среда для студентов с ограниченными возможностями</li> <li>• Проект «Послы благополучия»</li> </ul>



<p>3      <b>Взрослые, в том числе преподаватели и родители</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Центр для беременных и родителей</li> <li>• Волонтерская организация для помощи семьям</li> <li>• Программа онлайн-семинаров «Лучший выбор, лучшее здоровье»</li> <li>• Академия здоровья и благополучия</li> <li>• Исцеление вместе – социальная вовлечённость для психологического благополучия</li> <li>• Международный дом Киотского университета</li> <li>• Мобильные приложения для поддержания здорового сна и эмоционального благополучия</li> <li>• Служба консультирования и психологической поддержки сотрудников</li> <li>• Программа поддержки «равный – равному» для благополучия</li> </ul>
<p>4      <b>Пожилые люди и люди с ограниченными возможностями</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Забота о стареющем населении, участвовавшем в ликвидации последствий 11 сентября</li> <li>• Здоровое старение через инновации в сельской Европе</li> <li>• Повышение трудоустройства пожилых работников и лиц, осуществляющих уход, с помощью технологических решений</li> <li>• Инновации в области инвалидности и территории</li> <li>• Психологическая поддержка пожилых людей и людей с ограниченными возможностями</li> <li>• Психологическая поддержка людей с деменцией</li> </ul>

Больше всего проектов направлены на работу со студентами (38,4 %), взрослыми (30,1 %), пожилыми людьми (16,4 %), на поддержку детей (19,2 %), семей (8,2 %), людей с особыми состояниями здоровья (23,3 %). Можно выделить разные категории студентов, нуждающихся в поддержке. Это и студенты-новички с проблемами адаптации, студенты с детьми, иностранные студенты, включая переселенцев, нуждающиеся в адаптации к местной культуре. Проекты многих университетов направлены на помощь и поддержку именно этих групп студентов. Среди взрослых людей также можно выделить разные категории граждан, кому в первую очередь нужна психологическая поддержка: родители, педагоги, медицинские работники, другие профессионалы, безработные, опекуны, сотрудники университетов, взрослые с хроническими заболеваниями или с умеренными признаками посттравматического синдрома, люди с низким доходом и т. д.

Большое внимание уделяется особым группам населения: инвалидам, людям разных возрастов, страдающим психическими расстройствами, детям с ОВЗ, жертвам насилия, представителям меньшинств, пожилым людям с ограниченными возможностями

и с психическими заболеваниями. На поддержку детей разного возраста направлено почти 19,2 % социальных проектов университетов. В целевую группу входят и дети раннего возраста, дошкольники, школьники начальных классов, подростки, а также дети, переживающие стресс, например дети в больницах.

Разброс целевой аудитории довольно большой, что и обуславливает тематическое и организационное разнообразие реализуемых проектов.

Поддержка психологического благополучия предполагает разные направления деятельности: психологическую помощь и консультирование, информационно-просветительские проекты, спортивные и культурные мероприятия, благотворительность, волонтерские проекты.

Несколько примеров:

### Проекты для студентов:



Программа «Послы благополучия» (Central University of Queensland, Australia): проект предоставляет студентам возможность пройти обучение и стать «послами благополучия», чтобы помогать своим сверстникам справляться со стрессом, адаптироваться к университетской жизни и получать доступ к ресурсам по психическому здоровью. Студенты помогают организовывать мероприятия, информировать студентов о доступных услугах и оказывать первичную эмоциональную поддержку.



Проект «Служба благополучия студентов: практика поддержки» (Central University of Calgary, Canada): профилактические программы (осознанность, образовательные инициативы и тренинги, спорт и физическая активность), консультирование и поддержка (виртуальные групповые и индивидуальные терапевтические встречи), работа с семьями.

### Проекты для семей:



Программа «Дети и семьи» (Wellington UniVentures). Студенты-первокурсники медицинского факультета знакомятся с семьей, которая ожидает или недавно родила ребенка. Учащиеся могут навещать семью дома или совершать виртуальные визиты онлайн. Продолжительность визитов составит около 1 часа. В первый год программы планируется проведение 2 визитов, во второй год – 2 визита, и в третий год – 1 визит.



