

А. С. Ярошевич,
педагог-психолог Белорусского государственного
университета транспорта (Гомель, Беларусь)
hannayaroshevich@gmail.com

ИНФОРМАЦИОННОЕ ПРОСТРАНСТВО УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ

Психологическое просвещение является важным направлением воспитательного процесса. Оно осуществляется в рамках выполнения плана идеологической и воспитательной работы Белорусского государственного университета транспорта с учётом ряда государственных планов и программ. В рамках выполнения некоторых из них (по обеспечению гендерного равенства, по профилактике суицидального поведения, по пропаганде здорового образа жизни и др.) психологическому просвещению отводится важная роль.

В современных условиях пользование гаджетами и интернет-сёрфинг составляет достаточно большую часть жизни молодёжи,

иногда даже бóльшую часть по сравнению с живым общением и посещением мероприятий, не связанных непосредственно с учёбой.

В то же время в связи с возросшим спросом на психологические знания в сети появилось большое количество некорректной и непроверенной информации, опубликованной, зачастую, людьми без профильного психологического образования, а также психологических диагностик, не имеющих ничего общего с качественными валидными и надёжными методиками.

С целью увеличения аудитории, охваченной психопросветительской работой, а также для удовлетворения потребности заинтересованных в корректной информации об особенностях и закономерностях различных сторон психики, психических процессов и межличностных отношений в Белорусском государственном университете транспорта (далее – БелГУТ) было принято решение расширить границы взаимодействия с обучающимися и профессорско-преподавательским составом, используя возможности официального сайта университета и социальных сетей.

Для достижения поставленной цели определены следующие задачи:

- содействовать повышению уровня психологической грамотности обучающихся и сотрудников университета;
- пропагандировать достижения психологической науки и развивать представления о техниках и технологиях практической психологии;
- содействовать формированию потребности в применении психологических знаний;
- создавать позитивный образ и продвигать личный бренд психологов учреждения образования.

Интернет как источник получения знаний обладает рядом особенностей, делающим его уникальным средством для получения информации:

- глобальность, так как он является всемирной сетью связи;
- избирательность: пользователь сам выбирает какие источники использовать и какую информацию получать, что способствует формированию информационной культуры;

– интерактивность: интернет часто используется для установления обратной связи, что отличает его от других СМИ;

– оперативность: любые сведения можно получить сразу, быстрее, чем по другим каналам [1, с. 24].

В сентябре 2016 года появились первые материалы по психологическому просвещению в онлайн-формате. Первоначально материалы выкладывались только в социальной сети «ВКонтакте», и это были отдельные публикации, не оформленные в какие-либо рубрики.

Со временем в связи с необходимостью составления отчётной документации были выделены рубрики (психология, «Выбери жизнь», зависимости и др.), которые отмечались хэштегами. Это помогает быстро найти желаемый пост и способствует увеличению просмотров, если кто-то приходит по хэштегу «со стороны».

С сентября 2019 года был изменен механизм публикации: информация сначала выкладывалась на странице отдела по воспитательной работе с молодежью официального сайта БелГУТа (<https://www.bsut.by/component/tags/tag/ovr>), чтобы потом сделать репост в социальную сеть.

Можно выделить несколько видов публикаций в рамках психологического просвещения:

– отдельные разобитенные публикации – самый распространенный вид публикаций, продиктованных текущей ситуацией (как проходить собеседование и стресс-интервью, как развивать память и внимание, как научиться быстро засыпать, как вести себя в конфликтной ситуации и др.);

– реклама, краткая информация и объявления: реклама услуг специалистов социально-педагогической и психологической службы БелГУТа; сведения о Республиканском центре психологической помощи, горячих линиях, телефонах доверия и общественных организациях, оказывающих психологическую помощь отдельным категориям граждан;

– комментарии по запросам и ответы на вопросы: для пользователей «ВКонтакте» есть возможность задать вопрос, используя свой псевдоним в сети или абсолютно анонимно;

– постоянные рубрики (в БелГУТе такими рубриками являются «Советы первокурсникам», «Советы абитуриентам»,

«Профилактика зависимостей», «Просто о психологии» и «Отношения». Тематика рубрик была выбрана исходя из интересов пользователей сайта).

В рубрике «Отношения» выкладываются материалы Клуба молодой семьи. В БелГУТе Клуб работает с 2011 года. В первые годы мы пытались строить работу в режиме реальных встреч, привлекая студентов, имеющих детей или состоящих в браке. Но постепенно стало очевидным, что для такой работы нужны не только замотивированные участники, которым действительно интересно узнавать новое о семье и отношениях, но и наличие у них свободного времени, что достаточно сложно для студентов технического вуза. Поэтому с сентября 2016 года работа Клуба была полностью переведена в онлайн-формат. При этом отслеживается количество просмотров, лайков и репостов в социальной сети «ВКонтакте». Кроме того, к ряду публикаций прикрепляются опросы, позволяющие выявить некоторые ценностные установки студентов, связанные с созданием семьи.

