

«Әулиекөл ауылшаруашылығы колледжі» КМҚК
КГКП «Аулиекольский сельскохозяйственный колледж»

КЕЛІСЕМІН:

СОГЛАСОВАНО: *Нәсі*

Директордың оқу
тәрбие жұмысының
Наговицына Р.Г.

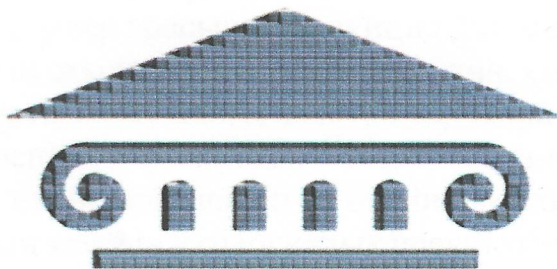
02.06.2025

БЕКІТЕМІН:
УТВЕРЖДАЮ:



«Әулиекөл ауылшаруашылығы
колледжі» КМҚК
Жансугурова А.Б.

02.06.2025



БАҒДАРЛАМА

**«ГАРМОНИЯ» Психологиялық қолдаудың жазғы
платформасы**

Әулиекөл, 2025 ж

Түсіндірме жазбасы

Жаһандық кеңістіктегі жасөспірімдік шақтағы интернетке тәуелділіктің кері әсерімен байланысты өзгерістерді ескере отырып, біздің студенттерге жаз мезгілінде қосымша қолдау қажет. Көптеген студенттер жеке психологиялық ерекшеліктеріне байланысты қиын өмірлік жағдайға тап болуы мүмкін, ал жеке адамдар өмірлік дағдарыс кезеңдерінде әлемнің субъективті бейнесін, яғни өзіне және жалпы әлемге деген идеялары мен көзқарастарын бұрмалауға бейім. Бұл оқушылар жазғы демалыс кезінде ерекше назар аударуды қажет етеді, өйткені олар каникул кезінде мұғалімдердің қарауынсыз қалып, тек отбасына қалдырылады. Тіркеу санатындағы жасөспірімдер мен жетім балаларға көбірек көңіл бөлу қажет. Осы жағдайлар бұл бағдарламаның жасалуына түрткі болды. Бағдарламаның жаңалығы, психологиялық қолдаудың мұндай түрі ТЖКБ ұйымдарында бұрын тәжірибеде болмаған. Оқу жылында жүргізілген диагностикалық жұмыстардың нәтижесінде ерекше көңіл бөлуді қажет ететін студенттер топтары қалыптасты – студенттердің бұл санаты жазғы уақытта психологиялық қолдау жұмысының өзегі болады. Жасөспірімдер арасындағы суицид деңгейі қазіргі уақытта өте жоғары деңгейде қалып отырғанын есте ұстаған жөн. Әдетте, мұндай қадамды тұйық, табиғаты осал, жалғыздықтан зардап шегетін және өмірдің мәнін жоғалтқан жасөспірімдер шешеді. Сондай-ақ, өз-өзіне қол жұмсаудың себебі ата-ананың да, жасөспірімдердің де өзінің алкоголизмі мен нашакорлығы, адамның жеке психологиялық ерекшеліктері, ішкі жанжал және т.б. болуы мүмкін. Қиын өмірлік жағдайда дер кезінде психологиялық қолдау трагедияны болдырмауға көмектеседі.

Оқушылардың жазғы демалысы «зарядтау» және «разрядтау» қуатты аккумуляторы болып табылады: ақыл-ой, моральдық, эстетикалық, физикалық. Ұйымдастырылған демалыс жүйесі жеткіншектердің жеке басының жан-жақты ашылуына және дамуына ықпал ететін қарым-қатынас, тәрбие, сабақтастық принципінде жұмыс істейтіндіктен. Тиімді ұйымдастырылған психологиялық қолдау біздің студенттерге демалуға, физикалық және психологиялық шамадан тыс жүктемелерден арылуға мүмкіндік береді. Психологиялық қолдау платформасының жетекші идеясы – жас ұрпақтың әлеуметтік дамуына ықпал ететін, оқушылардың жас және жеке қажеттіліктерін қанағаттандыра отырып, жасөспірімдердің қолайлы психологиялық жағдайына жағдай жасау.