Mitey – общешкольная программа (University of Auckland, США). Обучение психическому здоровью для 1–8-х классов школ Новой Зеландии. Университет предоставляет все ресурсы, необходимые школам для образования в области психического здоровья.



Программа MECSH (University of Western Sydney, Австралия) получила признание как эффективная интервенция для семей, испытывающих различные трудности, включая социально-экономические проблемы, психические расстройства и семейное насилие. Услуги предоставляются дипломированными медсестрами с высшим образованием, прошедшими дополнительную (обычно последипломную) подготовку по уходу за детьми и семьёй. В настоящее время программа успешно реализуется в Австралии, Великобритании, США и Южной Корее, оказывая поддержку тысячам семей по всему миру.

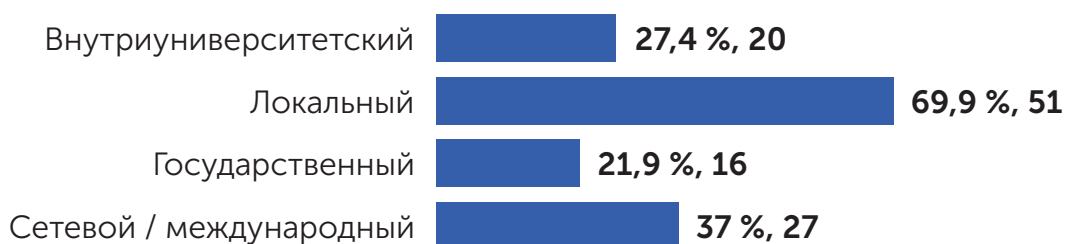
#### Проекты для старшего поколения:



Проект «Студенческое творчество для общественных работ» (IPB University, Indonesia). Программа расширения прав и возможностей в христианском доме престарелых «Муара Касих» (RPUK).

Анализ показал, что существует несколько уровней планирования и реализации социальных проектов: внутриуниверситетский, локальный, государственный, сетевой (международный) (рисунок 14).

#### РИСУНОК 14 – УРОВНИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ УНИВЕРСИТЕТОВ

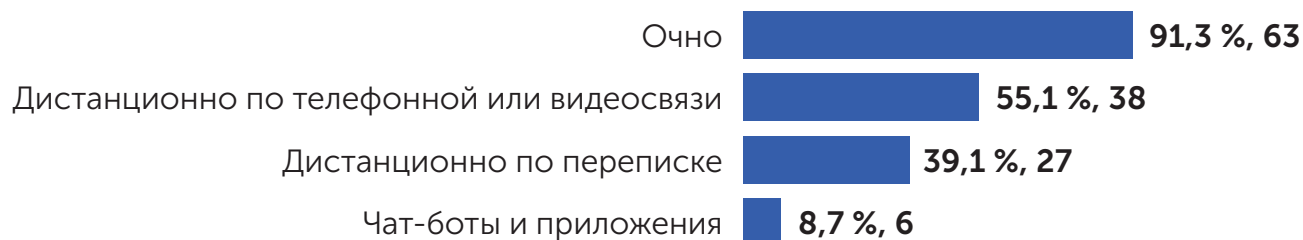


Чаще всего университеты реализуют локальные, сетевые и внутренние проекты и в меньшей степени склонны к разработке государственных проектов. Соответственно и финансирование университетских проектов имеет свои особенности: чаще всего проекты финансируются самим университетом (48,6 %), в 47,2 % случаев финансирование осуществляется посредством грантов, из государственного бюджета всего лишь 20,8 %, волонтерские проекты без финансирования – 11,1 %.

Социальные проекты имеют разную длительность. Большую долю составляют постоянные проекты (61,6 %), 21,8 % проектов реализуются в течение трех и более лет, небольшую долю составляют разовые акции или быстротекущие проекты, длящиеся год-два и менее. Это хороший пример не только стабильности в работе вузов, но и четкого понимания приоритетов и смыслов в работе с населением в решении социальных проблем. Ориентация на длительное сотрудничество с городом, городской средой способствует достижению целей устойчивого развития.

Проекты реализуются в различных форматах. На рисунке 15 представлены наиболее часто встречающиеся форматы социальных проектов университетов.