При отслеживании счётчика просмотров «ВКонтакте» в нём учитываются все люди, просмотревшие новость, без учёта времени, потраченного на просмотр, даже если пользователь просто пролистал эту новость в ленте (см. табл. 1).

Таблица 1

Количество просмотров статей рубрики «Отношения»

Название статьи	Дата публикации	Количество просмотров на сайте	Количество просмотров в группе
1	2	3	4
Отношения			
«Что важнее в отношениях?»	14.11.2019	1914	339
«Как договориться о правилах в семье?»	22.01.2020	1883	216
«Где познакомиться, чтобы завести отношения?»	16.09.2019	1769	1400
«Гендерные стереотипы»	05.03.2020	1573	292

Окончание таблицы 1

1	2	3	4
«Как провести первое свидание?»	17.10.2019	1524	292
«Зачем люди создают семью?»	9.12.2019	1430	228
«Как наладить отношения с семьей своего избранника?»	26.02.2020	1194	211
«Брак: ожидание vs реальность»	17.03.2020	962	246
«Роль родителей в воспитании ребенка»	13.05.2020	349	326
«Как не потерять себя в отношениях?»	19.10.2020	194	167
«Контрацепция – залог физического здоровья и эмоционального благополучия»	18.12.2020	168	178
«Как заинтересовать партнёра в сети?»	21.09.2020	161	236
«Как объяснить родителям, что ты уже взрослый?»	20.11.2020	84	243

Для того чтобы посмотреть новости на сайте, пользователю нужно перейти по ссылке, а это уже говорит о его осознанном решении получить именно эту информацию. Как следствие, большое количество просмотров говорит об интересе к психологическим знаниям, поданным в доступной форме и удобном формате. Статистика посещаемости этих публикаций достаточно высока (все данные приведены на 31.12.2020).

Статьи для абитуриентов и первокурсников также пользуются популярностью, набирая от восьмисот до почти четырёх тысяч просмотров (см. табл. 2).

Даже, казалось бы, не очень интересная, с точки зрения студентов, рубрика «Профилактика зависимостей» имеет большое количество просмотров (см. табл. 3).

Таблица 2

Количество просмотров статей рубрик
«Советы первокурсникам» и «Советы абитуриентам»

Название статьи	Дата публикации	Количество просмотров на сайте	Количество просмотров в группе
1	2	3	4
Советы абитуриентам			
«Как подготовиться к ЦТ за три дня?»	07.06.2019	3957	266
«Как выбрать профессию?»	12.06.2019	3391	1500
«Как помочь ребенку выбрать профессию?»	18.06.2019	3387	900
«Профессии будущего»	27.03.2020	798	196
Советы первокурсникам			
«Советы психолога студентам-первокурсникам»	6.08.2019	2432	1700
«Как пережить плохую отметку?»	24.10.2019	2320	253
«Как работать на лекции, с конспектами?»	12.07.2019	2079	1900
«Как справиться со стрессом после первых месяцев учёбы?»	3.10.2019	1513	344
«Как победить стресс перед экзаменами?»	16.12.2019	1452	637
«Как втянуться в учёбу после каникул?»	28.01.2020	1400	394

Окончание таблицы 2

1	2	3	4
«Как подготовиться и успешно сдать экзамен?»	18.06.2019	1254	660
«Как общаться с преподавателями?»	25.08.2020	889	1200

Таблица 3

Количество просмотров статей рубрики
«Профилактика зависимостей»

Название статьи	Дата публикации	Количество просмотров на сайте	Количество просмотров в группе
Профилактика зависимостей			
«Психология табачной зависимости»	17.06.2019	3513	318
«Алкогольная зависимость»	11.07.2019	3333	215
«Пищевая зависимость: болезнь или привычка»	21.11.2019	1801	258
«Интернет-зависимость у детей и подростков»	28.11.2019	1140	233

Стабильным спросом пользуются также статьи непосредственно по психологическому просвещению (см. табл. 4).

В среднем в каждой рубрике статьи набирают около тысячи просмотров, что является высоким показателем. Очевидно, что в живом общении охватить такое количество человек не представляется возможным (особенно с учётом того, что психологическое просвещение – не единственное направление работы педагога-психолога учреждения образования).

Таблица 4

Количество просмотров статей рубрики
«Просто о психологии»

Название статьи	Дата публикации	Количество просмотров на сайте	Количество просмотров в группе
Просто о психологии			
«Почему хочется плакать?»	6.11.2019	3201	266
«Как принять свою внешность?»	25.09.2019	2089	1100
«Зачем ходить к психологу?»	4.12.2019	1963	300
«Как выбрать вид спорта?»	4.09.2019	1920	1400
«Татуировка с точки зрения психолога»	6.09.2019	1701	1300
«Психология киберспорта»	13.03.2020	1141	258
«Нереализованные желания»	4.04.2020	934	231
«Как развить инженерное мышление?»	3.06.2020	687	190
«Как отстаивать личные границы?»	29.05.2020	470	238
«Как победить тревогу и тревожность?»	30.10.2020	309	177

Помимо статей, мы выкладываем также психологические тесты, которые можно пройти дистанционно. На данный момент в группе «ВКонтакте» доступны для прохождения три теста: опросник А. Бека, выявляющий уровень депрессии, тест «Умеете ли Вы слушать?» и опросник Юнга на экстраверсию и интроверсию. Такие автоматизированные тесты позволяют пользователям получить интересные им знания, а психологу – увидеть целевую аудиторию для работы в определенной сфере.