Бағдарламаның мақсаты: колледж студенттерінің психологиялық денсаулығын сақтауға және нығайтуға және олардың жеке тұлғасын дамытуға жағдай жасау, сонымен қатар жазғы демалыс кезінде аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу.

Бағдарламаның негізгі мақсаттары

1. Студенттік ортада қолайлы психологиялық климат құру және қолдау.
2. Жасөспірімдердің психоэмоционалдық жағдайындағы ауытқулардың алдын алу.

3. Өзін-өзі бағалау деңгейін, әлеуметтік-психологиялық деңгейін арттыру психологиялық қолдауды қажет ететін студенттерді бейімдеу.
4. Психотравматикалық немесе постпсихотравматикалық жағдайдағы психологиялық стрессті жеңілдету.
5. Эмоциялық тәуелділік пен қатаңдықты төмендету.
6. Жасөспірім мінез-құлқының компенсаторлық механизмдерін қалыптастыру.
7. Жасөспірімдерде өмір мен өлімге адекватты қатынасты қалыптастыру.

Бағдарламаны іске асырудан күтілетін нәтижелер:

1. Колледж студенттерінің психологиялық денсаулығын сақтау және нығайту тетіктерін жетілдіру.
2. Жасөспірімдердегі қоғамға жат және аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алудың тиімді жүйесін жасау.
3. Заманауи түзету әдістеріне негізделген зиянды әдеттермен мақсатты күрес.
4. Бұқаралық ақпарат құралдарында ТЖКБ ұйымдарында психологиялық қолдауды жүзеге асыру бойынша жұмысты насихаттау. (шілде, тамыз)

Іске асыру мерзімі: 2025 жылғы шілде-тамыз

Жазғы психологиялық қолдау сайтының жұмыс уақыты «ГАРМОНИЯ» - Студенттер сайтқа дүйсенбі мен жұманы қоса алғанда сағат 9.00-ден 12.00-ге дейін кіреді. Сенбі және жексенбі - демалыс күндері.

Өзіне-өзі қызмет көрсету ішу режимі, учаскеде тамақ жоқ.

Күн тәртібі: 1 және 2 апта (аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу, жалпы даму):

- 9:00 - 9:30 студенттер жиналуы, дене қыздыруы;
- 9:30 - 11:30 психологиялық тренингтер (зияткерлік ойындар, коммуникативті дағдыларды жетілдіруге арналған жаттығулар, көшбасшылық қасиеттерді дамыту, психоактивті заттарға тәуелділіктің алдын алу);
- 11:30 – 12:00 ашық ауада демалу (музыка, ойлау, шығармашылық және т.б.) Айдың 3-ші және 4-ші апталары (сайтқа келген студенттермен жеке түзету (жұмыс), консультациялар, әңгімелер), қажет болған жағдайда ата-аналармен/заңды өкілдермен (хаттама, журнал)

**«ГАРМОНИЯ» психологиялық қолдау платформасының
жұмысы ЖОСПАРЫ**

№ п / п	кезең	Сабақ тақырыбы	Сабақтың түрі	жауапты оқытушы
шілде				
1	1 апта	1. Танысу. «Сенім көпірі», «Біз біріміз» танысу, бірлік тренингтері. 2. Сайтқа қанағаттану және күтілетін нәтижелер туралы сауалнама. 3. Кәмелетке толмағандар арасында психоактивті заттарға тәуелділіктің алдын алу бойынша жаттығулар: «Залдар тізбегі», «Жоқ деп айт» рөлдік ойыны» т.б. 4. «Эмоционалды интеллектті дамыту» тақырыбындағы тренингтер. «Эмоцияны тап» жаттығуы, «Эмоционалды шеңбер» ойыны. 5. Күйзеліске төзімділікті қалыптастыру жаттығулары «Шоу», «Стресс добы». 6. «Дыбыс сал» шығармашылық әлеуетін дамытуға арналған жаттығулар. 7. Шығармашылық әлеуетті дамыту жаттығулары «10 қосымша»	топтық	Мизимбаева Ж.К.
2	2 апта	1. Жасөспірімдік шақта қорқытудың алдын алуға арналған «Конфликттегі рөлдер», «Басқаша айт» ойындары мен жаттығулары. 2. Көшбасшылық қасиеттер мен шығармашылықты дамытуға арналған жаттығулар: «Эмоциялар шағын театры». 3. «Суретті жина» жаттығуы. 4. Стресске төзімділікті дамытуға арналған жаттығулар «Менің ішімде не бар?». 5. «Мазасыз тастар» жаттығуы 6. «Мен қалай күресемін», «Менің қауіпсіз жерім» эмоционалдық интеллектін дамытуға арналған жаттығу.	топтық	Мизимбаева Ж.К.
3	3 апта	1. Оқушылардың жиналуы. Қызу жаттығуларын жүргізу. 2. Ата-аналармен қарым-қатынас мәселелері бойынша жеке консультациялар мен түзетулер, құрдастарымен қарым-қатынасты орнату және т.б. жүргізілген жұмыстарды журналға және хаттамаға міндетті түрде түсіру.	топтық, жеке	Мизимбаева Ж.К.
4	4 апта	1 Оқушылардың жиналуы. Қызу жаттығуларын жүргізу. 2. Ата-аналармен	топтық, жеке	Мизимбаева Ж.К.