## РИСУНОК 15 – ФОРМАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЙ В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ



Наиболее используемым форматом являются очные встречи (91,3 %), второе место по популярности занимают дистанционные форматы с использованием телефонной и видеосвязи (55,1 %), менее популярными являются дистанционная переписка и чат-боты и приложения. Такое распределение вполне обосновано, так как живой социальный контакт является важнейшим фактором психологической поддержки, создает большую доверительность, способствует включению участников в разные виды активностей, позволяет оперативно получать обратную связь. В то же время выбор формата мероприятия должен учитывать и особенности запросов потребителей, их цели и ожидания.

Важным вопросом для университетов, реализующих внутренние и внешние социальные проекты, является разработка и применение механизмов оценки эффективности своих проектов. Все университеты используют те или иные методы оценки результативности своих социальных проектов. Показатели и механизмы оценки определяются спецификой проекта. Для образовательно-просветительских проектов используются образовательные или исследовательские проверочные задания, зачеты, показатели качества образования. Для культурных мероприятий или публичных просветительских активностей – данные о вовлеченности, для проектов по оказанию психологической помощи – опросы, отзывы, обратная связь о достижении целей.

Данные по университетам свидетельствуют, что при оценке социальных проектов чаще всего используются опросы участников мероприятий, потребителей для получения обратной связи о качестве предоставляемых услуг, отчеты руководителей проектов о результатах проделанной работы, а также проводятся сравнительный анализ показателей с использованием контрольной группы. В ряде университетов используется итоговая сертификация и рейтинг как показатель эффективности вуза.

Один из самых важных аспектов проектирования социальной активности – осознание миссии и целей деятельности университета в данном направлении. Многие университеты формулируют так называемую третью миссию, подразумевая под ней создание общественного блага, вклад в развитие города, региона. Она естественным образом связана с миссией образования и миссией научных исследований.

Среди наиболее типичных формулировок социальной миссии университетов можно выделить:

- создание среды, поддерживающей психологическое благополучие (благоприятной, комфортной, безопасной и стимулирующей), в университете и обществе;
- забота о психическом и физическом здоровье;
- развитие навыков управления психологическим здоровьем и благополучием;
- продвижение знаний о психическом здоровье и благополучии;
- эмоциональная поддержка студентов и других категорий граждан;
- обеспечить равенство и доступность психологической поддержки;
- развитие культуры взаимной поддержки.

Многие университеты подчеркивают, что в центре их деятельности стоит человек и его психологическое благополучие.

В зависимости от миссии, организационной структуры и направленности социальных проектов дифференцируются цели и задачи деятельности университетов в области поддержки психологического благополучия. Наиболее часто встречающиеся формулировки целей:

- |   |  |
|---|--|
| • управление эмоциональной устойчивостью;   | • пропаганда ЗОЖ;  |
| • снижение социальной изоляции;   | • повышение этического и межкультурного взаимопонимания; |
| • формирование навыков само- и взаимопомощи, развитие навыков социального взаимодействия; | • интеграция иностранных студентов (граждан) в социум;   |
| • повышение осведомленности о психическом здоровье и благополучии;                        | • создание безопасного пространства;                     |
| • повышение уровня психологического комфорта;   | • предотвращение насилия;                                |
| • расширение доступа к разным видам психологической помощи;                               | • поддержка инклюзии;                                    |
|   | • создание безопасной среды в кампусах;                  |
|   | • создание условий для взаимодействия сообществ и др.    |

В большинстве университетов активно реализуется такое направление, как психологическая поддержка (69,9 %). Оно включает в себя самые разные формы работы: консультации, тренинги, клубы, сообщества поддержки, поддержку меньшинств: этнических, религиозных, языковых, инклюзии и др. Большую долю в содержании социальных проектов университетов занимает и тематика здоровья (38,4 %): спортивные секции, йога, правильное питание, проекты по спортивному оборудованию, проекты по формированию медицинской грамотности для разных групп населения. Значимыми для университетов являются и проекты, направленные на интеграцию и устойчивость социума. Они включают в себя работу с вынужденными переселенцами, мигрантами, иностранными студентами, пожилыми людьми (28,8 %).