После прохождения теста и получения результатов все пользователи получают сообщение о том, что можно бесплатно и конфиденциально получить психологическую помощь. Результаты теста приходят также в личные сообщения психологам, и, если выявлен высокий уровень депрессии, то специалист уже лично пишет пользователю о целесообразности индивидуальной консультации. К сожалению, вероятность того, что клиент придёт к психологу *учреждения образования*, чтобы пройти тест на определение уровня депрессии стремится к нулю. С использованием онлайн-диагностики тестирование прошли более сорока человек. Пять из них пришли на консультацию.

В сентябре 2020 года на сайте БелГУТа появилась возможность пройти профориентационную психологическую диагностику (методики «Тип мышления», «Определение типа будущей профессии» и «Профиль»). Помимо непосредственно результатов диагностики, абитуриенты получают рекомендации, на какой из специальностей БелГУТа могут быть полезны выявленные склонности.

С учётом того, что сегодня достаточно большой сегмент нашей целевой аудитории плохо воспринимает печатный текст, предпочитая ему видео- или аудиоряд, в сентябре 2020 года мы записали ряд подкастов «Подорожник для души». Первые подкасты были ориентированы на запросы первокурсников: как писать конспекты, как общаться с разными преподавателями и др. В перспективе планируется увеличение количества подкастов и разнообразие их тематику; обсуждалась запись видеоподкастов по некоторым темам, предполагающим визуальный контекст (например, о том, как вести себя на собеседовании или на экзамене).

При публикации постов в социальной сети студенты в комментариях или личных сообщениях могут уточнить то, что у них вызвало вопросы, или дать обратную связь об опубликованной информации. «Побочным» продуктом таких публикаций является экспресс психологическое консультирование в режиме онлайн посредством переписки или видеозвонка в тех случаях, когда нет необходимости в полномасштабной очной консультации.

Возможности социальных сетей позволяют отслеживать различные характеристики охваченной аудитории: пол, возраст,

географию проживания, сферу интересов. Эти сведения, безусловно, могут и должны быть использованы при выборе контента для публикаций. Именно поэтому для привлечения аудитории, мы также публикуем информацию о здоровом образе жизни, образований, спорте и на иные темы, которыми интересуются наши подписчики.

Кроме того, функционал «ВКонтакте» позволяет увидеть, откуда «пришёл» пользователь: из своих групп, с чужой страницы или воспользовался функцией поиска (как внутри социальной сети, так и поисковой системой). Это тоже дает дополнительные возможности для саморекламы и отслеживания её эффективности.

Отдельно необходимо отметить, что некоторые публикации не только пользуются спросом посетителей, но и в поисковых системах выдаются на первой странице по тематическому запросу – это большое достижение и показатель уникальности и качества контента. Такое преимущество позволяет охватить ещё большее количество пользователей (ведь редкие пользователи доходят даже до третьей страницы поиска).

Психологическое просвещение как одно из направлений работы педагога-психолога учреждения высшего образования играет большую роль в повышении уровня психологических знаний, формировании благоприятного климата в студенческом коллективе и запросе на получение квалифицированной психологической помощи. При этом, чем больше студенты узнают о том, как психологические знания могут быть применены на практике в обычной жизни, тем больший интерес они проявляют.

Использование интернет-СМИ и социальных сетей для психологического просвещения обусловлено не только влиянием современного цифрового общества. В последние десятилетия спрос на психологические знания растёт, о посещении психолога уже не говорят как о чём-то стыдном. При этом молодежь склонна искать специалистов, исходя из ответов на запрос в интернет-поиске. Тем важнее, чтобы пользователям чаще попадалась качественная информация и квалифицированные специалисты.

Из преимуществ работы в онлайн-пространстве стоит, безусловно, отметить большой охват аудитории. Причем, судя по то-

му, что количество просмотров темы на сайте часто превышает количество просмотров в группе, можно предположить, что пользователи выходят на сайт по запросу из поисковых систем: потребителями информации становятся не только студенты и преподаватели БелГУТа, но и все «интересующиеся». Это обстоятельство служит лишним доказательством того, что корректные и профессиональные сведения в области психопросветительской работы «идут в народ».

С другой стороны, материал, рассчитанный не на двадцать условных студентов, для которых подготовлено мероприятие, а выставленный на обозрение бесконечного множества интернет-пользователей, в разы увеличивает ответственность автора. Поскольку материал выкладывается на сайт, он должен быть уникальным, что требует от разработчика не только узкопрофессиональных, но и творческих усилий, направленных на создание нового контента.

Список литературы

1. Чернец В., Базлова Т., Иванова Э. Влияние через социальные сети. Москва, 2010. 200 с.