		қарым-қатынас мәселелері бойынша жеке консультациялар мен түзетулер, құрдастарымен қарым-қатынасты орнату және т.б. жүргізілген жұмыстарды журналға және хаттамаға міндетті түрде түсіру.		
тамыз				
5	1 апта	1. Бір-бірімен танысу. Бір-бірімен танысу және топ құру тренингтері (мұғалімнің қалауы бойынша, мұғалім ауысқан сайын). 2. Кәмелетке толмағандар арасында психоактивті заттарға тәуелділіктің алдын алу бойынша жаттығулар «Стресспен күресудің бес жолы», «Тандау желісі» 3. «Іс-әрекет жоспары» жаттығулары. 4. Көшбасшылық қабілеттерін және шығармашылық қабілеттерін дамытуға арналған жаттығу: «Болашақтан келетін тақырып» 5. Эмоциялық интеллектті дамытуға арналған жаттығулар «Менің эмоцияларым – менің көмекшілерім». 6. Стресске төзімділікті дамытуға арналған жаттығулар «Стресс картасы» 7. «Ұжымдық портрет» топ құру жаттығуы. 8. «Карта арқылы жанашырлық», «Жақсы сөздің күші» қорлаудың алдын алуға арналған жаттығу.	топтық	Мизимбаева Ж.К.
6	2 апта	1. Қанағаттану және сайттың күтілетін нәтижелері туралы қорытынды сауалнама. 2. Кәмелетке толмағандар арасында психоактивті заттарға тәуелділіктің алдын алу бойынша жаттығулар: «Тандау желісі», «Қолдау жәшігі». 3. Бұзақылықтың алдын алу бойынша тренинг. «Құндылықтармен ойын», «Шеңберде комплимент айту» жаттығуы. 4. Көшбасшылық қасиеттер мен шығармашылық әлеуетті дамытуға арналған жаттығулар: «Шығармашылық қайта жүктеу», «Керісіндегі миға шабуыл». 5. «Тыныштық тынысы», «Тоқта – күйзеліс!» күйзеліске төзімділікті дамыту тренингі. 6. «Тәндегі сезім», «Эмоциялар сөйлесе» эмоционалды интеллектті дамыту тренингтері.	топтық	Мизимбаева Ж.К.

		7. Команда құру жаттығуы «Сенім торы», «Соқыр эстафета». 8. Психологиялық қолдау көрсету барысы және жанды қарым-қатынас формасы, құпия әңгіме туралы рефлексия.		
7	3 апта	1. Оқушылардың жиналуы. Қызу жаттығуларын жүргізу. 2. Ата-аналармен қарым-қатынас мәселелері бойынша жеке консультациялар мен түзетулер, құрдастарымен қарым-қатынасты орнату және т.б. жүргізілген жұмыстарды журналға және хаттамаға міндетті түрде түсіру.	топтық, жеке	Мизимбаев а Ж.К.
8	4 апта	1. Оқушылардың жиналуы. Қызу жаттығуларын жүргізу. 2. Ата-аналармен қарым-қатынас мәселелері бойынша жеке консультациялар мен түзетулер, құрдастарымен қарым-қатынасты орнату және т.б. жүргізілген жұмыстарды журналға және хаттамаға міндетті түрде түсіру.	топтық, жеке	Мизимбаев а Ж.К.