17,8 % тем, реализуемых вузами, занимает тематика саморазвития и развития различных навыков и качеств: это тренинги личностного роста, коуч-проекты, наставничество, институты кураторства и т. п. Доля проектов на основе благотворительности и волонтерства составляет 11 %, в меньшем количестве (8,2 %) представлены в университетах творческие проекты, такие как хобби, театральные студии, выставки сотрудников, студентов и т. п. Наряду с наиболее часто реализуемыми темами университеты работают и в области обучения, воспитания и развития детей, создают программы открытых курсов как для детей, так и для подростков и взрослых по различной тематике, важным направлением поддержки является и профилактика притеснений, гендерного насилия и дискриминации разных групп населения, включая и детей. Широко представлены и темы, связанные с поддержкой и укреплением психического и физического здоровья, профилактикой депрессии, суицидов и других проблем, связанных с психическим здоровьем.

Тематика проектов очень разнообразная. В целом она укладывается в традиционно сложившиеся две устойчивые модели участия университетов в решении проблем психологического благополучия жителей городов: организацию психологической помощи по принципу клиники, когда в различных форматах людям оказывается психологическая, психолого-педагогическая или психотерапевтическая помощь; и профилактическую модель, основанную на оказании таких услуг, как психологическое просвещение, информирование, обучение навыкам поддержки благополучия в форматах лекций, семинаров, курсов саморазвития и т. п. В связи с социальными изменениями меняются и запросы, а значит, тематика проектов по поддержке психологического благополучия расширяется, изменяется, отвечает последним тенденциям в мире.

Университеты вынуждены более системно подходить к планированию своего участия в решении актуальных проблем города.

В одном университете, как правило, реализуется несколько направлений и несколько видов социальных практик, например психологическое просвещение через практику психологической помощи, развитие навыков посредством образования и участия в волонтерских мероприятиях и т. д. Вузы реализуют обычно определенное количество смежных и связанных между собой практик.

Наибольшее количество (65,1 %) смежных практик реализуется при выполнении программ по просвещению и информированию. Информирование воздействует на когнитивные процессы личности и формирует убеждения, а затем и поведение. Это необходимое условие для принятия решения о самосовершенствовании. Поэтому многие форматы обучения сочетают в себе практики информирования и практики развития. И наоборот, организовать какие-либо мероприятия или практические занятия невозможно без предварительного информирования и определения смыслового поля для потребителя. В 28,6 % случаев совмещение разных практик происходит при оказании психологической помощи: в процессе консультирования, проведения тренингов, сопровождения процесса саморазвития и т. д. С другой стороны, запросы общества меняются, и университеты стремятся вписаться в городские проблемы своими разными гранями. По возможности, они расширяют поле своих социальных проектов в зависимости от имеющихся ресурсов и запросов. Например, University of the Sunshine Coast, University of the



Sunshine Coast (UniSC) в Австралии создал платформу, направленную на повышение осведомлённости и развитие навыков, необходимых для построения и поддержания здоровых отношений. Он предлагает информацию, советы и инструменты, помогающие людям улучшать качество своих личных связей, список полезных гайдов и видео, контакты организаций, предоставляющих консультации и помощь. В проекте совмещаются образовательные, консультационные и социальные мероприятия.

Комплексный подход к социальному проектированию обуславливает позиционирование социальных проектов как внутри университета, так и в окружающем социуме. Позиционирование внутри университета измеряется, прежде всего, количеством сотрудников, задействованных в проекте. Чем более разнообразен спектр категорий участников проекта, тем он значимее и популярнее.

Традиционно это преподаватели университетов (60,3 %), профильные специалисты (52 %), научные сотрудники (39,7 %), волонтеры (38,4 %) и совсем незначительное количество студентов (2,7 %) и внешних партнеров (1,4 %). Преподаватели и научные работники проводят исследования, разрабатывают и внедряют учебные и исследовательские программы, проводят сбор и анализ данных, разрабатывают решения, координируют взаимодействие между университетом и внешними партнерами, курируют работу студентов. Профильные специалисты проводят тренинги, другие мероприятия, участвуют в исследовательских грантах, руководят проектом.

