



# НЕДЕЛЯ



# ПСИХОЛОГИИ



♥ *Уважаемые студенты, коллеги и родители наших студентов!*

С понедельника, 20 апреля 2026 года, по пятницу, 24 апреля 2026 года в нашем колледже пройдет 🌱 «Весенняя неделя психологии» 😊

**Психология** - это самая простая, на первый взгляд, и в то же время самая сложная наука. Она сопровождает нас каждый день: помогает выстраивать отношения с окружающими и лучше понимать самих себя. Иногда мы называем «душой» то, что находится внутри нас - хрупкое, ценное и очень важное. Именно через общение проявляются её особенности:

- 🤝 доброта
- 💬 дружба
- ♥ доверие
- ☑ поддержка
- ✨ помощь

*Основными тематическими направлениями Недели психологии являются:*

- *развитие ценностно-смысловой сферы личности и ценностного самоопределения обучающихся* – ценность человеческой жизни, сохранение и уважение достоинства, крепкая традиционная семья, руководство принципами гуманизма, справедливости, ответственности, взаимоуважения, сотрудничества, сплочённости;

- *развитие стрессоустойчивости и совершенствование навыков саморегуляции* - освоение приёмов снятия напряжения и тревоги, навыков анализа актуального эмоционального состояния, его регуляции и нормализации, актуализация личностных ресурсов;

- *развитие коммуникативной компетенции, социальной гибкости, дружелюбия* - освоение навыков распознавания эмоций (своих и собеседника), совершенствование навыков конструктивного разрешения конфликтной ситуации, самоанализ имеющихся ресурсов личности, повышение культуры межличностного взаимодействия.

👉 *Попробуйте активно поучаствовать в Неделе психологии и заметить эти проявления в себе и окружающих!*