Студенты в основном задействованы в волонтерских проектах. Наиболее часто встречающиеся практики, в которых задействованы студенты: волонтерские команды, участие в организации мероприятий и разработке проектов, обучение и работа наставниками студентов младших курсов, проведение тренингов и предоставление поддержки, участие в исследованиях и внедрении решений, участие в программах кампусов, участие в организации семинаров.

### **Как университеты привлекают студентов и преподавателей к участию в социальных проектах?**

Наиболее распространенные форматы информирования и привлечения – использование университетской платформы, реклама на сайте университета, рассылки по электронной почте, стенды в кампусах университета, партнерские университетские ресурсы, а также в рамках учебного процесса, через стажировки и обмены студентов, через мероприятия и связи с сообществами. Как видим, используется широкий спектр возможностей для внутреннего позиционирования проектов и привлечения к ним преподавателей и студентов.

Для успешности социального проекта важно и то, как университет продвигает его во внешней среде, насколько он интересен внешним потребителям. 66,2 % университетов указали, что они активно позиционируют свои социальные практики в городе и регионе.

Ресурсы, которые используют университеты для продвижения своих проектов во внешней среде:

- публичные мероприятия;
- коллаборации с местными организациями;
- информационные кампании в социальных сетях и СМИ;
- международное сотрудничество, участие в глобальных инициативах;
- проекты в сообществах;
- интеграция своих практик в системы здравоохранения и образования;
- научно-практические конференции, публикации в индексируемых журналах;
- освещение программ на городских платформах.

Результатом такого продвижения является упоминание о проектах университетов в городском информационном пространстве. По данным, которые нам удалось найти, в 46,2 % случаев такие упоминания имели место. Это упоминания в локальных СМИ, таких как кампусные газеты и местные сайты, в городских новостях, на ютуб-канале, через государственные программы и социальную рекламу. Ограничения в данных не позволяют говорить однозначно о продвижении своих проектов другими вузами. Однако необходимо признать важность маркетинговой составляющей в реализации именно социальных проектов. Чем более известен вуз и его социальный вклад, тем больше он получает признание и тем больший вклад он вносит в общественную жизнь своего города. По данным исследования, 47,8 % университетов отмечают, что получили признание полезности своей деятельности в городе или регионе. Приведем некоторые примеры:

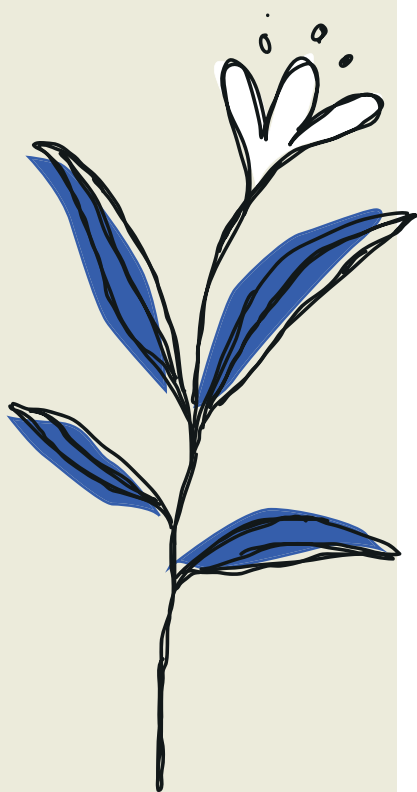
- проект стал модельным для внедрения подобных инициатив в других университетах;
- программа получила признание как эффективный инструмент борьбы с социальной изоляцией;
- проект поддержан национальной программой France 2030, что говорит о высоком уровне признания;
- проект поддержан Science Foundation Ireland как пример инновационной практики в психологии;
- проект отмечен как одна из успешных практик инклюзии и предотвращения кризисов в кампусах и т. д.

Наблюдается высокая социальная активность университетов с высоким уровнем рейтинга; имеет место большое разнообразие практик поддержки психологического благополучия студентов и жителей городов; проекты реализуются на разных уровнях организационного взаимодействия; наблюдается интеграция практик поддержки психологического благополучия в рамках разных направлений социальной деятельности университетов; реализация социальных проектов требует разработки информативных критериев оценки их эффективности; исследование подтвердило важную роль внутреннего и внешнего позиционирования университетом своих проектов в области психологического благополучия.

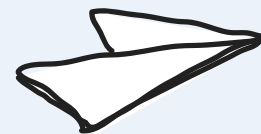


# РЕЗЮМЕ

Проведенный анализ практик по поддержанию благополучия горожан в области психического здоровья и психологического благополучия показал высокий уровень возможности участия университетов в реализации данного направления. Решение вопросов психологического благополучия лежит как в плоскости реализации задач психического здоровья горожан, т. е. в медицинском аспекте, так и в области решения смежных проблем, влияющих на повышение психического и психологического здоровья. Университеты включены в решение данных задач через исследовательские проекты (сбор научных доказательных данных о состоянии дел в том или ином вопросе), практико-ориентированные проекты (решение тематически узких задач, результаты которых положительно сказываются на благополучии граждан, например исследование и практическая реализация проектов в области изучения проблем деменции, матерей и детей с ВИЧ и т. д.), пролонгированные проекты, ставшие миссией университета и особенностью подготовки специалистов, например подготовка специалистов-медиков на основе развития эмпатии у врачей. Широкий круг задач решается через реализацию просветительских проектов в университетах для горожан. Интересные практики используются для сохранения местных культур, например аборигенов в Океании, их интеграции в массовой культуре, и все это влияет на психологическое благополучие населения городов. Самой широко представленной и востребованной является практика клиник для сохранения психического здоровья, ментального благополучия и т. д. Клиники работают в формате как автономных организаций при университетах, так и включенных в их образовательные практики. Клиники решают как задачи образовательного процесса, на их базе работают студенты, магистранты, преподаватели и научные сотрудники высшей школы, так и задачи городских структур и местных сообществ. Клиники основываются в рамках медицинских, психологических и социальных факультетов и кафедр. Университеты могут использовать весь свой потенциал для повышения уровня благополучия горожан, даже традиции чаепития студентов волонтеров-психологов с местными сообществами для простых разговоров, которые определенно увеличивают психологическое благосостояние участников процесса. Таким образом, опыт участия университетов в повышении психологического здоровья горожан является очень важным и интересным для развития работы с местным сообществом городских образовательных организаций в современных реалиях развития городов. Городской университет может стать центром сохранения психологического благополучия жителей, стать автором специализированных программ и проектов и быть включенным в различные социальные практики для решения глобальной задачи сохранения благополучия горожан.



# АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ



## РУКОВОДИТЕЛЬ:



### НЕХОРОШЕВА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА

заведующий научно-исследовательской лабораторией городского благополучия и здоровья научно-исследовательского института урбанистики и глобального образования ГАОУ ВО МГПУ

## АВТОРЫ:

### АВРАМЕНКО ВЕРА ГРИГОРЬЕВНА

младший научный сотрудник научно-исследовательской лаборатории городского благополучия и здоровья научно-исследовательского института урбанистики и глобального образования ГАОУ ВО МГПУ

### АЛЕКСЕЙЧЕВА ЕЛЕНА ЮРЬЕВНА

профессор департамента философии и социальных наук института гуманитарных наук ГАОУ ВО МГПУ

### АФАНАСЬЕВА ЮЛИЯ ВИТАЛЬЕВНА

заместитель директора научно-исследовательского института урбанистики и глобального образования ГАОУ ВО МГПУ

### ГИЛЬЯНО АЛЬБИНА СЕРГЕЕВНА

доцент департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности института психологии и комплексной реабилитации

### КАСАТКИНА ДАРЬЯ АЛЕКСЕЕВНА

научный сотрудник научно-исследовательской лаборатории городского благополучия и здоровья научно-исследовательского института урбанистики и глобального образования ГАОУ ВО МГПУ

### КОМАРОВА ОКСАНА НИКОЛАЕВНА

доцент департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности института психологии и комплексной реабилитации ГАОУ ВО МГПУ

### МОРОЗОВА ТАТЬЯНА ЮРЬЕВНА

старший преподаватель департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности института психологии и комплексной реабилитации ГАОУ ВО МГПУ

### ОВЧАРЕНКО ЛАРИСА ЮРЬЕВНА

начальник департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности института психологии и комплексной реабилитации ГАОУ ВО МГПУ

### РАССКАЗОВА АЛЛА ЛЬВОВНА

доцент департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности института психологии и комплексной реабилитации ГАОУ ВО МГПУ

### СТРАМНОВА ЕЛЕНА ВИКТОРОВНА

начальник отдела управления научных исследований и разработок ГАОУ ВО МГПУ

### ЦАПЛИНА ОЛЬГА ВИКТОРОВНА

доцент департамента психологии института педагогики и психологии образования ГАОУ ВО МГПУ

## ПРИ УЧАСТИИ:

### ЕНЧИКОВОЙ ЕКАТЕРИНЫ СТАНИСЛАВОВНЫ

научный сотрудник центра исследований и интервенций в образовании Университета Порту (Португалия)

# НАШИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Дайджесты с результатами исследований ученых МГПУ по актуальным социальным проблемам города и горожан, а также по вопросам обучения и развития детей представлены в разделе «Библиотека» на научно-просветительском портале PRIZMA. Все материалы доступны для скачивания.



## О преимуществах использования искусственного интеллекта в школе



Результаты исследования: почему педагоги осторожны с ИИ и какие перспективы он открывает

Асонова Е. А., Сененко О. В.,  
Борусяк Л. Ф.

## Обучение детей: образовательные стратегии в большом городе



Исследование стратегий семей в получении начального, основного и среднего общего образования

Вачкова С. Н., Климов И. А.,  
Миронова А. В., Нехорошева Е. В.,  
Салахова В. Б., Суменкова Ю. И.,  
Федоровская М. Н., Яшина И. А.

## Международный опыт лидерства в образовании: лучшие практики профессионального развития учителей и директоров школ



В дайджесте представлены аналитические результаты исследования, включающие описание лучших практик Японии, Сингапура, Австралии и Китая по организации деятельности, направленной на профессиональное развитие и карьерный рост педагогических работников и управленческих кадров образовательных организаций общего образования.

Вачкова С. Н., Салахова В. Б.,  
Агеева Н. С., Мысина Т. Ю.,  
Суменкова Ю. И., Федоровская М. Н.

## Как обойти подводные камни и выстроить конструктивное взаимодействие



В работе представлены рекомендации для советников по воспитанию по основным вопросам и трудностям привлечения родителей к воспитательным практикам школы

Касаткина Д. А., Нехорошева Е. В.,  
Миронова А. В., Авраменко В. Г.

## Как развивать культуру образовательных отношений: советы экспертов



Практические пошаговые рекомендации для педагогов, родителей и администрации школ

Миронова А. В., Коновалов А. Ю.,  
Нехорошева Е. В., Касаткина Д. А.,  
Авраменко В. Г.

## Больше чем просто музей: как получить максимум образовательных эффектов



Результаты исследования по проектам «Разработка и апробация модели проведения просветительских мероприятий в системе общего образования г. Москвы в партнерстве с учрежд. культуры» и «Разработка и апробация инструментов музейной коммуникации на основе методологии «умный музей»

Белолуцкая А. К., Жабина Н. Г.,  
Гурин Г. Г., Головина А. В.,  
Гринько И. А., Криштофик И. С.,  
Мкртчян В. А., Щербакова Т. В.,  
Ушакова Е. Г.

# УНИВЕРСИТЕТЫ МИРА В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ГОРОЖАН

*анализ успешных практик*

РЕКОМЕНДОВАНО К ПЕЧАТИ УЧЕНЫМ СОВЕТОМ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО  
ИНСТИТУТА УРБАНИСТИКИ И ГЛОБАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГАОУ ВО МГПУ

Московский городской педагогический университет  
Россия, Москва, ул. Панфёрова, д. 14.  
[research.info@mgpu.ru](mailto:research.info@mgpu.ru)  
+7 (499) 132 35 09

Дизайн и вёрстка:  
Дымкова О. А.

Некоммерческое партнерство «Авторский Клуб»  
109052, г. Москва, ул. Нижегородская, д. 104, корп. 3.  
[info@author-club.org](mailto:info@author-club.org), [www.author-club.org](http://www.author-club.org)

Электронное издание.

Подписан макет 23.12.2024 г. Формат 60х90/8.  
Усл. печ. л. 5,5.

